

Паспорт социально-значимого проекта по теме: «Быть здоровыми хотим!»
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №12
города Кропоткин МО Кавказский район,
Инструктор по физической культуре: Донскова Ольга Владимировна

Тема проекта	«Быть здоровыми хотим!»
Тип проекта	Практико-ориентированный
Сроки реализации	Октябрь-декабрь 2022 год
Участники	Дети старшей группы, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители
Актуальность	<p>На современном этапе одна из важнейших задач, стоящих перед педагогами и родителями – это вырастить и воспитать здорового ребенка. Это объясняется тем, что к подрастающему поколению предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Общеизвестно, что здоровье нации является одним изглавнейших показателей ее благополучия.</p> <p>Вопросы формирования у дошкольников основ здорового образа жизни, потребности в ежедневнойдвигательной деятельности отражены во всех ныне действующих программах воспитания и обучения. Наряду с работой по закаливанию формированию культурно-гигиенических навыков и основных движений в этих программах ставится задача обучения ребенка заботе о своем здоровье ибезопасности.</p> <p>Чтобы сохранить и улучшить здоровье ребенка в один из самых ответственных периодов его жизни, необходима планомерная целенаправленная работа, как в дошкольном учреждении, так и в семье. Привлечение родителей к участию в проектной деятельности способствует формированию активной родительской позиции, повышению компетентности родителей в вопросах физической культуры испорта, укреплению детско-взрослого сообщества (педагоги – дети –</p>

		родители).
Цель:		Воспитание психофизически здорового, интеллектуально развитого, социально активного ребенка. Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья дошкольников.
Задачи образовательные:		Расширять знания детей о здоровье как о главной ценности жизни, продуктах здорового и нездорового питания; формировать знания об организме человека, о влиянии движений на функционирование органов и систем; поддерживать интерес к занятиям спортом;
воспитательные:		Воспитывать у детей самоуважение, чувство социальной значимости, активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья; формировать у детей и родителей положительное отношение к здоровому образу жизни средствами физкультурных праздников, досугов; способствовать ощущению родителями радости, удовольствия от совместной с детьми двигательной деятельности.
развивающие:		Развивать познавательные способности, творческое воображение, коммуникативные навыки, двигательную активность.
Предполагаемые результаты		Дети: Снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей; Организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе; Сформированы представления о полезной и вредной пище: об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Сформированы представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы. Сформированы привычки следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, шею, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком. Педагоги:

		<p>внедрение оздоровительных технологий, современных форм и методов работы с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни у дошкольников; улучшение качества работы по физическому воспитанию.</p> <p>Родители:</p> <p>Сформированная активная родительская позиция. Активное участие в жизнедеятельности ребенка и ДОУ. Активная помощь и заинтересованность родителей в организации работы по оздоровлению детей. Помощь в пополнение здоровьесберегающей развивающей среды в группе и в проведении акции «Мы за здоровый образ жизни».</p>
Реализация проекта: Подготовительный этап		<p>Беседы с детьми, направленные на формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, к занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Разработка содержания проекта, составление плана работы в соответствии с выбранной темой, целями и задачами. Подбор методической литературы.</p> <p>Сплочение детей, родителей и педагогов для работы над проектом.</p>
Основной этап		«Познавательное развитие»
		<p>Беседы: «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Кто день начинает с зарядки, у того дела в порядке», «О здоровой пище», «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!», «Как устроено телочеловека», «Очень, нужен людям сон», «Если бы я был врачом.....»</p> <p>Рассматривание иллюстраций, плакатов: «Овощи и фрукты», «Правильная осанка», «Строение тела человека»</p> <p>Экскурсия в медицинский кабинет детского сада</p> <p>Презентации: «Вредные и полезные продукты», «Я и мое тело»</p> <p>Экспериментальная деятельность "Значение воздуха для организма"</p> <p>«Речевое развитие»</p> <p>Чтение художественной литературы:</p> <p>М. Безруких «Разговор о правильном питании», Э. Мошковской «Дедушка и мальчик», В. Берестов «Больная кукла»,</p> <p>«Загадки об овощах и фруктах»</p> <p>ОД «Айболит в гостях у детей»</p>

		<p>«Социально-коммуникативное развитие» Д/и: «Угадай на ощупь», «Вредные и полезные», «Правила гигиены», «Если кто-то заболел», «Это можно или нет», «Опасно - не опасно», «Четвертый лишний» Сюжетно - ролевые игры: «Больница», «Магазин продуктов», «Аптека», «Детский сад», «Семья» «Художественно-эстетическое развитие» Рисование «В нашем саду растут витамины» Лепка «Овощи и фрукты - полезные продукты» Аппликация «Строим детскую больницу» Выставка рисунков «Быть здоровым - здорово!» (совместная работа с родителями) «Физическое развитие» Подвижные игры: «Съедобное- несъедобное», «Быстро возьми, быстро положи», «Кого назвали - тот ловит», «Лови, кидай, упасть на давай» (бросание и ловля), «Повторяйте за мной» Развлечение «Путешествие в страну Здоровья» Игровой самомассаж лица, ушных раковин. Гимнастика для глаз: «Влево, вправо посмотри, своим глазкам помоги» Профилактические гимнастики (дыхательная, пальчиковая, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия). Оздоровительная ходьба по территории детского сада (ежедневно на прогулке) Взаимодействие с родителями: Обновление физкультурного уголка своими руками - гантели из бросового материала, дорожки здоровья, игры «Серсо» из бросового материала</p>
		<p>Консультации «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Пальчиковая гимнастика», «Здоровье в порядке – спасибо зарядке», «Нестандартное физкультурное оборудование своими руками» Изготовление атрибутов к сюжетно-ролевым играм: «Продуктовый магазин», «Больница». Фотовыставка «Игры на свежем воздухе»</p>

	<p>Заключительный этап</p>	<p>Развлечение «Путешествие в страну Здоровья» Круглый стол для родителей «Как вырастить ребенка здоровым?» Выставка стенгазет родителей «Спорт – это здоровье» Выставка рисунков родителей и детей «Быть здоровым - здорово!» Фотовыставка «Игры на свежем воздухе» Изготовление нестандартного оборудования для физкультурного уголка Сборник рекомендаций для родителей по теме проекта Акция «Мы за здоровый образ жизни».</p>
	<p>Форма подведения итогов</p>	<p>Мониторинг проектной деятельности: у детей появилась потребность в здоровом образе жизни, потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, снизился уровень заболеваемости; совместно с родителями записались в спортивные кружки и секции; у родителей, как активных участников проекта, сформировалась стойкая позиция о ценности здорового образа жизни и сознательно бережное отношение к здоровью; оказали помощь в пополнение физкультурного зала нестандартным оборудованием и совместно с детьми приняли участие в акции «Мы за здоровый образ жизни». Спорт для ребят стал лучшим другом.</p>

Отчет
о реализации социально-значимого проекта
«Быть здоровыми хотим!»

Дошкольный возраст является решающим периодом в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. На этом этапе важно воспитать у детей осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Так как, проектная деятельность является современной, актуальной формой физкультурно-оздоровительной работы, которая позволяет применять личностно-развивающие технологии и интегрированные формы организации двигательной деятельности, то для решения проблемы ухудшения состояния здоровья детей, на базе нашего дошкольного учреждения я реализовала проект «Быть здоровыми хотим!»

Цель проекта: воспитание психофизически здорового, интеллектуально развитого, социально активного ребенка. Снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

Задачи:

Расширять знания детей о здоровье как о главной ценности жизни, продуктах здорового и нездорового питания;

формировать знания об организме человека, о влиянии движений на функционирование органов и систем;

поддерживать интерес к занятиям спортом;

Воспитывать у детей самоуважение, чувство социальной значимости, активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья;

формировать у детей и родителей положительное отношение к здоровому образу жизни средствами физкультурных праздников, досугов;

способствовать ощущению родителями радости, удовольствия от совместной с детьми двигательной деятельности;

Развивать познавательные способности, творческое воображение, коммуникативные навыки, двигательную активность.

Реализация проекта проходила в 3 этапа:

Подготовительный:

Беседы с детьми, направленные на формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, к занятиям физической культурой и спортом.

Разработка содержания проекта, составление плана работы в соответствии с выбранной темой, целями и задачами. Подбор методической литературы.

Сплочение детей, родителей и педагогов для работы над проектом.

Основной:

«Познавательное развитие»

Беседы: «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Кто день начинает с зарядки, у того дела в порядке», «О здоровой пище», «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу!», «Как устроено тело человека», «Очень, нужен людям сон», «Если бы я был врачом.....»

Рассматривание иллюстраций, плакатов: «Овощи и фрукты», «Правильная осанка», «Строение тела человека»

Экскурсия в медицинский кабинет детского сада

Презентации: «Вредные и полезные продукты», «Я и мое тело»

Экспериментальная деятельность "Значение воздуха для организма"

«Речевое развитие»

Чтение художественной литературы: М. Безруких «Разговор о правильном питании», Э. Мошковской «Дедушка и мальчик», В. Берестов «Большая кукла», «Загадки об овощах и фруктах»

ОД «Айболит в гостях у детей»

«Социально-коммуникативное развитие»

Д/и: «Угадай на ощупь», «Вредные и полезные», «Правила гигиены», «Если кто-то заболел», «Это можно или нет», «Опасно - не опасно», «Четвертый лишний»

Сюжетно - ролевые игры: «Больница», «Магазин продуктов», «Аптека», «Детский сад», «Семья» «Художественно-эстетическое развитие»

Рисование «В нашем саду растут витамины»

Лепка «Овощи и фрукты - полезные продукты»

Аппликация «Строим детскую больницу»

Выставка рисунков «Быть здоровым - здорово!» (совместная работа с родителями)

«Физическое развитие»

Подвижные игры: «Съедобное- несъедобное», «Быстро возьми, быстро положи», «Кого назвали - тот и ловит», «Лови, кидай, упасть на давай» (бросание и ловля), «Повторяйте за мной»

Развлечение «Путешествие в страну Здоровья»

Игровой самомассаж лица, ушных раковин.

Гимнастика для глаз: «Влево, вправо посмотри, своим глазкам помоги»

Профилактические гимнастики (дыхательная, пальчиковая, на улучшение осанки, профилактика плоскостопия).

Оздоровительная ходьба по территории детского сада (ежедневно на прогулке)

Взаимодействие с родителями:

Обновление физкультурного уголка своими руками - гантели из бросового материала, дорожки здоровья, игры «Серсо» из бросового материала

Консультации «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Пальчиковая гимнастика», «Здоровье в порядке - спасибо зарядке», «Нестандартное физкультурное оборудование своими руками»

Изготовление атрибутов к сюжетно-ролевым играм: «Продуктовый магазин», «Больница».

Фотовыставка «Игры на свежем воздухе»

Заключительный: в ходе реализации проекта было проведено развлечение «Путешествие в страну Здоровья»

Круглый стол для родителей «Как вырастить ребенка здоровым?»

Выставка стенгазет родителей «Спорт - это здоровье!»

Выставка рисунков родителей и детей «Быть здоровым - здорово!»

Фотовыставка «Игры на свежем воздухе»

Совместно с родителями изготовлено нестандартного оборудования для физкультурного уголка

Я подготовила сборник рекомендаций для родителей по теме проекта.

Также проведена акция «Мы за здоровый образ жизни» - ребята раздавали прохожим буклеты, пропагандирующие здоровый образ жизни.

Все мероприятия, проводимые с дошкольниками, были нацелены на функциональное совершенствование детского организма, на повышение его работоспособности. В группе были созданы условия, чтобы дети росли здоровыми, физически развитыми, закаленными и активными.

В результате дети и родители приобщились к здоровому образу жизни, стали чаще посещать общественно-значимые мероприятия и места для занятия спортом. Многие родители приняли решение записать своих детей в спортивные секции: художественная гимнастика, плавание, футбол.

В ходе реализации проекта родители, были настоящими помощниками, проявляли активное участие в формировании у детей правильного отношения к здоровью, спорту, питанию.

Инструктор по физической культуре

О.В.Донскова

Заведующий МБДОУ д/с №12

О.А.Грамотенко

