Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида №18»

**Проект на тему:**

**"За здоровьем в детский сад"**

Екатеринбург

2021

***Описание проекта***

***Вид проекта***: информационно - практико-ориентированный.

***Продолжительность***: долгосрочный.

***Возраст детей***: средняя – старшая группа.

***Участники проекта***: воспитатель, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитанники и их родители.

***Сроки проведения***: июнь – октябрь.

***Форма проведения***: дневная (в рамках образовательной деятельности в виде игровых ситуаций, в режимных моментах и повседневной жизни).

***Информация о проекте***

***Актуальность проекта***

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования направлен на решение множества задач, одной из них является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Я решила сделать упор на решение именно этой задачи в проекте «За здоровьем в детский сад». Проблема укрепления здоровья дошкольников актуальна в настоящее время. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, сами будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению культурно-гигиеническим навыкам, вырабатывать привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние здоровья и здоровья окружающих. Именно поэтому в дошкольном учреждении любая деятельность (игровая, спортивная, досуговая и т.д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни. И как писал В.А. Сухомлинский: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

***Цель проекта***: формирование у детей старшего дошкольного возраста активной жизненной позиции направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья.

***Задачи***:

* формировать представление о здоровом образе жизни;
* обогащать и закреплять ранее полученные знания о правильном питании, культурно-гигиенических навыках;
* развивать физические качества;
* продолжать учить детей заботиться о своем здоровье, избегая ситуаций, наносящих вред здоровью;
* воспитывать интерес к спорту, физической культуре, здоровому образу жизни.

***Этапы реализации проекта***

|  |
| --- |
| **1 этап**  **подготовительный** |
| **Цель**: - накопление информации, наблюдения за детьми, анализ проблемы;  - планирование мероприятий, методов и приемов работы с детьми и родителями направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни.   * анкетирование родителей; * беседы с детьми; * заполнение антропометрических данных; * анализ посещаемости и заболеваемости детей старшей группы за предыдущий год; * наблюдения. |
| **2 этап**  **основной** |
| **Цель:** - реализация на практике мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни;  **Направления работы**  ***Работа с детьми Работа с родителями***  - образовательная деятельность - беседы;  в виде игровых ситуаций; - консультации;  - дидактические игры; - памятки;  - сюжетно-ролевые игры; - досуги, развлечения.  - беседы;  - досуги, развлечения;  - различные виды гимнастик;  - физминутки;  - закаливающие процедуры;  - чтение худ.лит-ры. |
| **3 этап**  **заключительный** |
| Цель: - проведение анализа организации работы по сохранению и укреплению здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни.  Итоги проекта. |

Проект проходил под девизом: "Я здоровье берегу - сам себе я помогу!"

***План реализации проекта***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Июнь***  *Тема: "Вот я какой"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Я среди людей".  Беседа "Кто с закалкой дружит, никогда не тужит".  Дидактические карточки "Как устроен человек".  Плакат "Строение человека".  Дидактические игры: "Назови предметы", "Делаем зарядку", "Назови части тела"; загадки о частях тела.  Рисование на тему "Я здоровье берегу - сам себе я помогу!"  Чтение и обсуждение произведения Л.Л. Яхнина "Очень правдивая история".  Сюжетно-ролевая игра "Больница"  *Работа с родителями:*  Анкета «Физическое развитие в семье» | 04.06.2021  06.06.2021  в течение месяца  в течение месяца  11.06.2021  13.06.2021  в течение месяца  в течение месяца |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Июль***  *Тема "Чтобы быть здоровым"* | | |
| 1  2  3  4  5  6 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в форме игровой ситуации " Сохрани свое здоровье сам".  Беседа "Лето красное - для здоровья время прекрасное!"  Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз.  Чтение и обсуждение произведения "Царь и рубашка".  Закаливание (солнечные ванны, ежедневные прогулки на свежем воздухе, водные процедуры).  *Работа с родителями:*  Оформление стенда: «Мы за здоровый образ жизни» | 02.07.2021  04.07.2021  в течение месяца  16.07.2021  На протяжении всего летнего периода  вначале месяца |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Август***  *Тема: "Для здоровья без забот - витамины круглый год"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  9 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Витамины укрепляют организм".  Презентация на тему "Витамины - каждый день необходимы!"  Дидактическая игра "Витамины - это таблетки, которые растут на ветке".  Загадки о фруктах, овощах, ягодах.  Сюжетно-ролевая игра "Овощной магазин".  Дидактические карточки: фрукты, овощи, ягоды.  Лепка из пластилина на тему "Фруктовый салат".  *Работа с родителями:*  Памятки «Вкусно и полезно!» | 06.08.2021  14.08.2021  в течение месяца  в течение месяца  в течение месяца  в течение месяца  28.08.2021  В начале месяца. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Сентябрь***  *Тема: "*Спорт - это здоровье*!"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Спорт - это здоровье!"  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Осанка - красивая спина".  Беседа "На зарядку - становись!"  Веселые старты.  Оформление и пополнение уголка физической культуры к началу учебного года.  Индивидуальная работа инструктора по физической культуре с детьми.  Викторина "Азбука здоровья". | 03.09.2021  10.09.2021  12.09.2021  18.09.2021  в течение месяца  в течение месяца  25.09.2021 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Октябрь***  *Тема: "Наши умные помощники"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Слушай во все уши".  Беседа "Не боимся мы дождей и осенних хмурых дней!"  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Смотри во все глаза!"  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Секрет здоровый улыбки".  Беседа "Зачем мы дышим".  Беседа "Что еще умеет нос".  Чтение: Э. Мошковская "Уши", "Мой замечательный нос".  В.Бианки "Чей нос лучше?" (рассказ)  С.Маршак "Одна дана нам голова", "Шепчет ротик", "Настя в гостях у зубной щетки".  Самомассаж рук, ушных раковин.  *Работа с родителями:*  Консультация для родителей "Как правильно чистить зубы".  Консультация для родителей по проведению гимнастики для глаз. | 01.10.2021  03.10.2021  08.10.2021  15.10.2021  17.10.2021  22.10.2021  в течение месяца  в течение месяца  02.10.2021  29.10.2021 |

***Итоги проекта***

В нашем детском саду созданы все условия для осуществления данного проекта: оборудованы спортивный зал для проведения физкультурной работы с детьми, развлечений; в группе имеется спортивный уголок, для выполнения физических упражнений и игр, мной подобрана картотека пособий и дидактических игр по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни.

В процессе взаимодействия с родителями произошло внедрение в семейное воспитание традиций здорового образа жизни; использование различных форм сотрудничества с родителями способствовало проведению совместной их с детьми досуговой деятельности, направленной на повышение их авторитета.

По итогам проекта у детей значительно повысился уровень знаний в области здорового образа жизни, изменилось отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, повысилась выносливость, развились физические качества, дети стали более активными, подвижными, строгими в соблюдении правил гигиены. В процессе наблюдений выяснилось, что дети осознанно стали относиться к укреплению своего здоровья. У родителей появилось понимание того, что очень важным фактором формирования здорового образа жизни у детей является пример взрослого. На консультациях с родителями учили оценивать здоровье ребенка, советовали литературу, брошюры. Для родителей был оформлен уголок «Мы за здоровый образ жизни». Родители стали больше уделять времени и внимания формированию у детей полезных привычек, стали внимательнее относиться к своему поведению, стараясь избавиться от вредных привычек. Просветительская работа среди родителей в рамках проекта дала положительные результаты.

Таким образом, я пришла к выводу, что если: правильно организовать развивающую среду, учитывать возрастные особенности детей, привлекать к сотрудничеству родителей, систематическая работа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста способствует укреплению здоровья детей, формирует представление о здоровье как о ценности, воспитывает полезные привычки и навыки здорового образа жизни.