

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Ростова-на-Дону «Детский сад №254»

344033 г.Ростов-на-Дону, ул. Магнитогорская 7/1, тел./факс 242-01-73

Проект
по физическому развитию
«В здоровом теле, здоровых дух»

Составитель проекта:
Инструктор по ФК
Бокий В.А.

2021г.

Пояснительная записка

Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение. Физические упражнения, движение должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную долгую жизнь. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию.

Основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки.

Здоровьесберегающие образовательные технологии– это системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью детей; качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье воспитанников и педагогов; технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

Вид проекта: познавательный - оздоровительный

Участники проекта: дети средней группы, родители, воспитатели.

Цель: Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи:

- Дать детям представление о человеке, как части природы.
- Помочь ребёнку создать целостное представление о своём теле.
- Прививать навыки профилактики и личной гигиены.
- Развивать у детей умение предвидеть возможные опасные ситуации для жизни и здоровья, последствия своих поступков для себя и сверстников.
- Сформировать у детей представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни, об умении беречь своё здоровье и заботиться о нём.
- Формировать базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.
- Привить потребность в здоровом образе жизни, уважение к физическим упражнениям, занятиям спортом, обратить внимание на то, что порядок и чистота способствуют крепкому здоровью.
- Осуществлять преемственность между дошкольным образовательным учреждением и семьёй средствами физкультурно-оздоровительной работы. Развивать свободное общение со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни.

Тип проекта: краткосрочный

Ожидаемые результаты:

- Дети расширят представление о здоровом образе жизни.
- Дети познакомятся с литературными произведениями по теме проекта.
- С удовольствием слушают рассказы, сказки, стихи о здоровом образе жизни, задают вопросы, делают выводы
- Узнают, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья.
- Дети могут элементарно охарактеризовать своё самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

- Дети стремятся к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, соблюдению режима дня, правил безопасного поведения.
- Дети осуществляют перенос опыта здоровьесберегающей деятельности в игру.

План реализации проекта:

1 этап- Подготовительный

1. Постановка цели, составление плана реализации проекта.
2. Подборка методического и дидактического материала.
3. Подборка художественной литературы.
4. Разработка цикла бесед по проекту.
5. Оформление папок-передвижек для родителей по теме проекта.
6. Подбор пословиц, поговорок, загадок по теме проекта.
7. Создание презентации.
8. Изготовление настольных игр по теме проекта.

2 этап-Основной этап.

Работа с детьми:

1. Беседы о здоровье:
 - Тематическое занятие «Витамины – наши друзья».
 - «Это я!» пополнить знания детей о себе, о своем теле, формировать любовь к жизни, чувство радости существования) .
 - «Как быть здоровым?» (Воспитывать бережное отношение к своему здоровью)
2. Чтение стихотворений, пословиц и загадок по теме проекта
 - Чуковский К. И. «Айболит», «Мойдодыр»
 - М. Безруких «Разговор о правильном питании»
 - Л. Зильберг «Полезные продукты»
 - Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой»
3. Изготовление рисунков для папки передвижки на тему «Витаминные продукты (загадки)».
4. Выставка детских рисунков на тему «Мои друзья витамины»
5. Дидактические игры «Четвёртый лишний»
6. Ежедневная профилактика: утренняя гимнастика, самомассаж, гимнастика после дневного сна.

Работа с родителями.

1. Консультация «Как выбрать вид спорта для ребенка».
2. Буклеты «10 советов родителям по укреплению физического здоровья детей».
3. Подборка материала по теме: «Здоровьесберегающие технологии для организации здорового образа жизни».
4. Карточка «Подвижные спортивные игры на прогулке»;

Заключительный этап.

1. Выставка рисунков «мои друзья - Витамины»
2. Создание плаката здоровья группы
4. Презентация к проекту «В здоровом теле – здоровый дух»
5. Изготовление совместно с родителями нестандартного физкультурного оборудования для группы, пополнения физкультурного инвентаря в спортивном уголке.

Результаты проекта:

- Дети расширили представление о здоровом образе жизни.
- Дети познакомились с литературными произведениями по теме проекта.
- С удовольствием слушали рассказы, сказки, стихи о здоровом образе жизни, задавали вопросы.
- Узнали, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья.
- Дети стремятся к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, соблюдению режима дня, правил безопасного поведения.
- Дети осуществляют перенос опыта здоровьесберегающей деятельности в игру.