

Проект «Здоровью скажем - «ДА!» в средней группе



Выполнила: Фролова Е.А.,
воспитатель МДОУ «Детский сад №5»
г. Ясногорска Тульской области

Паспорт проекта:

Тип проекта: познавательный, физкультурно-оздоровительный.

Продолжительность проекта: краткосрочный (1 неделя).

Сроки реализации проекта: с 4 апреля по 8 апреля 2022 г.

Участники проекта: дети средней группы (возраст 4-5 лет), педагоги группы, родители воспитанников, инструктор по физической культуре.

Актуальность проекта.

Охрана, сохранение и укрепление здоровья детей одна из важных задач в системе дошкольного образования. Здоровье является необходимым условием культурного развития человека. Вот почему так важно сформировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

Проект проведён в соответствии с комплексно-тематическим планированием - Недели здоровья.

Цель: сформировать элементарные представления о здоровом образе жизни, закрепить знания детей о том, как сохранить и укрепить здоровье.

Задачи:

- закрепить знание детей о понятии «здоровье»;

- закрепить правила с детьми, как сохранить своё здоровья;
- сформировать заботу к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья;
- развивать ловкость, быстроту, координацию движения;
- воспитывать бережное отношение к собственному организму.

Ожидаемые результаты:

1. Сформируются элементарные представления о здоровом образе жизни, о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (*соблюдение режима дня, правильное питание, чистота тела, спорт*);
2. Получат представление о значении двигательной активности в жизни человека;
3. Дети научатся бережно относиться к своему здоровью.
4. Участие родителей в проекте.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в проекте:

- Утренняя гимнастика;
- Подвижные и спортивные игры на воздухе;
- Релаксация;
- Гимнастика для глаз;
- Пальчиковая гимнастика;
- Дыхательная гимнастика;
- Гимнастика после сна;

Интеграция образовательных областей:

- ✓ познавательное развитие,
- ✓ физическое развитие,
- ✓ социально – коммуникативное,
- ✓ художественно – эстетическое развитие,
- ✓ речевое развитие.

Условия реализации проекта:

- ✓ доступность изложения материала;
- ✓ сочетание разнообразных видов деятельности;
- ✓ сотрудничество с физкультурным работником.
- ✓ тесное сотрудничество с семьёй .
- ✓ учёт возрастных особенностей детей.

Оборудование:

- ✓ иллюстрации, презентации по теме;
- ✓ произведения художественной литературы согласно теме проекта;
- ✓ телевизор, компьютер.

Этапы реализации проекта:

I этап – подготовительный.

1. Постановка проблемы, определение цели и задач работы. Активизировать интерес детей к здоровью человека и своему собственному.
2. Подбор методической литературы, дидактических игр, иллюстративного материала по данной проблеме.
3. Привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми.

II этап – основной:

План реализации проекта:

Работа с детьми:

Беседы:

- Беседа с детьми « Мое здоровье»
- Беседа «Зачем нужны витамины?»
- Беседа « Как защититься от микробов?»
- Дидактическая игра «Полезные и вредная еда»
- Беседа «Зачем людям спорт?» « Виды спорта»
- Подвижные игры, эстафеты в группе, на участке.
- Загадки про спорт и здоровый образ жизни .
- Чтение пословиц и поговорок о спорте и здоровом образе жизни.
- Чтение произведений А. Барто «Зарядка», « Физкультура всем нужна»
- Сюжетно ролевые игры: «Доктор» «Магазин продуктов»

Художественное творчество:

- Рисование « В саду созрели яблоки», «Овощи и фрукты – полезные продукты»

Физическое развитие:

- Утренняя гимнастика
- Профилактическая гимнастика (дыхательная, осанка, плоскостопие, зрение)
- Гимнастика после сна, дорожка «здоровья»
- Физкультурное развлечение «Физкульт - УРА!»

Организация работы с родителями.

Консультации «Двигательная активность и здоровье дошкольника», «Иммунитет и способы его укрепления»

Участие семей в смотре-конкурсе ««Нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками»

III этап – заключительный.

Итог проекта:

- ✓ Участие в смотре-конкурсе «Нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками»
- ✓ Фотоотчёт на сайте ДОУ: «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны»
- ✓ Физкультурное развлечение «Физкульт - УРА!», посвящённое Дню здоровья (7 апреля)

Результаты реализации проекта:

- ✓ В ходе проведения данного проекта у детей сформировались элементарные представления о здоровом образе жизни, появился интерес к здоровому питанию; сохранению и укреплению своего здоровья.
- ✓ Родители воспитанников вовлечены в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

Фотоотчёт о реализации проекта:



Гимнастика после сна



Подвижные игры



Дидактическая игра «Полезная и вредная еда»



Физкультурные занятия



Сюжетно-ролевая игра «Магазин продуктов»





Овощи и фрукты - полезные продукты



Выращиваем зелёный лучок



Любимая игра – перетяни канат



Физкультурное развлечение, посвящённое Дню здоровья (7 апреля)



Семьи воспитанников приняли участие в смотре-конкурсе «Нетрадиционное физкультурное оборудование своими руками»

