



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №16 ГОРОДА КРАСНОАРМЕЙСКА САРАТОВСКОЙ
ОБЛАСТИ»**

Проект Самая здоровая группа



воспитатель подготовительной к школе группы № 4 «Солнышко»

Савельева Инга Викторовна

2021год

Цель и задачи проекта

➤ **Цель проекта:** сформировать и закрепить знания о здоровом образе жизни посредством игры, праздников, развлечений, трудотерапии, основной организованной деятельности у дошкольников 5 – 7 лет. Укреплять, беречь и охранять здоровье детей.

➤ **Задачи проекта:**

- 1. Воспитывать детей ЗОЖ в режимных моментах группы и ДООУ, учить в ООД в игровой форме правилам ЗОЖ.
- 2. Укреплять здоровье детей и знания о ЗОЖ такими формами деятельности, как праздники, развлечения, прочтения и инсценирования сказки, другой литературы и трудотерапия.
- 3. Взаимодействовать с родителями в воспитании ЗОЖ у детей.

Актуальность

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.

■ Гиппократ

- Всем известно, что здоровье ребенка закладывается еще в пренатальный период и зависит от здорового образа жизни его родителей. Ребенок родился, растет здоровеньким, радуется окружающим, которые заботятся о нем. С 2х лет дети определяются в детский сад и проводят там большую часть своей жизни до школьного возраста. Задача педагогов сформировать знания о здоровом образе жизни, поддерживать, беречь и укреплять здоровье несмышленышей.
- В наше непростое время пандемии COVID19 особенно необходимо быть бдительными, соблюдать вместе с детьми правила гигиены, усилено работать в рамках программы ЗОЖ.
- Проект охватывает период с 1 сентября 2020 года по настоящее время – 20 октября 2021 года, когда дети были старшей по возрасту группой и перешли в подготовительную к школе, период, когда в таком возрасте уже формируются и закрепляются основные правила и знания о них. Нам – педагогам надо многому учиться в наш информационный век интернета, осваивать новые технологии и формы для работы с детьми, чтобы вырастить здоровых не только физически, но и психически уравновешенных, умных, полноценно адаптированных в социальной среде детей – будущее нашей огромной страны.

Ожидаемые результаты

- ▶ Дети, к концу года и выпуску из ДООУ овладеют знаниями ЗОЖ в игровой форме:
- ▶ - в повседневной жизни знают правила личной гигиены и культуры поведения;
- ▶ - ежедневно выполняют зарядку;
- ▶ - занимаются спортом, танцами и другими видами и формами по программе ЗОЖ;
- ▶ - укрепляют здоровье закаливанием;
- ▶ - знают основы культуры питания;
- ▶ - владеют знаниями о съедобных и ядовитых грибах;
- ▶ - правилах безопасности в быту и на природе;
- ▶ - правилах безопасности на дороге, дорожного движения;
- ▶ - в семье и окружении демонстрируют знания, полученные в ДООУ.



Содержание проекта

- 1. Воспитание здорового образа жизни у дошкольников в режиме группы и ДОУ
- 2. Праздники и развлечения как форма укрепления здорового духа в здоровом теле
- 3. Развитие здорового образа жизни детей группы «Солнышко» вне ДОУ

1. Воспитание здорового образа жизни у дошкольников в режиме группы и ДОУ

Утренний прием детей в ДОУ

Воспитатель И.В. Савельева принимает детей в ДОУ на входе в здание, соблюдая режим ношения маски и перчаток. Детям измеряется температура тела и обрабатываются руки. Родители приходят в масках и не проходят в здание дальше входа.



Утренняя гимнастика «На зарядку становись!»

Ежедневно инструктор по физической культуре А.С. Зотов проводит с детьми утреннюю гимнастику, дети с удовольствием выполняют упражнения, по окончании зарядки произносят: «Спасибо зарядке, здоровье в порядке!» В рамках взаимодействия с социумом использовалась зарядка театра на большом экране «Аленький цветочек» (в связи с ограничительными мерами по пандемии COVID19 зарядка проходила в группе при помощи ноутбука)



Гигиена рук

Дети всегда моют руки перед едой и по возвращению с прогулки. Для каждого ребенка предусмотрен индивидуальный маркированный шкафчик для личного полотенца, отмеченного инициалами.



Культура питания

Воспитание культуре питания реализуется в форме бесед, ситуаций, а также в сюжетно-ролевых играх в игровом уголке «Квартира». Дети осваивают правила поведения за столом, знают как сервировать стол. Ежедневно устанавливается дежурство по столовой.



Физминутка во время ООД

Во время основной организованной деятельности проводятся физминутка, пальчиковая игра.



Физическое развитие на занятиях

Занятия физической культурой
проводит инструктор по физкультуре Алексей Сергеевич Зотов
3 раза в неделю, одно из них на воздухе.



Снятие психо- эмоционального напряжения

Педагог-психолог Елена Николаевна Казип знает, как поддержать психическое здоровье детей, ребята с удовольствием посещают занятия-тренинги.



Прогулка

Ежедневные прогулки закаливают организм ребенка и влияют на самочувствие, здоровый сон. Во время прогулок дети играют в подвижные игры, познают окружающий мир природы.





Трудовая деятельность на игровом участке и экологической тропе ДОУ

Ребята с удовольствием трудятся на игровой площадке: наводят порядок, поливают цветы, а также трудовое воспитание осуществляется на экологической тропе ДОУ: работа в огороде, сбор ягод смородины, уборка мусора на участке «фитоаптека»



Внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы с детьми

В нашей группе практикуется технология профилактики плоскостопия и закаливания - массажная дорожка из природного материала на игровой площадке (летом), которую легко собрать, помыть и заменить наполнители.



Здоровьесберегающая практика после сна

Постепенно просыпаясь, ребята выполняют гимнастику и точечный массаж, проходят по модульному коврику «Ортодон»



2. Праздники и развлечения как форма укрепления здорового духа в здоровом теле

Праздники: «Новый год», «Здравствуй, Масленица!», «День России», «Крещение Руси», «Здравствуй, Лето», «День знаний», праздник осени



Развлечения: квест-игра «Сокровища пиратов», «Служба спасения – 112», день семьи, любви и верности, веселые старты, просмотр мультфильма «Про бегемота, который боялся делать прививку», взаимодействие с артистами из городского дома культуры

3. Развитие здорового образа жизни детей группы «Солнышко» вне ДОУ

Ребята из группы «Солнышко» ведут активный здоровый образ жизни вне ДОУ: занимаются спортом, танцами, выезжают на прогулку на природу, дачу и пасеку, помогают дома своим трудом родителям.



Инсценирование сказки: «Сказка о мертвой царевне», «Сказка о царе Салтане»
А.С. Пушкин, «Теремок» р.н.с.

Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Квартира», «Магазин»

Использование предметно-пространственной среды: в спортивном уголке,
конструирование, доска «Геометрик», рисование



3. Развитие здорового образа жизни детей группы «Солнышко» вне ДООУ

Ребята из группы «Солнышко» ведут активный здоровый образ жизни вне ДООУ: занимаются спортом, танцами, выезжают на прогулку на природу, дачу и пасеку, помогают дома своим трудом родителям











Спасибо за
внимание!

