

ПРОЕКТ
«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»
в рамках проведения
«Недели Здоровья»

группа общеразвивающей направленности № 7 (4-5 лет)



Воспитатели:
Е.В.Алексеевцева
Е.Е.Елисеева



Главной актуальной проблемой физического воспитания в свете современных требований - охрана жизни и укрепление здоровья дошкольников, решение поставленных задач в контексте ФГОС. Это остается приоритетным направлением в работе нашего ДОУ.

В целях развития интереса детей к активной познавательной и двигательной деятельности, направленной на укрепление здоровья и расширение представлений дошкольников по образовательным областям «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие» воспитанники средней группы (4-5 лет) приняли участие в ПРОЕКТЕ «Азбука здоровья» в рамках проведения «Недели здоровья».

Содержание «Недели здоровья» включало комплексный план мероприятий на каждый день недели, состоящий из разнообразных видов физкультурно-спортивных мероприятий, познавательной и игровой деятельности, направленной на формирование здорового образа жизни. Вся деятельность детей в эту неделю была «пропитана» темой «здоровья». Вместо привычной деятельности детей ожидал целый калейдоскоп ярких мероприятий и интересных событий. Каждый последующий день был не похож на предыдущий и имел свое название:

Понедельник: «День психологического здоровья «Вместе весело шагать»

Вторник: «День чистюль и аккуратистов»

Четверг: «Я здоровье берегу – я спортсменом стать хочу!» (подвижные игры, упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием)

Пятница : «Твоя безопасность в твоих руках».

В работе с детьми использовались различные формы:

- чтение и разучивание произведений художественной литературы и фольклора о спорте и здоровом образе жизни;
- рассматривание иллюстраций о видах спорта;
- познавательные беседы ««Тот, кто улыбается, с любой бедой справляется!», «В гостях у Мойдодыра» , «Кто по улицам гуляет – тот здоров и не чихает!» , «Когда остаёшься дома один»;
- разнообразные дидактические игры: «Что полезно, а что вредно для здоровья», «Что хорошо, что плохо для организма», «Что было бы, если бы...», «Полезная еда», «Угадай вид спорта»; настольные игры: «Мозайка» и т.д.;
- игры – тренинги, арт-терапия, психогимнастика, пальчиковая гимнастика, дорожки «здоровья» и т.д.
- непосредственно – образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и познавательного цикла.



*Гимнастика и физические упражнения должны прочно войти в повседневность каждого, кому дороги работоспособность, здоровье, полноценная и радостная жизнь.
(Гиппократ)*

Актуальность проекта

Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье и детском саду на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Вид проекта: практико-ориентированный, социально-педагогический, краткосрочный.

Срок реализации проекта: с 20.01.20 г. по 24.01.2020 г.

Участники проекта: дети; воспитатели; медицинская сестра; родители воспитанников.

Цель проекта: Формирование у участников проекта мотивации здорового образа жизни, осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи проекта:

Образовательные:

- расширять знания и навыки по гигиенической культуре.
- закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.

Развивающие:

- формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;

Воспитательные:

- сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.



День психологического здоровья «Вместе весело шагать»

ЦЕЛЬ: создание психолого-педагогических условий, обеспечивающих психологический, эмоциональный комфорт в детском коллективе.



Релаксация
«Ненужные газеты и журналы»



Коррекционно - развивающая игра
«Нам вместе хорошо»



Проблемная ситуация
«Поссорились – помирились»



Игры со снегом



Песочная терапия



«День чистюль и аккуратистов»

ЦЕЛЬ: закреплять культурно-гигиенические навыки у детей, закреплять навыки личной гигиены.

**Запомнить нужно навсегда:
Залог здоровья – чистота!**



Упражнение по привитию КГН
«Учимся есть аккуратно»



Полоскание рта после каждого
приёма пищи



Практическое упражнение
«Сложи вещи аккуратно»



Сюжетно-ролевая игра
«Наведём порядок в доме»



Хозяйственно – бытовой труд
в группе



День «Я здоровье берегу – я спортсменом стать хочу»

ЦЕЛЬ: формировать представления детей о своем здоровье, о необходимости заниматься спортом и физкультурой для укрепления своего здоровья, формировать представления о спорте, видах спорта, спортивных снарядах, нестандартном физкультурном оборудовании.

Игровой тренинг
«Мы - гимнасты»



НОД: Физкультурное

Дорожка здоровья
(босохождение по массажным дорожкам)



Подвижные игры на прогулке



Создание коллажа
«Вредная и полезная еда»



Рассматривание альбома
«Зимние виды спорта»



НОД: «Правильная еда»



Дидактическая игра
«Витаминная азбука»

Посадка лука:
«Лук-полезный продукт»



День «Я здоровье берегу – я спортсменом стать хочу»

Активная самостоятельная деятельность в физкультурном центре с использованием нестандартного оборудования



День «Твоя безопасность в твоих руках»

ЦЕЛЬ: формирование у детей дошкольного возраста понятия о здоровом образе жизни, знаний, как избегать опасных ситуаций, правил безопасного поведения на улице и в быту.



Раскрашивание
раскрасок на тему
«Моя безопасность»

Сюжетно-ролевая
игра
«Спасатели 911»



Игровая ситуация
«Правила дорожные –
знать всем положено»



Беседа на тему:
«Чтобы не было беды,
в руки спички не бери!»



Квест – игра «Проделки Бабы - Яги»

ЦЕЛЬ: продолжать развивать и закреплять двигательные качества и способности детей через специально организованную двигательную деятельность на прогулке.



Итоговое совместное мероприятие «Весёлое детство» с детьми группы №5

ЦЕЛЬ: учить детей участвовать в совместных мероприятиях, сплочению в общем деле; добиваться хороших результатов в эстафетах.



Создание лэпбука «Азбука здоровья»



Работа с родителями



Большая роль в оздоровлении и приобщении к здоровому образу жизни принадлежит семье ребенка. Для родителей были проведены консультации и даны рекомендации о здоровом образе жизни, обновилось содержание памяток «Родителям на заметку» по вопросам организации заботы о своем здоровье и своих детей, оформлен «Фотоотчёт». Однако, наша работа, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, не ограничивается только «Неделями здоровья». В течение всего года воспитатели реализовывают задачи, направленные на формирование у дошкольников осознанного отношения к своему здоровью.



Буклеты



Папка-передвижка «Здоровый образ жизни семьи»

В день психологического здоровья через «Живую газету» родители отвечали на вопрос «Что такое радость?»