

«День здоровья» в ДОУ

МКДОУ Сортавальского МР РК ДС№23
корпус 8.

Инструктор по физической культуре Мякина

С.С

Актуальность

- Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического, так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.
- Вопросы формирования у дошкольников основ здорового образа жизни, потребности в ежедневной двигательной деятельности отражены во всех ныне действующих программах воспитания и обучения. Наряду с работой по закаливанию, формированию культурно-гигиенических навыков и основных движений в этих программах ставится задача обучения ребенка заботе о своем здоровье и безопасности.
- Итак, самой актуальной задачей 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.

Цель проекта: Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, потребности вести ЗОЖ . Закрепление знаний о КГН.

Задачи проекта:

Образовательные:

1. Формировать начальные представления дошкольников о себе, о здоровом образе жизни, о правилах гигиены и охране здоровья.
2. Формировать стремление к здоровому образу жизни, признание ребенком ценности здоровья.
3. Закреплять представление о пользе для здоровья прогулок на свежем воздухе.
4. Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.
5. Расширять представления о видах спорта и пользе занятий физкультурой.




Развивающие:

1. Создать развивающую предметную среду в группе, благоприятную атмосферу;
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; прививать любовь к физическим упражнениям.
3. Формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья;
4. Формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление здоровья;

Воспитательные:

Воспитывать у детей осознанное отношение к здоровому образу жизни (необходимости закаляться, заниматься спортом).

Паспорт проекта

-  1 Краткосрочный проект (1день)
-  2 Участвует весь коллектив ДОУ
-  3 Вид проекта – физкультурно-оздоровительный, познавательный

Ожидаемые результаты:

1. Дети получают простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);
2. Повышение речевой активности, активизация словаря детей;
3. Полученный опыт позволит им избежать несчастных случаев;
4. Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, что позволит снизить заболеваемость детей;
5. Повысится заинтересованность родителей в ведении здорового образа жизни своего ребёнка.

План реализации проекта

Подготовительный этап:

- оформить входную зону в детский сад, в соответствии с темой дня;
- подготовить информацию для родителей в родительские уголки;
- разработать тематический план работы с детьми в течение дня;
- чтение художественной литературы о спорте, физкультуре, о здоровом образе жизни;
- разучивание поговорок, пословиц, загадок, песен на спортивную тематику;
- рассматривание иллюстраций с изображениями разных видов спорта.
- беседы и занятия с детьми о здоровом образе жизни, о сохранении здоровья, полезной пище и витаминах;
- беседа медсестры с детьми о здоровом образе жизни, активном отдыхе.

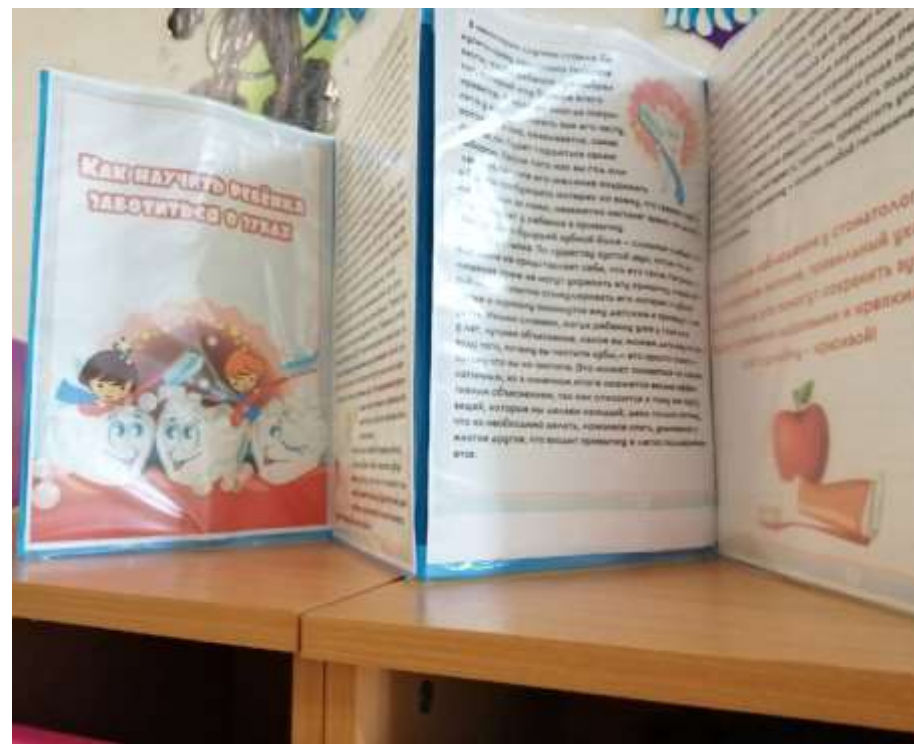
Работа с родителями:

- консультации для родителей - «Здоровый образ жизни», «Здоровый образ жизни семьи», «Составляющие ЗОЖ», «Как приучить ребенка есть овощи и фрукты»;
- папки – ширмы – «Как научить ребенка заботиться о зубах», «Чистые руки – залог здоровья», «Здоровый образ жизни семьи».

Информация для родителей.



Информация для родителей.



Информация для родителей.



Практическая реализация проекта

План мероприятий на весь день:

07.30 – 08.30 – Утро радостных встреч.

08.10 – 08.20 – Утренняя гимнастика «Мы – будущие Чемпионы» в младшей группе «Ромашка».

08.30 – 08.45 - Завтрак Чемпионов.

09.00 – 09.20 – Тематическая беседа с медсестрой и показ ролика «Чистота – залог здоровья» в средней группе «Непоседы».

09.35 – 10.00 - Показ ролика о ЗОЖ в старшей группе «Сказка». Развлечение «Быть здоровым – это здорово!»

10.40 – 12.25 - «Здоровье в подвижных играх» на улице – все группы.

11.50 – 12.30 – Обед Олимпийцев.

15.00 – 15.15 – Гимнастика пробуждения «Кто спит в постели сладко? Давно пора вставать. Спешите на зарядку, мы вас не будем ждать» - все группы.

15.20 – 15.30 – Полдник «Раз, два, три – подкрепись, дальше спортом ты займись!»

15.40 – 15.55 – Рассматривание альбома «Виды спорта» в старшей группе «Сказка».

Рисование рисунков «Путешествие в страну Здоровья».

15.30 – 15.50 - Рассматривание иллюстраций в средней группе «Теремок».

15.30 – 16.00 – Вечер игр «Путешествие в страну Здоровейкину» в подготовительных группах «Радуга» и «Ладушки».

16.00 – 16.30 – Танцевальный марафон «Навстречу друг другу».

«Мы – будущие чемпионы» - гимнастика в младшей группе



Будущие чемпионы!



Беседа с медсестрой в средней и старшей группах.



Быть здоровым – это здорово!!!



В младшей группе



На прогулке



На прогулке



На прогулке



Гимнастика пробуждения



Спорт в рисунках детей



В средней группе



Подготовительная группа «Путешествие в страну Здоровейкино».



В стране Здоровейкино



В стране Здоровейкино



Заключительный этап

1. Собрать детские комментарии, высказывания о Дне Здоровья.
 2. Оформить выставку детских рисунков.
 3. Создание презентации: «День Здоровья».
 4. Оформление рекомендаций для родителей по воспитанию у детей стремления к здоровому образу жизни.
 5. Предоставить информацию на сайт ДОУ.
- В проекте на протяжении дня реализуются различные формы обучения, оздоровления детей с учетом возрастных индивидуальных особенностей, интересов, имеющихся запасов знаний о здоровом образе жизни, умений и навыков.
 - Совместная деятельность под руководством педагога формирует в детях ценнейшие морально-волевые качества: чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, дисциплинированность. В группе проходит обсуждение прошедшего дня (что больше всего понравилось), оформляются выставки детских работ, фотоматериалы. Общение воспитателей с родителями воспитанников о проведенном Дне Здоровья, по поводу прошедших мероприятий, рассказ о достижениях ребенка.
 - Данный проект показал, что физкультурно-оздоровительная работа в разнообразных видах деятельности и режимных процессах работы ДОУ обеспечивают достаточную физическую нагрузку одновременно для всех детей, повышают выносливость детского организма. Движения укрепляют здоровье ребенка и способствуют снятию перенапряжения.