

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №3 «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей г. Кингисеппа

«Здоровым быть здорово!»

Автор разработчик: Дубинина Светлана Николаевна

Инструктор по физической культуре, высшей квалификационной категории.

Соавтор: Воронина Наталья Игоревна музыкальный руководитель, первой квалификационной категории.

г. Кингисепп 2019 г.

Актуальность проекта:

Актуальность темы здорового образа жизни в наши дни очевидна. Здоровье – это основное наше богатство, которое необходимо беречь и сохранять. Поэтому сегодня наблюдается особый интерес к физическому воспитанию и пропаганде здорового образа жизни. Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни остаются первостепенной задачей. Здоровье ребенка зависит не только от полноценного физического развития, сбалансированного питания и воспитания в детском саду, а также от условий жизни в семье, так как семья – это среда, где формируется здоровье ребенка и закладывается в его сознании основа к постоянному стремлению к здоровью. Одним из важных аспектов реализации программ по здоровьесбережению детей является совместная работа ДОУ и семьи. В связи с этим мною был разработан проект «Здоровым быть здорово!», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня!»

Проблема:

В настоящее время существуют тенденции снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитии дошкольников.

Цель проекта:

Формирование у дошкольников основ здорового образа жизни и потребности поведенческих навыков здоровьесбережения в семье.

Задачи проекта:

Образовательные:

- Способствовать формированию у детей представлений об основах здорового образа жизни и способах укрепления здоровья человека.
- Продолжать формировать у детей представления о зависимости здоровья человека, от правильного питания и соблюдения гигиены.
- Продолжать формировать, расширять и углублять знания детей о полезных свойствах продуктов и продуктах, вредных для здоровья;
 - Способствовать формированию у детей двигательных навыков и умений.

Воспитательные:

- Продолжать формировать у детей положительное отношение к здоровому образу жизни.
- Продолжать воспитывать желание у детей заботиться о своем здоровье и соблюдать гигиену тела.
- Продолжать воспитывать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями,

Оздоровительные:

- Продолжать развивать у детей и их родителей потребность к активной физической деятельности.
- Способствовать формированию у детей правильной осанки.
- Способствовать укреплению физического и психического здоровья детей.

Тип проекта:

Краткосрочный.

Участники проекта:

- Дети старших групп,
- Родители,
- Воспитатели групп Фёдорова М.А., Гаджиева А.И., Стовбовенко Н.В.,
- Музыкальный руководитель Воронина Н.И.
- Инструктор по физической культуре Дубинина С.Н.
- Воспитанники студии акробатического танца.

Сроки реализации проекта:

3 недели с 18 марта – 8 апреля 2019 г.

Методы, используемые в проекте:

- Наблюдение
- Наглядность
- Дидактический материал
- Практический
- Игровой

Ожидаемые (планируемые) результаты:

- Повышения уровня представлений дошкольников по вопросам ЗОЖ
- Повышение мотивации к двигательной активности детей
- Заинтересованность родителей в соблюдении правил ЗОЖ в семье
- Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья детей.
- Активное участие родителей в оздоровительных мероприятиях ДОУ.

Этапы реализации проекта:

Подготовительный:

- Формирование проблемы
- Постановка задач
- Изучение методической литературы по данной теме
- Подбор интернет - ресурсов по теме ЗОЖ
- Подбор подвижных и дидактических игр
- Опрос детей по теме «Что такое ЗОЖ»
- Подготовка презентации по здоровому питанию
- Подготовка и изготовление атрибутов к кукольному театру «Зубик зазнайка», к «Весёлым стартам»
- Написание сценариев Интегрированных оздоровительных развлечений и праздников «Встреча с Феей правильного питания», «Доктор Айболит и Зубик зазнайка», «Весёлые старты».
- Подбор музыкального репертуара
- Изучение МРК
- Изготовление дидактических и подвижных игр «Витамины и продукты, содержащие их», «Поход в магазин», «Предметы чистоты».

Практический Этап.

	1 неделя «Физкульт - Ура!»	2 неделя «Правильное питание»	3 неделя «Гигиена»
Понедельник	Беседа с детьми на тему: «Что такое ЗОЖ» ОО: Познавательная, Речевое, Художественно - Эстетическое	Беседа с детьми о полезных продуктах и правильном питании ОО: Познавательная, Речевое, Художественно - Эстетическое	Беседа с детьми о гигиене полости рта и тела. ОО: Познавательная, Речевое, Художественно - Эстетическое
Вторник	НОД по музыкальному развитию «Шагаем мы по лесенке, разыскиваем песенку» ОО: Познавательная, Речевое, Художественно - Эстетическое	НОД по музыкальному развитию «Весёлые нотки здоровья» ОО : Познавательная, Речевое, Художественно - Эстетическое	НОД по музыкальному развитию «Петька – микроб» ОО : Познавательная, Речевое, Художественно - Эстетическое
Среда	НОД по физической культуре «Мы ребята молодцы, наши мышцы – силачи». ОО: Познавательная, Речевое, Физическое, Социально – коммуникативное.	НОД по физической культуре «Силы нам даёт всегда, витаминная еда». ОО: Познавательная, Речевое, Физическое, Социально – коммуникативное.	НОД по физической культуре «Мы микробов победим» ОО: Познавательная, Речевое, Физическое, Социально – коммуникативное.
Четверг	НОД «Спортивные семейные традиции» ОО : Познавательная, Речевое	НОД «Полезные и вредные продукты питания» ОО : Познавательная, Речевое	НОД «Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья!» ОО : Познавательная, Речевое
Пятница	НОД по физическому развитию «В здоровом теле – здоровый дух». ОО: Познавательная, Речевое, Физическое, Социально – коммуникативное.	Интегрированное оздоровительное развлечение «Встреча с Феей правильного питания». ОО: Познавательная, Речевое, Физическое, Социально – коммуникативное.	Интегрированное оздоровительное развлечение «Доктор Айболит и зубик Зазнайка». ОО: Познавательная, Речевое, Физическое, Социально – коммуникативное, Художественно - Эстетическое.

Заключительный этап:

- Спортивный праздник с участием детей и родителей посвящённый дню здоровья «Весёлые старты».
- Выпуск фотогазет о ЗОЖ в семье.
- Презентация проекта.

Вывод по результатам проекта:

Проект реализовал поставленные задачи.

- У детей сформировались практические знания и навыки о здоровом образе жизни.
- У детей повысилась грамотность в вопросах укрепления здоровья, питания и гигиены.
- Глубокая личная включенность всех педагогов в проектную деятельность, дала толчок творческому саморазвитию, тем самым повысила интерес у детей к формированию основ ЗОЖ.
- Проект воплотил активное включение родителей в педагогический процесс МБДОУ, укрепление заинтересованности в сотрудничестве с детским садом.
- Проект позволил развивать творческие способности дошкольников, анализировать, высказывать собственное мнение.

1 неделя «Физкульт ура!»



2 неделя «Правильное питание»



3 неделя «Гигиена»



«Встреча с Доктором Айболитом»



Игра «Предметы гигиены»



Кукольный театр «Зубик Зазнайка»



Игровое упражнение «Чистим зубы»



Эстафета «Боремся с микробом»

Выпуск стенгазеты и подготовка к «Весёлым стартам»



Спортивный праздник с детьми и родителями «Весёлые старты».



