

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка — детский сад №6»

Проектная деятельность по теме:

«Здоровье - наше богатство»



**Составитель: воспитатель
Абашина Елена Владимировна**

2023 год

Актуальность проекта

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических, а также от качественного взаимодействия семьи и детского сада. Формирование осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни, немисливо без активного участия в этом процессе педагогов и родителей. Ведь не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания ребенка-дошкольника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов – детского сада и семьи. Приоритетным направлением в дошкольном воспитании является сохранение здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Перед нами, взрослыми, стоит очень важная задача :воспитать человека здорового физически, нравственно и духовно, человека всесторонне развитого. Оттого, насколько успешно удастся сформировать и закрепить навыки здорового образа жизни у детей, зависит в последующем реальный образ жизни и здоровье человека.

Срок реализации

- Долгосрочный проект 2022-2023 гг.

Участники проекта

- Дети
- Воспитатели
- Родители
- Инструктор по физической культуре.

Цель проекта: формирование представлений о здоровом образе жизни, его элементарных нормах и правилах; снижение заболеваемости детей.



Задачи проекта:

- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- Формировать представления детей о правильном питании.
- Способствовать развитию двигательной активности детей, формированию разнообразных двигательных умений и навыков, развитию физических и нравственно-волевых качеств, повышению интереса к подвижным играм и физическим упражнениям.
- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
- Создать условия для участия родителей в образовательном процессе.

Планируемый результат проекта

- Дети знают и применяют полученные знания о здоровом образе жизни. Развивается устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровье формирующего поведения. Родители участвуют в образовательном процессе.
- Дети умеют выполнять культурно-гигиенические правила: понимают значимость физических упражнений для здоровья; умеют оценивать полезность продуктов и блюд в ежедневном рационе.



Проект включает в себя три этапа

Подготовительный

Основной (исследовательский)

Заключительный

Этапы работы над Проектом:

1. Подготовительный

Содержание деятельности воспитателя и детей:

- определение темы Проекта;
- формулировка цели и определение задач;
- подборка материала по теме Проекта (литература, наглядный материал, дидактические, подвижные, сюжетные игры, физкультминутки, фотографии);
- составление плана основного этапа Проекта.

Работа с родителями:

- беседа с родителями о предстоящей работе.

Ответственные за выполнение воспитатель, родители.

Основной этап:

- Создание буклета ЗОЖ
- Дидактические игры
- Утренняя гимнастика
- Гимнастика пробуждения
- Закаливающие процедуры
- Подвижные игры
- Физкультура
- Соревнования

Заключительный этап:

Содержание деятельности воспитателя и детей:

- Итоговое мероприятие проекта спортивное мероприятие «Супермамы»;
- подготовка презентации Проекта«Здоровье – наше богатство»;
- анализ полученных результатов.

Работа с родителями: подготовка и участие родителей в мероприятии.

Срок реализации:2022-2023 гг.

Ответственные за выполнение:

воспитатель, родители.

Дети знают составляющие понятия «ЗОЖ»



Дидактическая игра «Я здоровым быть хочу»

«Я здоровым быть хочу»



Дидактическая игра «Убери продукты вредные для здоровья»



«Убери продукты вредные для
здоровья»



AR



Утренняя гимнастика

В детском саду каждое утро обязательно проводятся комплексы утренней гимнастики. Не надо забывать про гимнастику и дома.

«Здоровье в порядке — спасибо зарядке!»



*Каждый день у нас, ребята
Начинается с зарядки.
Сделать нас сильнее
немного,
Упражнения помогут.*



Гимнастика пробуждения

Еще в нашей группе ежедневно проводится комплекс упражнений для пробуждения после сна

Сон прошел, и мы проснулись,
Улыбнулись, потянулись,
Одеваться все пошли.



Закаливающие процедуры

Так же в группе проводятся закаливающие процедуры – это один из главных компонентов повысить устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

Льется чистая водица,

Мы умеем сами мыться.

Моем шею, моем уши.

Затем вытремся мы
суше.



По ровненькой дорожке,

По ровненькой дорожке,

Шагают наши ножки:

Раз- два, раз – два!



Физкультура

«С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны!»

Это бодрость и здоровье,
Это радость и веселье!
Плюс хорошая фигура –
Вот, что значит
физкультура.



Подвижные игры

Еще с детьми проводятся подвижные игры. С большим удовольствием дети играют не только в группе, но и на улице.



Мы, ребяташки на
площадке,
Дружно, весело
живем:
Целый день мы все
гуляем
И здоровыми растем.



Соревнования



Спортивное мероприятие «Супермамы»



Список литературы

1. Е.И. Подольская «Формы оздоровления детей 4-7 лет» 2009 г.
2. С.Е. Шукшина «Я и моё тело» 2004 г.
3. Е.А. Бабенкова, О.М. Федоровская «Игры, которые лечат» 2008 г.
4. Т.А. Шорыгина «Беседы о здоровье» 2010 г.
5. Вахрушев А.А. Кочемасова Е.Е. «Здравствуй, мир! Окружающий мир для дошкольников», 2003 г.
6. Джеки Силберг «500 пятиминутных развивающих игр для детей от 3-6 лет »
7. Алябьева Е.А. «Игры для детей 4-7 лет» Москва, 2009г.