

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

« Центр развития ребенка - детский сад №11 «Голубой вагон»»

г. Сальска

Проект
в группе комбинированной
направленности (6-7)лет
«Секреты здоровья».

Инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории
Пономаренко О.В.

Сальск 2018 год.

Паспорт проекта

Программное содержание:

- Формировать представления о здоровье и здоровом образе жизни, а также компетентность в сохранении и укреплении здоровья всех участников педагогического процесса: педагогов, детей, родителей.
- Расширить знания детей и родителей о физкультуре и спорте.
- Знакомить детей с параметрами здоровья и методами работы по его сохранению и укреплению.
- Пропагандировать здоровый образ жизни.

Актуальность проекта

Здоровый образ жизни — образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Понятие «здоровый образ жизни» однозначно пока ещё не определено. Представители философско-социологического направления рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом.

В психолого-педагогическом направлении здоровый образ жизни рассматривается с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации. Имеются и другие точки зрения (например, медико-биологическая), однако резкой грани между ними нет, так как они нацелены на решение одной проблемы — укрепление здоровья ребёнка.

Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций, для активного участия в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой формах жизнедеятельности.

Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека, в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического и психологического характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья.

Таким образом, возникла проблема недостаточной информированности детей и родителей о здоровом образе жизни, сохранении и укреплении здоровья при помощи правильного питания, занятий физической культурой и соблюдения режима дня.

Цель проекта: создание у детей мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию совместной деятельности родителей и сотрудников детского сада.

Задачи проекта.

Для детей:

- обогатить и закрепить знания о здоровом образе жизни, о пользе физических упражнений и спорта в жизни человека;
- воспитывать потребность вести здоровый образ жизни;
- развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, умения и навыки сотрудничества через нравственный и эстетический опыт проведения спортивных состязаний;
- воспитывать у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

Для педагогов:

- создать информационную базу;
- целенаправленно проводить работу с детьми по формированию здорового образа жизни;
- создать условия для благополучного и комфортного состояния детей на спортивных мероприятиях;
- информировать родителей по вопросам здорового образа жизни, привлекать для участия в различных спортивных мероприятиях.

Для родителей:

- развивать творческие и физические способности в спортивной деятельности;
- формировать активную позицию в сохранении здоровья детей.

Продолжительность проекта: октябрь 2018 г. - апрель 2019 г.

Участники проекта:

- воспитанники групп комбинированной направленности (6-7) лет «Капельки»;
- инструктор по физической культуре;
- музыкальный руководитель;
- воспитатели;
- родители.

Тип проекта: долгосрочный, исследовательский (с помощью квест-технологии), практико-ориентированный.

Образовательная область: «Физическое развитие».

Области интеграции: познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

Новизна и оригинальность: заключается во внедрении новой педагогической технологии квест-игры, в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.

Материалы и оборудование: музыкальный центр, компьютер, фотоаппарат, записи фонограмммузыки, карты с маршрутами, фотографии и картинки с изображениями различных видов спорта и здорового образа жизни, соответствующие сюжету и теме встречи, познавательная литература, художественная литература, спортивное оборудование.

Предполагаемый продукт проекта:

- образовательный квест «Секреты здоровья» для детей и родителей;
- разработанные рекомендации для педагогов;
- разработанные рекомендации для родителей по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, по приобщению их к физической культуре и спорту.

Прогнозируемый результат:

- расширение у детей знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- формирование положительного отношения к здоровому образу жизни;
- формирование начального умения вести здоровый образ жизни;
- улучшение работы по взаимодействию с родителями, активизация позиции родителей, как участников педагогического процесса детского сада.

Список литературы:

1. Н.И. Крылова «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ», издательство «Учитель» 2009 год.
2. З.А. Клепинина «Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье», изд. «АРКТИ» Москва 2010 год.
3. В.Л. Дружинина, Л.В. Абдульманова «Здравушка», Ростов-на Дону 2001 год.
4. Т. П. Колодяжная, Е. А. Чекунова - «Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада – Ростов- на- Дону 2009 год.
5. М. Н. Кузнецова - «Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ» - практическое пособие Москва «Айрис Пресс», 2007 год.
6. С. А. Пономарев – «Растите малышей здоровыми» - Москва 1989 год.
7. А. К. Сундукова «Волшебный мир здоровья» - Москва «Дрофа», 2010 год.

Содержание проекта

Основные формы реализации проекта:

- открытое мероприятие;
- работа с познавательной литературой;
- прогулка в двигательной активности;
- физкультурные досуги;
- неделя здоровья, дни здоровья;
- участие в соревнованиях;
- образовательный квест.

Этапы реализации проекта

Подготовительный этап	Основной этап	Заключительный этап
<p>1. Постановка проблемы, определение цели и задач исследовательской деятельности.</p> <p><u>Проблема для детей</u></p> <p>- Что такое здоровье и здоровый образ жизни? - Как можно укрепить здоровье? - Что нужно делать для того, чтобы вести здоровый образ жизни?</p> <p><u>Решение проблемы</u></p> <p>- сбор информации о здоровье, здоровом образе жизни - разработка анкеты для родителей «Что такое здоровый образ жизни?» - изучение компетентности родителей по теме проекта.</p> <p>2. Распределение материала на блоки, составление плана работы.</p>	<p>1. Планирование работы.</p> <p>2. Создание условий для реализации проекта: пополнение и подбор материала для реализации проекта, проведение сбора необходимых материалов и литературных источников по соответствующим тематикам</p> <p>3. Пропаганда знаний о значении спорта в жизни ребёнка для родителей воспитанников.</p> <p>4. Посещение спортивных мероприятий.</p> <p>5. Оказание информационной и методической помощи педагогам, родителям.</p> <p>6. Организация тематических выставок, создание мини-презентаций.</p> <p>7. Проведение итогового спортивного мероприятия.</p>	<p>1. Подведение итогов проведенной работы.</p> <p>2. Пополнение методического кабинета детского сада материалами о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>3. Размещение информации о проекте на сайте ДООУ.</p> <p>4. Презентация проекта «Секреты здоровья».</p>

План работы

Дата	Содержание работы	Участники	Ответственные
Подготовительный этап			
октябрь	<p>1. Постановка цели, задач, определение актуальности и значимости проекта.</p> <p>2. Подбор материалов для работы с детьми (игры, презентации, стихи, загадки о ЗОЖ).</p> <p>3. Опрос детей для выявления уровня знаний о ЗОЖ.</p> <p>4. Анкетирование родителей: «Что такое здоровый образ</p>	<p>Инструктор по физической культуре, воспитатели группы</p>	<p>Инструктор по физической культуре, воспитатели группы</p>

	жизни»? (группа «Гномики»), «Физическое развитие ребёнка» (группа «Радуга»). 5. Мониторинг физического развития детей.		
ноябрь	1. Разработка бесед с детьми: - «Что такое здоровье?» - «Как сохранить здоровье?» - «Как вести здоровый образ жизни?» - «Почему нужно вести здоровый образ жизни?» 2. Разработка рекомендаций для воспитателей групп 5-6 лет «Радуга», «Гномики». 3. Разработка рекомендаций для родителей. 4. Организация развивающей среды. Подбор совместно с воспитанниками спортивного оборудования.	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы
Основной этап			
Октябрь 1 неделя	Составление плана работы по реализации проекта «Секреты здоровья».	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы
2 неделя	1. Организация работы с педагогическим коллективом.	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы.	Инструктор по физической культуре
3 неделя	День здоровья совместно с родителями «Счастливы вместе»! Целевая прогулка в Сальский городской парк: - оздоровительный бег; - бег на 30м; - спортивные игры, эстафеты, соревнования.	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, воспитанники, родители.	Инструктор по физической культуре.

4 неделя	1. Заседание родительского комитета «Здоровье детей – здоровье нации»	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, воспитанники, родители.	Заведующий, старший воспитатель инструктор по физической культуре,.
ноябрь 1-2 неделя	1. Мини-консультация «Реализация проекта «Секреты здоровья»: Вопросы консультации: - цели и задачи проекта; - сроки реализации проекта; - этапы реализации проекта;	инструктор по физической культуре	инструктор по физической культуре
3-4 неделя	1. Флэшмоб на воздухе «Делаем зарядку»!. 2. Родительское собрание: «Физкультура, здоровье и игра». Цель: пропаганда ЗОЖ, знакомство с результатами анкетирования.	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы воспитанники	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы.
декабрь 1-2 неделя	1. Тематическая неделя «Я вырасту здоровым». 2. Спортивные игры на воздухе. 3. Презентация «Зимние виды спорта». 4. Выпуск буклета для родителей: «Здоровье – главное на свете».	Инструктор по физической культуре, воспитатели, воспитанники	Инструктор по физической культуре воспитатели группы.
декабрь 3-4 неделя	1. Консультация для родителей «Здоровье начинается со стопы». 2. Свободное общение на тему: «Где прячется здоровье»?. 3. Знакомство с пословицами о здоровье.	Инструктор по физической культуре, воспитатели, воспитанники	Инструктор по физической культуре

<p>январь</p>	<p>1. Дидактические игры: - «Вредно – полезно» (вредные привычки, продукты питания); - «Витаминная семейка» (овощи, фрукты); - «Кому что нужно?» (средства гигиены); - «Спортивные профессии» - «Виды спорта». 2. Фоторепортаж «Здоровый образ жизни в семье». 3. Спортивный праздник «Малые зимние олимпийские игры».</p>	<p>Воспитатели группы Инструктор по физической культуре, воспитанники, родители</p>	<p>Воспитатели группы, инструктор по физической культуре.</p>
<p>февраль 1-2 неделя</p>	<p>1. Беседы о ЗОЖ, о правильном питании, о соблюдении гигиены, об уходе за полостью рта, о роли физкультуры и спорта в сохранении здоровья, о болезнетворных микробах, о вредных привычках. 2. Использование художественного слова: загадок, пословиц, поговорок, стихотворений, литературных и музыкальных произведений. 3. Выполнение режимных моментов: утренняя гимнастика, ООД по физической культуре, гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, самомассаж, хождение по солевой дорожке и массажным коврикам, использование физкультминуток, релаксаций, динамических пауз.</p>	<p>Воспитатели группы, инструктор по физической культуре, воспитанники</p>	<p>Воспитатели группы, инструктор по физической культуре</p>

февраль 3-4 неделя	1. День Здоровья «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить»! 2..Показ презентации о ЗОЖ.	Инструктор по физической культуре, воспитатели, родители, воспитанники	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель.
март 1-2 неделя	1. Конкурс рисунков совместно с родителями на тему: «Здоровье глазами ребёнка». 2. Музыкально-спортивный праздник «Масленица-кривошейка».	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, воспитанники, родители	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы
март 3-4 неделя	1.ООД «Путешествие в страну здоровья». 2.Оформление стенда для родителей: «Как укрепить здоровье ребёнка в условиях семьи», «Витамины для детей», «Советы и рекомендации инструктора по физической культуре».	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, воспитанники, родители	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы
апрель 1-2 неделя	1.ООД «Сохрани здоровье смолоду». 2.Консультация для родителей: «Физическое развитие детей в домашних условиях».	Инструктор по физической культуре, группы, воспитанники, родители	Инструктор по физической культуре.
апрель 3-4 неделя	1.Разработка памяток для родителей «О здоровом образе жизни». 2. Заключительное мероприятие – образовательный квест	Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, музыкальный	Инструктор по физической культуре.

	«Секреты здоровья».	руководитель.	
Заключительный этап			
май	<p>Анализ результатов проекта.</p> <p>1. Создание компьютерной презентации о ходе реализации проекта: «Секреты здоровья».</p> <p>2. Рефлексия педагогов.</p> <p>Определение значимости проекта для образовательного процесса.</p>	Инструктор по физической культуре.	Инструктор по физической культуре.