

## Проект «Неделя здоровья в старшей группе»

(практико – ориентированный)

Воспитатель старшей разновозрастной группы: Кобзарь В.Г.

Чтоб здоровье раздобыть,

Не надо далеко ходить.

Нужно нам самим стараться,

И всё будет получаться.

### **Актуальность проекта.**

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

Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей ловкости, выносливости, смелости и других качеств сильной личности. Беседы, игры по теме помогают сформировать предпосылки к здоровому образу жизни. Продуктивная деятельность помогает детям отобразить свои впечатления.

### **Цель проекта.**

Создание благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребенка.

### **Задачи проекта.**

#### Оздоровительные:

Формирование положительного отношения к занятиям физкультурой.

Формирование элементарных знаний в области гигиены, медицины, физкультуры.

Формирование у детей необходимых двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья.

#### Воспитательные:

С помощью физических упражнений, способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в себе.

Создать условия для проявления положительных эмоций.

#### Образовательные:

Формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки.

### **Тип проекта.**

Краткосрочный (07.11.2019 – 15.11.2019 года).

### **Участники проекта.**

Воспитатели и дети старшей группы, родители.

### **Предполагаемый результат.**

Расширение знаний детей о своем здоровье.

Желание заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.

Знакомство с ролью витаминов в жизни человека.

Знакомство с причинами болезней.

Знакомство с произведениями худ. литературы по теме.

Знакомство со строением тела человека.

### **Форма работы воспитателя с детьми.**

Занятия познавательного цикла: физкультурные, чтение художественной литературы.

Занятия продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация.

Оздоровительные процедуры: воздушные ванны, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, закаливание холодной водой, хождение по массажным дорожкам, игровой самомассаж.

Игровая деятельность: подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые, хороводные, народные игры.

### **Содержание проектной деятельности.**

#### Этапы и сроки реализации:

I этап – подготовительный,

II этап – практический,

III этап – заключительный.

#### **I этап – подготовительный**

(07.11 – 08.11)

Изучение понятий, касающихся темы проекта;

Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровьесбережению;

Разработка перспективного плана организации физкультурно -досуговых мероприятий;  
Подготовка цикла тематических физкультурных занятий.

## **II этап - практический**

(09.11 – 14.11)

Проведение цикла тематических физкультурных занятий.

Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни, организации активного отдыха в семье.

Подготовка выставки детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим».

Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования.

## **III этап - заключительный**

(15.11.2019)

1. Проведение спортивного праздника «Путешествие в сказку».

### **РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ:**

- формирование у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни;
- осознание ребёнком и родителями необходимости и значимости здорового образа жизни, а также “видение” и реализация путей совершенствования здоровья ребёнка и членов семьи (активный отдых вместе с детьми, посещение кружков, секций оздоровительной направленности).

### **Продукт проектной деятельности.**

Тематический план «Недели здоровья» (приложение 1).

Картотека подвижных и малоподвижных игр для детей старшей группы (приложение 4).

Анкета для родителей «Растём здоровыми» (приложение 2).

Картотека поговорок, пословиц и загадок о здоровье, полезных продуктах, частях тела (приложение 5).

Конспект физкультурного развлечения для детей старшего возраста «Путешествие в сказку» (приложение 3).

Выставка детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим».

Информационный материал в родительские уголки: папки–передвижки «Подвижные игры- залог здоровья малышей», «Здоровый образ жизни детей»(приложение 6).

Конспекты бесед с детьми «Я и мое тело», «Что такое здоровье», «Полезная пища».

Нетрадиционное физкультурное оборудование

## Тематический план «Недели здоровья».

День недели	Цель	Мероприятия
<p><b>Понедельник</b></p> <p><b>«Чистота залог здоровья»</b></p>	<p>Дать Представление об инфекционных болезнях (микробах, которые их вызывают).</p> <p>Рассказать об особых «воинах» в организме человека, которые уничтожают попавших внутрь микробов.</p> <p>Формировать навыки контроля за выполнением правил личной гигиены.</p> <p>Обращать внимание детей на то, что вокруг нас много вещей и среди них есть предметы личной гигиены, которые помогают нам соблюдать чистоту и опрятность; уточнять знания детей о необходимости умения пользоваться ими.</p>	<p>Беседа с детьми "Полезные и вредные привычки".</p> <p>Рассказ воспитателя "Кто такие микробы?"</p> <p>Д/и: «Чистота залог здоровья».</p> <p>Игра «Путешествие в город «Предметы личной гигиены».</p>
<p><b>Вторник</b></p> <p><b>«С физкультурой дружить – здоровыми быть!»</b></p>	<p>Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.</p> <p>Прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию.</p> <p>Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.</p>	<p>Анкетирование родителей «Растём здоровыми».</p> <p>Беседа с детьми «Что такое здоровье».</p> <p>Загадки и пословицы о спорте.</p> <p>Работа в спортивном уголке: рассматривание альбома «Виды спорта».</p> <p>Д/и «Продолжи фразу», «Кому что нужно?», «Кто скажет больше слов о мяче (клюшке, лыжах, велосипеде и т. д.)».</p> <p>П/и «Мой веселый звонкий мяч», «Коршун и наседка», «Перемени предмет», «Кто быстрее?».</p> <p>Рисование «Мы со спортом крепко дружим!».</p>
<p><b>Среда</b></p> <p><b>«Витамины на столе»</b></p>	<p>Уточнить и закрепить знания детей о происхождении продуктов питания.</p> <p>Дать детям знания о пользе продуктов питания.</p> <p>Дать детям элементарные знания о пользе витаминов, их влиянии на детский организм.</p>	<p>Беседа «Полезная пища».</p> <p>Д/и «Откуда продукты к нам на стол пришли?», «Вредно – полезно», «Съедобное – несъедобное», «Дары природы».</p> <p>П/и «Собери урожай», «Найди свой овощ».</p> <p>Чтение пьесы «О пользе витаминов».</p> <p>Загадки об овощах и фруктах.</p> <p>С/р игра «Магазин».</p>
<p><b>Четверг</b></p>	<p>Познакомить с главными органами человеческого организма (сердце, желудок, лёгкие, печень).</p> <p>Расширять знания детей об организме человека.</p> <p>Формировать понятие, что здоровому</p>	<p>Беседа «Мое тело».</p> <p>Рассматривание иллюстраций «Тело человека», «Органы человека».</p> <p>Рассматривание портретов людей разной внешности.</p> <p>Загадывание загадок про части тела.</p>

<p><b>«Я и мое тело»</b></p>	<p>организму нужна физкультура, закаливание, правильное питание.          Научить любить себя и свой организм.          Вызвать желание заботиться о своём организме, о своём здоровье, беречь своё здоровье.</p>	<p>Д/и «Зеркало». С/р игра «Больница»          Наблюдение на прогулке «Чем отличаемся мы от детей младших групп?».</p>
<p><b>Пятница</b>  <b>«В сказку за здоровьем»</b></p>	<p>Формировать осознанное отношение к своему здоровью, понимание значимости гигиены, физических упражнений для здоровья человека на примере героев произведений художественной литературы.          Воспитывать интерес детей к подвижным играм разных народов.          Расширять функциональные возможности организма детей, обогащать двигательные навыки.</p>	<p>Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», «Доктор Айболит». С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», «как Саша сама себя вылечила». А. Барто «Девочка чумазная». Д/и «Сказочка – указочка».          Народные п/и «Золотые ворота», «Гуси – лебеди», «Гори – гори ясно».          Викторина «Загадки и отгадки».          Спортивное развлечение «Путешествие в сказку».</p>