

**Проект по здоровьесбережению:  
«За здоровьем в детский сад»**



Составила:  
Абдулкафарова З.Н.

г. Когалым, 2021 г.

Под здоровьем нельзя разуть одно  
только наружное благосостояние тела,  
а нужно понимать вообще  
естественное гармоническое развитие организма  
и правильное совершение всех его отправления.  
*Николай Александрович Добролюбов*

**Паспорт проекта:**

**Полное название проекта:** «За здоровьем в детский сад»

**Автор проекта:** воспитатель Абдулкафарова З.Н.

**Продолжительность проекта:** в течение учебного года.

**Вид проекта:** комплексный, долгосрочный.

**Участники проекта:** педагоги, работники детского сада, воспитанники и их родители.

**Возраст детей:** дошкольники среднего возраста.

**Проблема:** как сохранить и укрепить здоровье детей.

**Образовательная область:** проект реализуется в рамках программы «От рождения до школы»

**Принципы реализации проекта:**

1. доступность:
  - учет возрастных особенностей детей
  - адаптированность материала
2. систематичность и последовательность:
  - постепенная подача материала от простого к сложному
  - частое повторение усвоенных знаний, правил и норм
3. наглядность и занимательность:
  - предлагаемый материал должен быть понятным, нести занимательное начало, быть игровым или с элементами игры, сюрприза
4. динамичность:
  - интеграция проекта в разные виды деятельности
5. дифференциация:
  - создание благоприятной среды для усвоения предложенного к изучению материала каждым ребенком

**Цель:** создание необходимых условий воспитания и развития ребёнка, направленных на сохранение и укрепление физического и нравственного здоровья детей. Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи:**

**для детей:**

- расширить кругозор в вопросах спортивной жизни страны и в мире.
- сформировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять своё здоровье;
- повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- расширить двигательные возможности ребёнка за счёт освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий;
- воспитывать социально значимые личностные качества: целеустремлённость, организованность, инициативность, трудолюбие;
- воспитывать чувства патриотизма и интернационализма;
- активизировать детей художественно-творческой деятельностью.
- повышать эмоциональное благополучие ребёнка за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных мероприятий физкультурной направленности.

**для воспитателей:**

- повышать уровень профессиональной компетентности на семинарах-практикумах, деловых играх, мастер-классах в ходе реализации проектной деятельности;
- обогащать физкультурно-оздоровительную среду в ДОУ за счёт приобретения физкультурного инвентаря и изготовления нестандартного физкультурного оборудования из доступных материалов.

**для родителей:**

- повысить педагогическую культуру родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей;
- приобщить родителей к жизнедеятельности ДОУ через поиск и внедрение наиболее эффективных форм сотрудничества;
- укрепить детско-родительские взаимоотношения путём проведения совместных мероприятий;
- уделять особое внимание пропаганде здорового образа жизни личным примером;
- оказывать посильную помощь ДОУ в обогащении физкультурно-оздоровительной среды в целях профилактики детских заболеваний и повышения интереса к физическим упражнениям.

**Форма проведения итогового мероприятия проекта:** Презентация проекта.

**Название итогового мероприятия проекта:** «За здоровьем в детский сад».

**Продукты проекта:**

1. Стенгазета «Мы спортивная семья» (ноябрь).
2. Стенд - ширма для родителей «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки» (декабрь).
3. Макет «Зимний стадион» (февраль).
4. Выставка рисунков на тему «Я расту сильным и здоровым» (март).
5. «Мы гордимся нашими олимпийцами» (презентация) (март).
6. Фотовыставка «С физкультурой мы дружны» (апрель).
7. Презентация проекта (май).

**Ожидаемые результаты по проекту:**

1. У детей проявится интерес к занятиям физкультурой и спортом.
2. Возникнет желание трудиться на благо общего дела
3. Сформируется чувство патриотизма и уважения к людям других стран.
4. У родителей появится желание сотрудничать с педагогами детского сада в целях гармоничного развития и воспитания ребёнка. Возникнет желание больше времени уделять совместным с детьми мероприятиям, направленным на сохранение и укрепление здоровья семьи.
5. Укрепятся детско-родительские отношения через совместное творчество и физкультурные мероприятия.

## 2. Краткое содержание проекта «За здоровьем в детский сад»

| Этапы проекта           | Действия детей                      | Действия педагогов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Действия членов семьи      |
|-------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>Подготовительный</b> | 1. Вхождение в проблемную ситуацию. | 1. Определяют наиболее интересующую детей область исследования («Что такое здоровье»)<br>2. Формулируют проблему исходя из интересов детей («ЗОЖ»)<br>3. Составляют план-схему проекта с включением в него занятий, игр, домашних заданий для самостоятельного выполнения и других видов детской деятельности.<br>4. Привлекают родителей и специалистов к осуществлению соответствующих разделов проекта.<br>5. Подготавливают развивающую среду по теме «Спорт» (стандартное и нестандартное физкультурное оборудование, иллюстрации, книги и т.д.)<br>6. Оформляют стенд для родителей с информацией по проведению мероприятий данного проекта, проводят консультацию «За здоровьем всей семьей». | 1. Сбор материала по теме. |

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Деятельный</b>  | <p>1. Вживание в игровую ситуацию, принятие задачи.</p> <p>2. Объединение в рабочие группы.</p> <p>3. Формирование знаний, умений, навыков.</p> <p>4. Продуктивная деятельность в соответствии с планом (лепка, конструирование, аппликация и т.д.)</p> | <p>1. Создают игровую ситуацию строительство «Зимнего стадиона», формулируют задачу.</p> <p>2. Углубляют представление детей о физкультурниках и спортсменах, используя различные педагогические методы и приёмы: беседа «Что такое Олимпиада», загадки о спорте, Д/и «Раздай мячи спортсменам», «Сложи пазл», «Сосчитай предметы», игра-имитация «Много видов спорта знаем», С/р «Малые Олимпийские игры», чтение худ. литературы по теме «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».</p> <p>3. Организуют художественно-творческую деятельность детей: конструирование «Зимний стадион» в смешанной технике, коллективная стенгазета «С физкультурой мы дружны», лепка, рисование на тему «Я расту сильным и здоровым».</p> <p>4. Оказывают помощь в решении практических задач.</p> <p>5. Направляют, осуществляют контроль над реализацией проекта.</p> | <p>1. Активный отдых с детьми на природе.</p> <p>2. Изготовление из подручного материала деталей для «Зимнего стадиона».</p> <p>3. Просмотр спортивных соревнований, передач.</p> <p>4. Выпуск семейной стенгазеты «Моя спортивная семья».</p> <p>5. Помощь в изготовлении ледяной горки и лыжной колеи на участках.</p> <p>6. Активное участие в запланированных мероприятиях ДОУ.</p> |
| <b>Завершающий</b> | <p>1. Участие в презентации видеоролика.</p> <p>2. Размышления над приобретёнными знаниями, опытом.</p>                                                                                                                                                 | <p>1. Готовят презентацию «За здоровьем в детский сад».</p> <p>2. Мониторинг.</p> <p>3. Итоги совместной работы по укреплению здоровья и повышению уровня физического развития детей.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>1. Помощь в изготовлении конечного продукта проекта</p> <p>2. Участие в качестве зрителей.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

### 3. Системная паутинка по проекту

|                                                  |                                |                                 |
|--------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| <b>Коммуникация</b><br>- Что нужно делать, чтобы | <b>Познание</b><br>- Что такое | <b>Здоровье</b><br>- Как одежда |
|--------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>быть здоровым и сильным?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Кого называют спортсменами?</li> <li>- Есть ли загадки, пословицы на физкультурную и спортивную темы, можем ли мы сами их сочинить?</li> </ul>                                                          | <p>Олимпиада?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какие символы есть у Олимпиады?</li> <li>- Возможности организма человека?</li> <li>- Какие виды спорта вы знаете?</li> <li>- В чём секрет долголетия?</li> </ul>                            | <p>заботится о здоровье?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Почему полезно закаляться?</li> <li>- Прежде чем за стол мне сесть, я подумаю что есть.</li> <li>- Что значит быть здоровым?</li> </ul>              |
| <p><b>Социализация</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Какой должна быть спортивная команда?</li> <li>- Для чего встречаются спортсмены из разных стран?</li> <li>- Кто помогает людям быть здоровыми?</li> <li>- Как правильно играть в подвижные игры?</li> </ul> | <p><b>Чтение художественной литературы</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Чтение стихотворений о спорте, физкультуре.</li> <li>- Считалки для подвижных игр (чтение наизусть).</li> <li>- Чтение рассказов на тему «Здоровье».</li> </ul> | <p><b>Труд</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Чтоб добиться результата, потрудитесь ка, ребята!</li> <li>- Чтоб здоровыми остаться – надо много нам стараться!</li> </ul>                                    |
| <p><b>Физическая культура</b></p> <p>Применение Здоровьесберегающих технологий.</p> <p>Физкультурные досуги, развлечения, праздники, соревнования.</p>                                                                                                                           | <p><b>ТЕМА ПРОЕКТА</b></p> <p><b>«За здоровьем в детский сад»</b></p>                                                                                                                                                                                   | <p><b>Музыка</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Песни о спорте.</li> <li>- Ритмическая гимнастика.</li> <li>- Логомузыкальная пластика.</li> <li>- Музыкальное сопровождение ООД.</li> </ul>                 |
| <p><b>Безопасность</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Как вести себя в подвижных играх на улице?</li> <li>- Какие правила поведения существуют в спортивном зале?</li> <li>- Где можно заниматься физкультурой, спортом, подвижными играми?</li> </ul>             | <p><b>Продукт проекта</b></p> <p>Презентация проекта.</p> <p>Видеоролик.</p>                                                                                                                                                                            | <p><b>Художественно-творческая деятельность</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Из чего можно построить макет «Зимнего стадиона»?</li> <li>- Как нарисовать себя, чтобы все поняли, что я сильный?</li> </ul> |

### Полезные ресурсы

Все для детей и воспитателей

Детский портал "Солнышко"

Логозаврия

Журналы о здоровье и об человеческом организме

«Раннее развитие детей»

### Список литературы

1. Береснева З. И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ [Текст]: серия “Библиотека руководителя ДОУ” /З. И. Береснева Г.Н. Казаковцева / под ред. З.И. Бересневой. - М.: ТЦ “Сфера”; Москва Издательство “ТЦ Сфера”, 2005. – 32 с. – (серия “Библиотека руководителя ДОУ”).
2. Доскин В.А. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка [Текст]: пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева / под ред. В.А. Доскина – М.: Просвещение; Москва: Издательство “Просвещение”, 2006. – 144 с. – (Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры).
3. Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. Проектирование. Тренинги. Занятия. [Текст]: Дошкольное воспитание / под ред. Н.И. Крылова/ - М.: Волгоград: Издательство “Учитель”, 2009. – 218 с.
4. Меличева М.В. Культура здоровья дошкольников в кругообороте праздников года [Текст]: методическое пособие для воспитателей детского сада, организаторов семейных клубов, учителей начальной школы / М.В. Меличева. - Санкт-Петербург, 2007. – 160 с.
5. Муниципальная система образования: опыт и перспективы инновационного развития: материалы научно-практической конференции [Текст] / под общей ред. Т.Н. Рагозиной, Н.П. Недоспаловой, Е.А. Нагрелли. - Новокузнецк: МАОУ ДПО ИПК, 2011. – 429 с.