

**Проект недели здоровья «Мы здоровью скажем- ДА!»  
(в рамках тематической недели ДОУ)**

**Актуальность проекта:** Самой актуальной на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья.

В связи с этим мной и педагогами сада был разработан и реализован педагогический проект физкультурно-оздоровительного направления **«Мы здоровью скажем- ДА!»** в рамках тематической недели ДОУ», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня!»

<b>Название проекта</b>	<b>«Мы здоровью скажем- ДА!»</b>
<b>База внедрения</b>	Подготовительная «Б» группа
<b>Автор проекта</b>	Воспитатель Кирик Н.В.
<b>Тип проекта</b>	Практико-ориентированный, игровой, оздоровительный.
<b>Участники</b>	воспитанники подготовительной «Б» группы, родители, педагоги
<b>Основное направление</b>	Интеграция всех образовательных областей (согласно ФГОС ДО). Приоритетная образовательная область «Здоровье» и «Физическая культура»
<b>Сроки реализации</b>	с 25.11.2019 по 29.11.2019
<b>Цель</b>	Создание психолого – педагогических условий для развития у детей активного и устойчивого интереса к сохранению и укреплению своего здоровья и приобщения к здоровому образу жизни.
<b>Задачи</b>	Образовательные: - систематизировать и расширять знания детей о здоровье человека и способах его укрепления; - совершенствовать уже имеющиеся навыки сохранения здоровья; - расширять знания и навыки по гигиенической культуре; - закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания; расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека. Развивающие: - повышать двигательную активность, функциональные возможности организма; - развивать у детей потребность в выполнении специальных профилактических мероприятий в повседневной жизни.

	<p>Оздоровительные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать закаливанию детского организма, формированию положительных привычек;</li> <li>- вызвать желание заботиться о своём организме, беречь своё здоровье;</li> <li>- закреплять приемы самомассажа;</li> <li>- способствовать выработке правильной осанки, профилактика стопных нарушений.</li> </ul> <p>Воспитательные: -воспитать у детей волевые качества, заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих - сплочение детей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта</p>
<b>Ресурсное обеспечение</b>	<p>Информационные ресурсы: Методическая, энциклопедическая, художественная литература, ресурсы Интернет, использование ИКТ в образовательной деятельности, печатная продукция, альбомы</p>
<b>Формы реализации проекта</b>	<p>Познавательные беседы о здоровье  Рассматривание книг «Зимние и летние виды спорта»  Физкультурные занятия  Игры: разной подвижности, дидактические, сюжетно-ролевые, настольные и т.д.  Просмотр презентации «Спортивные игры»  Изготовление спортивных игрушек совместно с родителями. Во все формы организации включены игры и игровое взаимодействие</p>
<b>Ожидаемые результаты</b>	<p>В результате реализации проекта планируется:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знать несложные приёмы самооздоровления;</li> <li>• Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);</li> <li>• Повышение речевой активности, активизация словаря;</li> <li>• Использование детьми подвижных и спортивных игр самостоятельной деятельности.</li> <li>• Изготовление спортивных игрушек и использование их в игровой деятельности</li> </ul>
<b>Итоговые мероприятия реализации проекта</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Клубный час «Мы здоровью скажем- ДА!»</li> <li>• Размещение фотоматериала на стенде, на сайте ДОУ «Вот как мы живем» по реализации проекта «Мы здоровью скажем - Да!»</li> <li>• Оформление галереи рисунков по теме проекта «Мы здоровью скажем –ДА!»</li> </ul>

<b>Этапы реализации проекта</b>	<p><b>1 этап. Подготовительный.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение методической литературы по теме проекта.</li> <li>• Познакомить родителей с темой и задачами проекта.</li> <li>• Анкетирование родителей «Укрепление здоровья в семье».</li> <li>• Размещение в уголке для родителей информации по теме «Советы родителям по физическому воспитанию дошкольников».</li> <li>• Обогащение развивающей предметно-пространственной среды, в соответствии с темой проекта.</li> <li>• -Подбор аудиозаписей музыкальных произведений для упражнений на релаксацию;</li> <li>• - Подбор подвижных игр, упражнений по теме</li> <li>• Разработка занятий по теме</li> <li>• Разработка плана Недели здоровья «Мы здоровью скажем – ДА!»</li> </ul> <p><b>2 этап. Основной этап.</b> (25 ноября 2019 по 29 ноября 2019.)</p>
---------------------------------	--

**2 этап. Основной этап.** (25 ноября 2019 по 29 ноября 2019.)

<i>Формы взаимодействия</i>	<i>Содержание</i>	<i>Ответственные</i>
<p>Цель: Воспитать у детей осознанное отношение к своему организму.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать у детей представление о здоровом образе жизни.</li> <li>• Научить детей любить себя и свой организм.</li> <li>• Закрепить знания о полезных и вредных привычках, формировать негативное отношение к вредным привычкам, воспитывать желание помогать себе сохранить здоровье, прививать любовь к физическим упражнениям.</li> </ul>	<p align="center"><i>Понедельник – «Сохрани своё здоровье сам»</i></p>	
<p><i>Совместная деятельность детей и педагогов</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Режимный момент</i> – утренний прием детей «В гостях у доктора Айболита»</li> <li>• Проведение утренней гимнастики</li> <li>• Проведение занятий по физкультуре по расписанию</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа с рассматриванием иллюстраций «Зачем делать зарядку?»</li> <li>• Заучивание пословиц и поговорок о здоровье</li> <li>• Рассматривание иллюстраций: «Почему заболели ребята»</li> <li>• Дидактическая игра «Полезно-вредно»</li> </ul> <p><i>Цель: закрепить знания о предметах личной гигиены, спортивных снарядах, развивать внимание.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение подвижных игр с элементами спорта на улице «Чье звено скорее соберется», «Встречные перебежки», «Сбей кеглю» <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сюжетно - ролевая игра «Больница» - дать детям представление о деятельности разных врачей (лор, терапевт, хирург, формировать эмоционально- познавательное общение детей друг с другом и со взрослыми, воспитывать интерес к медицинским профессиям, желание заботиться о своём здоровье.</li> <li>• Чтение художественной литературы В. Маяковский «Что такое хорошо, и что такое плохо»</li> </ul> </li> </ul>
<p><i>Взаимодействие с семьей</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство с мероприятиями проекта, включение родителей в ход проекта – приглашение родителей, старших братьев и сестер для проведения утренней зарядки</li> <li>• Дома. Просмотр мультфильма «Зарядка для хвоста». Чтение стихов о спорте.</li> <li>• Информационные стенды «Для вас родители» на тему: «Закаливание-первый шаг на пути к здоровью»</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Вторник- «С физкультурой дружить – здоровым быть!»</b></p> <p><i>Цель:</i> Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.</p> <p><i>Задачи:</i> Прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию, повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников</p>	
<p><i>Совместная деятельность детей и педагогов</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренний прием детей в нестандартной форме: преодоление полосы препятствий, загадывание загадок о спорте</li> <li>• Проведение утренней гимнастики</li> <li>• Валеологическая беседа «Как избежать травматизма»</li> <li>• Загадки о спорте</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастика пробуждения: босохождение по массажному коврику.</li> <li>• Д/и «Продолжи фразу», «Кому что нужно?», «Кто скажет больше слов о мяче (клюшке, лыжах, велосипеде и т. д.)»</li> <li>• Проведение на прогулке п/и «Не урони палку», «Делай вот так», «Кто быстрее?»</li> <li>• Игра-соревнование «Я лучше и аккуратнее всех сложил одежду» для закрепления умение быстро, аккуратно раздеваться, раскладывать одежду в определенные места</li> <li>• Физкультурный праздник « Мы сильные, мы дружные»</li> <li>• Рассматривание книги «История Олимпийских игр»</li> </ul>
<i>Самостоятельная деятельность детей</i>	Самостоятельная деятельность в спортивном уголке: рассматривание альбома «Виды спорта». Рисование «Мы со спортом крепко дружим!»
<i>Взаимодействие с семьей</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дома. Полоскание горла прохладной водой, воздушные ванны. Изготовление фотогазеты (совместно с родителями) «Со спортом дружить – здоровым быть» (о том, как дети занимаются спортом дома)</li> <li>• Памятка для родителей по формированию здорового образ жизни</li> </ul>
<b>Среда – «День Витаминки»</b>	
<i>Цель:</i> Помочь детям понять, что здоровье человека зависит от правильного питания, объяснить, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.	
<i>Совместная деятельность детей и педагогов</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренний прием детей в нестандартной форме: преодоление полосы препятствий, загадывание загадок о спорте.</li> <li>• Проведение утренней гимнастики с привлечением родителей, братьев и сестер.</li> <li>• Проведение занятий по физкультуре по расписанию с привлечением сказочных персонажей (инструктор по физкультуре, воспитатели)</li> <li>• Познавательное занятие «Режим питания»</li> <li>• Проведение подвижных игр с элементами спорта на улице «Из кружка в кружок», «Кто дальше бросит», «Кто сделает меньше прыжков»</li> <li>• Беседа: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу».</li> <li>• Д/и «Приготовь витаминный салат», «Фруктовый салат», «Фруктовое канапе».</li> <li>• Режимные моменты: гимнастика пробуждения</li> </ul>

Самостоятельная деятельность детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисование «Овощи и фрукты – полезные продукты»</li> </ul>
Взаимодействие с семьей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дома. «Готовим с мамой полезную еду».</li> <li>• Изготовление папок-передвижек «О здоровом питании».</li> </ul>
<p><b>Четверг – «Как мы победили болезнетворных микробов»</b></p> <p>Цель: Формирование у детей ценностного отношения к здоровью.</p> <p>Задачи: Дать представления о микроорганизмах (растут, размножаются, питаются, дышат), их пользе, вреде; познакомить с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями; воспитывать потребность вести здоровый образ жизни, применять информацию для решения поставленных задач).</p>	
Совместная деятельность детей и педагогов	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренний прием детей в нестандартной форме: преодоление полосы препятствий, загадывание загадок о спорте</li> <li>• Совместная утренняя гимнастика с привлечением родителей, старших братьев и сестер</li> <li>• Музыкальное занятие</li> <li>• Экскурсия в медицинский кабинет (беседа с медсестрой детского сада о болезнетворных микробах).</li> <li>• Беседа: «Микробы и вирусы»</li> <li>• Рассказывание о пользе лука воспитанникам ДОУ</li> <li>• Проведение подвижных игр с элементами спорта на улице в группах старшего дошкольного возраста «Мы веселые ребята», «Третий лишний», «Ловишки, ноги от земли»</li> <li>• Совместная деятельность по экспериментированию «Как очистить воду»</li> <li>• С/р игры: «Поликлиника», «Кафе», «Отдых семьей».</li> <li>• Режимные моменты: гимнастика пробуждения</li> </ul>
Самостоятельная деятельность детей	<p>Просмотр мультфильмов «Про бегемота, который боялся прививок»; «Мойдодыр», «Королева – зубная щетка»</p>
Взаимодействие с семьей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дома. Чтение (энциклопедий, рассказов, сказок, коротких стихотворений, пословиц по теме проекта);</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Целевая прогулка по улице (с целью сравнения загрязнения снега);</li> </ul> <p>Ручной труд «Изготовление защитных средств от микробов «чесночниц».</p>
<p><b>Пятница – «Мы здоровью скажем- ДА!»</b></p>	
<p><i>Цель:</i>развивать способность принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья</p>	
<p><i>Совместная деятельность детей и педагогов</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренний прием детей в нестандартной форме: преодоление полосы препятствий, загадывание загадок о спорте</li> <li>• Проведение утренней гимнастики</li> <li>• Рефлексивный круг: «Наши верные друзья – режим дня», «Зачем мы спим?» Цель: формировать привычку к определенному режиму</li> <li>• Хозяйственно-бытовой труд «Чистая группа – залог здоровья».</li> <li>• Использование музыки для релаксации в совместной деятельности.</li> <li>• Клубный час «Мы здоровью скажем- ДА!»</li> <li>• Самомассаж от простуды, гимнастика «маленьких волшебников».</li> <li>• Проведение подвижных игр с элементами спорта на улице «Перелет птиц», « Через ручеек»</li> <li>• Проведение закаливающих процедур с детьми - «О том, как мы закаляемся в группе».</li> </ul>
<p><i>Самостоятельная деятельность детей</i></p>	<p>Чтение художественной литературы: «Деловой человек» Л. Рыжова, «Наоборот» Е. Карганова, Грозовский М «Распорядок дня», Шорыгина Т. «Зачем соблюдать режим».</p>
<p><i>Взаимодействие с семьей</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дома. Учим маму делать самомассаж.</li> <li>• Консультации для родителей: « Физическое воспитание ребенка в семье», « Почему люди болеют?»</li> </ul>

### **3-й этап – заключительный.**

Итогом всей нашей работы станет:

- -Фотоотчет «Неделя здоровья»;
- -Выставка фотографий детей на тему «Мы здоровью скажем- ДА!»».
- Клубный час «Мы здоровью скажем- ДА!».

**Вывод:**

Погружение детей в тему недели, дает возможность глубоко осознать, прочувствовать то, что до них хотят донести педагоги, благодаря чему дети приобщаются к здоровому образу жизни; с интересом занимаются физкультурой. Работа в данном направлении будет полезна не только педагогам, но и родителям, так как они вовлечены в воспитательно - образовательный процесс, что позволит им сделать правильный выбор в развитии и сохранении здоровья своего ребёнка.