

Физкультурно- спортивный
краткосрочный проект

«Всемирный день здоровья»



Подготовила: Санина Н.А.
Инструктор по физвоспитанию МБДОУ
Ремонтненский д/с «Солнечный зайчик»
группа «Гномик»
Апрель 2023 год.

Актуальность проекта

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического, так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.

Януш Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своём здоровье... Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься».



Все мы, родители, врачи, педагоги, хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, выросли и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. Ведь здоровье – это бесценный дар. И важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России.

Вопросы формирования у дошкольников основ здорового образа жизни, потребности в ежедневной двигательной 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 и безопасности.

Итак, самой актуальной задачей на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врожденными заболеваниями, но и с приобретенными в процессе жизни дефектами здоровья.

В связи с этим нами был разработан проект «Дня здоровья», девизом которого является «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!»



Паспорт проекта

Цель проекта: Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, потребности вести здоровый образ жизни. Закрепление знаний о КГН. Укрепление взаимоотношений взрослых и детей, привлечение родителей к участию в образовательном процессе.



Задачи проекта:



Образовательные:

1. *Формировать начальные представления старших дошкольников о себе, о здоровом образе жизни, о правилах гигиены и охране здоровья.*
2. *Формировать стремление к здоровому образу жизни, признание ребенком ценности здоровья.*
3. *Закреплять представление о пользе для здоровья прогулок на свежем воздухе.*
4. *Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.*
5. *Расширять представления о видах спорта и пользе занятий физкультурой.*

Развивающие:

1. *Создать развивающую предметную среду в группе, благоприятную атмосферу;*
2. *Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; прививать любовь к физическим упражнениям.*
3. *Формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья;*
4. *Формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление здоровья;*

Воспитательные:

Воспитывать у детей осознанное отношение к здоровому образу жизни (необходимости закаляться, заниматься спортом).



Вид проекта: практико-ориентированный, творческий, информационный, краткосрочный.

Участники: воспитанники старшего дошкольного возраста, педагоги, родители

Время реализации проекта: 1 день

Предполагаемый результат:

- Дети получают простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);
- Повышение речевой активности, активизация словаря детей;
- Полученный опыт позволит им избежать несчастных случаев;
- Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, что позволит снизить заболеваемость детей.
- Повысится заинтересованность родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка

Презентация проекта: Спортивное развлечение «Будьте здоровы»

Формы реализации проекта:

1. Психогимнастика «Поделись улыбкою своей».
2. Интеллектуальный конкурс –викторина «Спорт- наш друг».
3. Рисование «Мы- спортсмены»
4. Физкультурное развлечение «Будь здоров»
- 5.Выставка рисунков.
6. Утренняя гимнастика на улице».
7. Просмотр презентации «Здоровый образ жизни».
8. Игровая деятельность.
9. Чтение художественной литературы.
10. Отгадывание загадок.



Этапы реализации.

1 этап – подготовительный.

На подготовительном этапе ставится цель, и определяются задачи и участники проекта. Устанавливаются сроки работы над проектом, планируется деятельность на весь период работы над проектом.

2 этап – основной.

На этом этапе проводятся различные формы работы по физическому, коммуникативному воспитанию, на прогулке:

- Физкультурные занятия на свежем воздухе,
- Игры и эстафеты.

3 этап - заключительный

- Собрать детские комментарии, высказывания о Дне Здоровья.
- Оформить выставку детских рисунков.
- Создание презентации: «День Здоровья».
- Предоставить информацию на сайт ДОУ.











ДЕ
ЗДОРОВЬЯ!













ВЫВОД

В проекте на протяжении дня реализуются различные формы обучения, оздоровления детей с учетом возрастных индивидуальных особенностей, интересов, имеющихся запасов знаний о здоровом образе жизни, умений и навыков. Совместная деятельность под руководством педагога формирует в детях ценнейшие морально-волевые качества: чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, дисциплинированность. В группе проходит обсуждение прошедшего дня (что больше всего понравилось), оформляются выставки детских работ, фотоматериалы. Общение воспитателей с родителями воспитанников о проведенном Дне Здоровья, по поводу прошедших мероприятий, рассказ о достижениях ребенка.

Данный проект показал, что физкультурно-оздоровительная работа в разнообразных видах деятельности и режимных процессах работы ДОУ обеспечивают достаточную физическую нагрузку одновременно для всех детей, повышают выносливость детского организма. Движения укрепляют здоровье ребенка и способствуют снятию перенапряжения.

