

Муниципальное казенное дошкольное
образовательное учреждение Сортавальского МР РК детский сад №23, корпус № 8.



Неделя здоровья
«За здоровьем в детский сад!»

Выполнила инструктор по физической культуре Мякина С.С.



Актуальность проекта:

В последнее время остро стоит проблема здоровья. Появилась тенденция к ухудшению здоровья среди детей. Достичь необходимо уровня интеллектуально – познавательного развития может только здоровый ребенок. Специально организованная досуговая деятельность является эффективным средством формирования здоровья и выработки правильных привычек дошкольников.

Беседы, игры по теме помогают сформировать предпосылки к здоровому образу жизни. Продуктивная деятельность помогают отобразить свои впечатления.



Цель проекта: формировать представление о здоровом образе жизни, умение заботиться о своем здоровье.

Задачи проекта:

1. Закреплять у детей понятие о здоровье, как главная ценность человеческой жизни.
2. Формировать у детей представление о здоровом образе жизни, правильном питании, о витаминах и полезных продуктах, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены и режима дня, о значении физических упражнений.
3. Учить детей активно участвовать в заботе о своем здоровье, знать и осознанно выполнять несложные приемы оздоровления.
4. Прививать любовь к физическим упражнениям и подвижным играм на воздухе.



Ожидаемый результат:

- ✓ Знать несложные приемы самооздоровления;
- ✓ Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья, соблюдения режима, правильного питания, занятия спортом;
- ✓ Повышение речевой активности, активизации словаря;
- ✓ Приобретенные навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, что позволит снизить заболеваемость детей;
- ✓ Повысить заинтересованность родителей к ведению здорового образа жизни своего ребенка.



Тип проекта:

- Краткосрочный
(одна неделя с 17 октября по 21 октября);
- Участвуют воспитатели групп и инструктор по ФК;
- Вид проекта: физкультурно-оздоровительный,
познавательно-творческий.





Этапы реализации проекта:

1й этап – подготовительный.

- Изучить методическую, научно-популярную и художественную литературу по теме;
- Подобрать иллюстрированный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой, познавательной деятельности;
- Составить план мероприятий на каждый день, подобрать стихи, загадки, пословицы, пальчиковую и дыхательную гимнастику;
- Оформить информационные уголки для родителей по здоровому образу жизни, сделать брошюры и провести среди родителей анкетирование.



2й этап – основной.

Работа с детьми
по дням недели.





Среда -
личная
гигиена. «Мы
чистюли».

Вторник -
правильное
питание.
«Мы и
витамины».

Четверг -
режим дня.
«Мы
порядком
дорожим –
соблюдаем
свой режим».


**Неделя
здоровья**

Понедельник -
режим дня.
«Мы порядком
дорожим –соблюдаем
свой режим».

Пятница –
спорт и мы. «Будем мы
играть, смеяться, будем
спортом заниматься».

Понедельник 17 октября

Старшая группа «Теремок»



Девиз дня «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим»

1. Утренняя гимнастика.
2. Беседа с детьми «Режим дня».
3. Пальчиковая гимнастика «Утречко».
4. Показ ролика «Зачем нам нужен режим дня».
5. Подвижная игра «Мы веселые ребята».
6. Чтение художественной литературы Л.Воронкова «Маша – растеряша».
7. Игровое упражнение «Собери игрушки».
8. Д/и «Продолжи фразы...»
9. Игра с мячом «Полезно – вредно».
10. Игра – задание закрытыми глазами «Отгадай на вкус».
11. Д/и «Режим дня».
12. Прогулка.











Вторник 18 октября

Средняя группа «Ромашка»

Девиз дня «Витамины и мы»

1. Утренняя гимнастика.
2. Познавательная беседа «Зачем нам нужны витамины».
3. Рассматривание картинок с фруктами и овощами.
4. Пальчиковая гимнастика «Апельсин», «Капуста».
5. Показ ролика «Витамины».
6. Игровое задание «Вредные и полезные продукты».
7. П/и «Вершки – корешки».
8. Чтение художественной литературы Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду».
9. Игровые задания с мячом «Овощи – фрукты», «Съедобное – не съедобное».
10. Лепка «Угощение для куклы Маши».
11. Прогулка.













Среда 19 октября
Младшая группа «Солнышко»
Девиз дня «Мы чистюли»

1. Утренняя гимнастика.
2. Чтение художественной литературы А. Барто «Девочка чумазая».
3. Пальчиковая гимнастика «Моем руки».
4. Беседа «Как правильно умываться». Знакомство с зайкой. Учим его мыться.
5. П/и «Зайка серенький сидит».
6. Советы Мойдодыра – знание правил гигиены.
7. Танцевальные движения под музыку «Чок, чок каблучок».
8. Игровое задание «Разложи по образцу».
9. Разукрашивание картинок с предметами гигиены «Раскрась картинку».
10. Прогулка.













Четверг 20 октября

Старшая группа «Непоседы»

Девиз дня «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим»

1. Утренняя гимнастика.
2. Беседа с детьми «Режим дня».
3. Пальчиковая гимнастика «Утречко».
4. Показ ролика «Зачем нам нужен режим дня».
5. Подвижная игра «Мы веселые ребята».
6. Чтение художественной литературы Л.Воронкова «Маша – растеряша».
7. Игровое упражнение «Собери игрушки».
8. Д/и «Продолжи фразы...»
9. Игра с мячом «Полезно – вредно».
10. Игра – задание закрытыми глазами «Отгадай на вкус».
11. Д/и «Режим дня».
12. Прогулка.











Пятница 21 октября

Подготовительная группа «Сказка»

Девиз дня «Будем мы играть, смеяться, будем спортом заниматься»

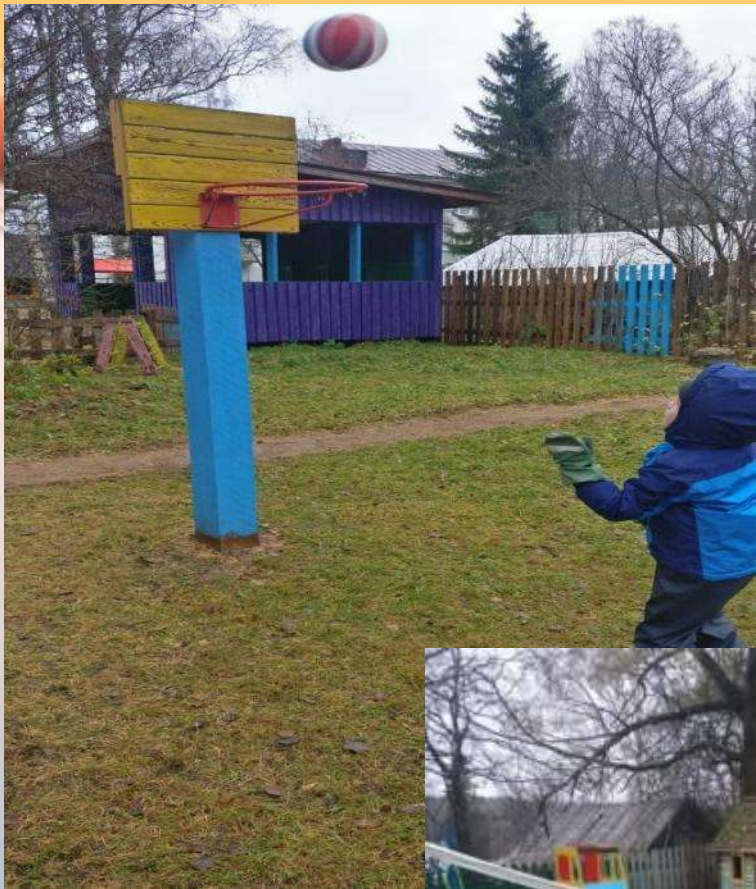
1. Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни в семье».
2. Утренняя гимнастика.
3. Беседа с детьми «Что такое здоровье».
4. Игровое задание «Проползи и не задень».
5. Беседа – рассуждение «Я – спортсмен». Физиологические опыты (обратить внимание детей на то, как изменяется работа организма до и после физических нагрузок). Приседания.
6. Д/и «Продолжи фразу», «Кому, что нужно», «Кто больше скажет слов о мяче (клюшке, лыжах, ракетке).
7. Игровое задание «Забей шайбу в ворота», «По дорожке с мячом».
8. Загадки, пословицы о спорте.
9. Игровое задание «Кто быстрее», «Меткие стрелки».
10. Рисование «Мы со спортом крепко дружим».
11. Танец – игра «Это я, это я, это все мои друзья!»
12. Прогулка.











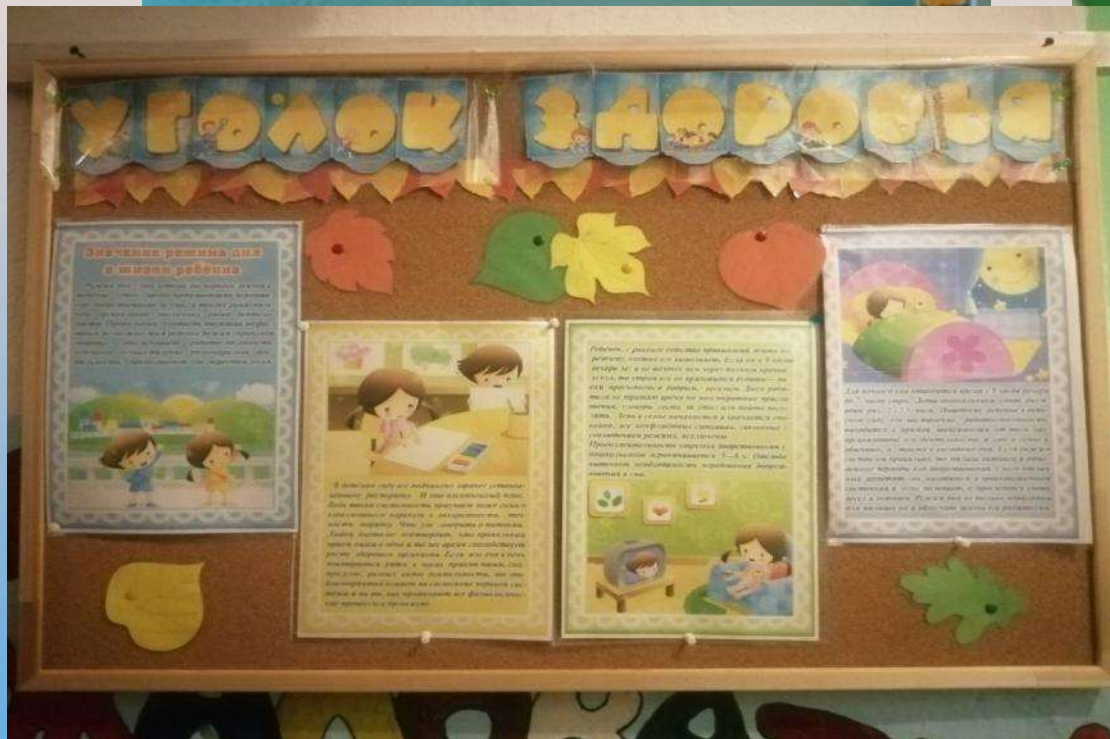


Работа с родителями

- ❖ Знакомство с мероприятиями проекта;
- ❖ Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни в семье»;
- ❖ Консультации: «Как приучить ребенка есть овощи и фрукты», «Значение режима дня в жизни ребенка», «Здоровый образ жизни»;
- ❖ Папки-передвижки на темы: «Здоровый образ жизни семьи», «О правильном питании и пользе витаминов», «Чистые руки – залог здоровья», «Бережем свое здоровье – соблюдаем свой режим».

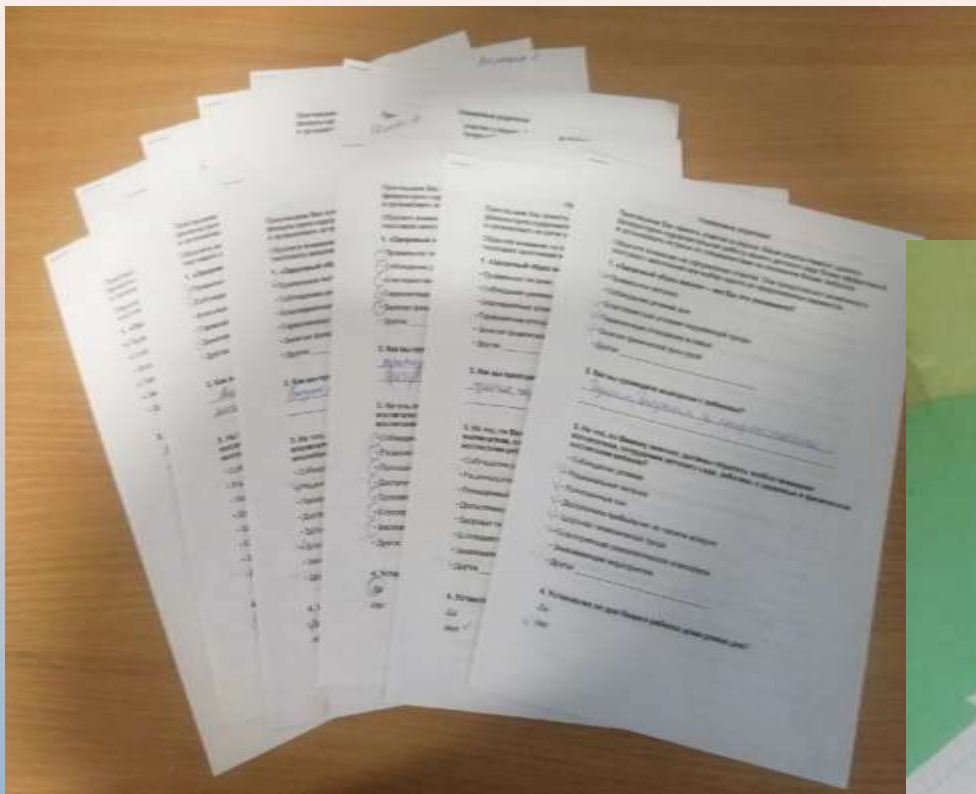








Анкетирование родителей подготовительной группы «Сказка»





3й этап – заключительный.

Фоторепортаж после каждого дня.

Выводы:

В течение этой недели, педагоги попытались погрузить детей в царство здорового образа жизни, чтобы у ребенка была возможность глубоко осознать, почувствовать то, что ему хотят донести и привить желание сохранять свое здоровье.

Наша работа направлена на сохранение и укрепление здоровья всех участников воспитательно - образовательного процесса и не ограничивается только неделями здоровья. На протяжении всего года сотрудники ДОО реализуют задачи, направленные на формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью.



Работы детей





Спасибо за внимание!