

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 22 «СКАЗКА»
(МБДОУ № 22 «СКАЗКА»)

Утверждаю: И.о. заведующего
Н.В. Кораблева
приказ № Д.В.К.-Н-689/1
« ДЕТСКИЙ САД № 22
«СКАЗКА» 2021г.



«РАСТЕМ ЗДОРОВЫМИ!»
краткосрочный проект
для детей старшего дошкольного возраста 6-7 лет

Согласовано:
заместитель заведующего по УВР
Бугаева А.Е.
«09» 11 2021г.

Разработчики проекта:
Печенюк О.Г., воспитатель первой
квалификационной категории,
Корниенко С.В., воспитатель первой
квалификационной категории,

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 22 «СКАЗКА»
(МБДОУ № 22 «Сказка»)**

ПРИКАЗ

Сургут

№ Рс 22-11-689/1

09.11.2021

Об утверждении проекта по
здоровьесбережению
«Растем здоровыми!»

В рамках реализации основной образовательной программы дошкольного образования образовательного учреждения и на основании решения педагогического совета, протокол № 1 от 29.08.2021

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить проект по основам безопасности жизнедеятельности «Растем здоровыми!» для детей старшего дошкольного возраста с 6 до 7 лет.
2. Бугаевой А.Е. заместителю заведующего по УВР, совместно с педагогами групп старшего дошкольного возраста с 6 до 7 лет образовательного учреждения обеспечить реализацию проекта с 09.11.2021 по 09.12.2021 года.
3. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя заведующего по УВР Бугаеву А.Е.

И.о. заведующего



Н.В. Кораблева

Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его,
Здоровье не купишь, никто не продаст,
Его берегите, как сердце, как глаз. Ж. Жабаев.

Актуальность проекта.

Самая актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. А для нас с вами, в первую очередь – здоровье наших детей! Одна из основных задач ФГОС Д О - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Современный дошкольник Д ОУ должен обладать крепким здоровьем, хорошим физическим развитием, умением сохранять правильную осанку, потребностью регулярно заниматься физической культурой, быть в двигательной активности, стремлением совершенствовать свои достижения. Однако в дошкольном образовательном учреждении значение двигательной активности как фактора, стимулирующего резервные возможности физического, функционального, двигательного и психического развития.

Одна из основных задач, стоящих перед педагогами Д ОУ, – воспитание здорового человека.

Современные дети испытывают “двигательный дефицит”, т.е. количество движений, производимых ими в течении дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что дома дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора, играя в телефонах). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Физически ослабленные дети подвергаются быстрому утомлению, у них снижены эмоциональный тонус и настроение, что в свою очередь отрицательно влияет на характер их умственной работоспособности.

Цель проекта.

Создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья, через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни.

Задачи проекта.

Расширение знаний детей о здоровье, как о главной ценности жизни, продуктах здорового и нездорового питания. Дать представление детям об элементарных способах укрепления своего здоровья.

Формирование у ребенка осмысленного отношения к здоровому образу жизни. Укреплять здоровье и повышать работоспособность детей через организацию подвижных игр и игр с элементами спорта. Познакомить детей с здоровыми принципами питания, витаминами.

Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Вызвать желание заниматься оздоровительной деятельностью у детей, их родителей и педагогов ДОУ.

Заинтересовать родителей сотрудничать с работниками ДОУ в оздоровлении детей.

Оздоровительная

1. Формировании положительного отношения к занятиям физкультурой.
2. Формирование у детей необходимых двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья.
2. Формирование элементарных знаний в области гигиены, медицины, физкультуры.
3. Формирование представления о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья.
4. Формирование у детей необходимых двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья.

Образовательная

1. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
2. Формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки.
3. Формирование правильной осанки, гигиенических навыков;
4. Развитие основных физических качеств и двигательных способностей детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.);
5. Формирование умения выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.

Воспитательная

1. Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
2. Выбатывать привычку к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;
3. Воспитывать положительные черты характера;
4. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой;
5. Поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей;
6. Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

Тип проекта:

Проект краткосрочный, физкультурно-оздоровительный, обучающий.

Участники проекта:

Дети подготовительного возраста с 6 до 7 лет группы «Зайка», родители (законные представители) и воспитатели Печенюк О.Г., Корниенко С.В.
Сроки реализации: **краткосрочный** с 08 ноября по 08 декабря.

Ожидаемый результат:

1. Сформированные навыки ЗОЖ.
2. Раскрыть актуальность данной проблемы совместно с родителями в формировании навыков здорового образа жизни детей.
3. Осознанное отношение к своему здоровью.
4. Высокая посещаемость детей ДОУ.
5. Проявление творчества и любознательности в области здоровья.

Подготовительный:

Определение проблемного поля, формирование концепции по оздоровительной деятельности. Разработка проекта по направлению "здоровье". Планирование работы с детьми, родителями и педагогами.

1. Информирование родителей по теме проекта: «Роль семьи и здоровый образ жизни» (Приложение №1)
2. Анкетирование родителей. «Наша семья и ее здоровый образ жизни». (Приложение №2) воспитатели, родители
3. Составление плана мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. (Приложение №3)

Воспитатели

4. Подбор методической литературы по теме проекта. (Приложение №4)

Основной этап:

1. План мероприятий по проекту Здоровье. (Приложение №5)
2. Проведение спортивного развлечения «Веселое путешествие по стране «Здоровья» для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) (Приложение № 6)

Воспитатели, родители

3. Подбор дидактических игр и оформление картотеки дидактических игр для детей старшего дошкольного возраста. (Приложение № 7) Воспитатели
4. Подбор подвижных и малоподвижных игр и оформление картотеки подвижных и малоподвижных игр для детей старшего дошкольного возраста. (Приложение № 8)

Воспитатели

Итоговый этап:

1. Оформление фотоальбома: «Спорт в моей семье». Воспитатели, родители
2. Консультация для родителей и педагогов ДОУ «Профилактика плоскостопия детей» (Приложение №9)
3. Консультация для родителей «Движение и здоровье». (Приложение №10)

Предполагаемый результат:

Появление интереса детей к здоровому образу жизни; сохранение и укрепление здоровья детей; активное включение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

Аналитический

Анализ деятельности.

Ресурсное обеспечение.

1. Физкультурный уголок в группе.
2. Уголок по здоровьесбережению для детей и родителей
3. Спортивный зал
4. Спортивный участок на территории МБДОУ.
5. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.
6. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, конспекты бесед, занятий, сценарии спортивных развлечений и т.д.).
7. Подборка методической литературы "Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста".

Продолжительность проекта: месяц

Формы реализации.

- Занятия по познавательной деятельности;
- Беседы с детьми и родителями;
- Игровая деятельность;
- Выполнение работ по изобразительной деятельности;
- Организация тематических центров по проекту;
- Оформление фотоальбома об спорт в семье.

Принципы реализации проекта:

- принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

- принцип коммуникативности, помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

План реализации проекта.

I этап – подготовительный

1. Подбор методической литературы, бесед, загадок, стихов, пословиц, песен, дидактических игр, иллюстрированного материала.
2. Рассматривание альбомов «Виды спорта»; «Азбука здоровья».
3. Чтение и обсуждение произведений по теме.
4. Подбор подвижных игр в группе и на воздухе.
5. Подбор наглядного материала и консультаций для родителей.

II этап – основной

1. Беседа с детьми «Мое здоровье»
2. Беседа «Зачем нужны витамины?»
3. Игровая ситуация «Как защититься от микробов?»
4. Дидактическая игра «Полезные продукты»
5. Беседа «Зачем людям спорт?»
6. Загадки про спорт и здоровый образ жизни
7. Консультации для родителей.

III этап – заключительный

1. Тематическая выставка детских рисунков.
2. Привлечение родителей для изготовления пособий по здоровьесбережению.

Ежедневно: Артикуляционные, пальчиковые, дыхательные гимнастики, зарядка на свежем воздухе, минутки - побудки, ходьба по корригирующим дорожкам, физминутки и динамические паузы во время продуктивной и непрерывной образовательной деятельности, полоскание ротовой полости после приема пищи, подвижные игры и игры малой подвижности.

Консультация для родителей на тему : «Здоровый образ жизни ваших детей».

Дискуссия с родителями.

Вопросы:

– Развитие умения переносить знания, полученные на занятиях физической культуры в повседневную жизнь.

Профилактика сутулости ребёнка.

– Что должна сделать семья для решения данной проблемы?

Воспитатель: Что нужно знать родителям о физиологии дошкольника?

Полезные советы на каждый день.

- Самое главное – сохранить физическое и психическое здоровье ребенка.
- Разговаривайте со своим ребенком о необходимости беречь собственное здоровье.
- Собственным примером демонстрируйте своему ребенку уважительное отношение к собственному здоровью.
- Не позволяйте ему выполнять режим дня от случая к случаю.
- Если ребенок болен, но протекание болезни позволяет ему делать зарядку и он этого хочет – не препятствуйте ему.
- Посещайте вместе с ним спортивные мероприятия и праздники, особенно детские.
- Бывайте вместе с ним на воздухе, участвуйте в его играх и забавах.
- Дарите ребенку подарки, которые будут способствовать сохранению его здоровья.
- Не смейтесь над ребенком, если он выполняет какое-то упражнение не так.
- Приветствуйте его общение со сверстниками, которые занимаются спортом.

Консультация для родителей на тему: «Здоровый образ жизни ваших детей. Анкета для родителей.

- Нравятся ли вашему ребенку занятия физической культуры в детском саду?
- Позволяете ли вы себе забирать своего ребенка с занятий физической культуры, если вам это необходимо?
- Считаете ли вы занятие физической культуры равноценным по значимости с другими занятиями?
- Присутствовали ли вы когда-нибудь на занятии физической культуры?
- Посещает ли ваш ребёнок спортивную секцию?
- Что вы знаете о спортивных достижениях вашего ребёнка, если таковые имеются?
- Какой вы видите организацию спортивной работы в детском саду, в который посещает ваш ребёнок?

Вывод:

Удовлетворение потребности дошкольника в движениях является важнейшим условием его жизнедеятельности и нормального развития — не только физического, но и интеллектуального. Только совместная деятельность педагога, родителей и детей может дать значительные результаты. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Литература

1. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3–4 лет. Программа “Играйте на здоровье” и технология ее применения в ДОУ. – М.: Издательство “ГНОМ и Д”, 2012.
2. Картушина М.Ю. «Зеленый огонек здоровья» Детство Перес, 2004 г.
3. Картушина М.Ю «Быть здоровыми хотим», Москва 2004 г.
4. Маханева М.Д. «С физкультурой дружить - здоровым быть», Москва 2013
5. Г. Моргунова О.И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в дошкольном учреждении» Воронеж 2005 г.6. Источник:
6. <https://doshvozrast.ru/ozdorov/ozdorovlenie38.htm>