

муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 78»

Проект
«Здоровый Я - здоровая страна!»



Разработчик:
Хайлютдинова А.С.

2019 г.
г. Каменск-Уральский

Актуальность проекта.

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием.

Дошкольный возраст является основополагающим в становлении личности человека, поэтому в этом возрасте актуальность формирования у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни становится очевидной. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Лето - самое благоприятное время для укрепления здоровья детей. В летний период дети проводят больше времени на воздухе, чем в помещении. Постоянное пребывание детей на свежем воздухе, дает ребенку значительный физический и эмоциональный запас сил для успешного полноценного развития и повышения иммунитета.

Летний период насыщен деятельностью на открытом воздухе: прогулки, физкультурные досуговые, закаливающие процедуры, игры на природе позволяют детям приобретать новый двигательный опыт.

Цель проекта: эффективно использовать благоприятное для укрепления здоровья детей летнее время года.

Задачи проекта:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей.
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей.
3. Осуществить просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Краткая аннотация проекта.

Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

Участники проекта: педагоги, дети, родители.

Сроки реализации проекта: июнь 2019 г. — август 2019 г.

Основные этапы реализации проекта:

1 этап: (подготовительный) — июнь 2019 г.

2 этап: (основной) — июль-август 2019 г.

3 этап: (заключительный) — август 2019 г.

Тип проекта: познавательного-игровой.

Ожидаемый результат:

У детей:

- Получение элементарных знаний и представлений о себе и своем здоровье.
- Сохранение и укрепление физического здоровья детей.

У родителей:

- Совместное участие с детьми в оздоровительных мероприятиях.
- Повышение компетентности в вопросах летнего отдыха.

У педагогов:

- Разработка методического и практического материала по проекту.
- Повышение компетентности в вопросах летнего оздоровительного отдыха.

Содержание проекта:

Формы работы	Ответственные	Сроки исполнения
I этап (подготовительный)		
1.Изучение методической литературы по вопросам здоровьесберегающих технологий.	Воспитатели	июнь
2. Разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий для детей в летний период.	Воспитатели	июнь
II этап (основной)		
Оздоровительные мероприятия		июль-август
1.Максимальное пребывание детей на свежем воздухе (утренний прием, гимнастика, прогулки, спортивные развлечения)	Воспитатели	июль-август
2.Индивидуальная и групповая работа с детьми по развитию основных движений на прогулке.	Воспитатели	июль-август
3.Работа с детьми по предупреждению бытового и дорожного травматизма (беседы, игры).	Воспитатели	июль-август
Закаливающие мероприятия		
1.Осуществление различных видов естественного закаливания в течение дня (солнечные и воздушные ванны).	Воспитатели	июль-август
2.Закаливающее дыхание «Поиграем с носиком» Методика А. Уманской и К. Динейки.	Воспитатели	июль-август
Профилактические мероприятия		
1.Облегчённая одежда в помещении.	Воспитатели	июль-август
2.Беседы с родителями по профилактике заболеваемости в летний период.	Воспитатели	июль-август
3.Наглядно-стендовая информация для родителей по теме воспитания и оздоровления детей в летний период.	Воспитатели	июль-август
4.Беседы и рассматривание картинок с детьми о здоровом образе жизни.	Воспитатели	июль-август
5.Чтение художественной литературы.	Воспитатели	июль-август
6.Театрализованные игры.	Воспитатели	июль-август
7. Совместная деятельность «Здравствуй, солнце!», «Я человек», «Улица и я», «Здоровый Я».	Воспитатели	июль-август
III этап (заключительный)		
1. Физкультурный праздник с участием родителей «Здоровый Я – здоровая страна!»	Воспитатели	август
2.Коллаж «Быть здоровым-здорово!»	Воспитатели	август
3. Фотоотчет «Здоровый Я – здоровая страна»	Воспитатели	август

Перспективное планирование по проекту «Здоровый Я – здоровая страна!»

Дата	Совместная деятельность	Работа с родителями
01.07.19 – 05.07.19	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №1 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Дереvence» (для осанки) ст. 73 Здоровьесберегающая система ДОО. Беседа «Как здоровым быть?» Совместная деятельность «Здравствуй, солнце!» Подвижная игра «Филин» ст.56 Оздоровительная работа в ДОУ.</p>	<p>Памятка для родителей по безопасности детей в летний период.</p> <p>Консультация для родителей «Безопасность на природе»</p>
08.07.19 – 12.07.19	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №3 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Ветряная мельница» ст. 91 Здоровьесберегающая система ДОО. Рассматривание картинок «Что такое хорошо, а что такое плохо» Художественная литература С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала» Игра «Юный кулинар» ст. 74 ЗС ДОО. Подвижная игра «Зайка умывается» ст.57 Оздоровительная работа в ДОУ.</p>	<p>Памятка для родителей «Детский дорожно – транспортный травматизм»</p> <p>Буклет для родителей «Здоровый Я – здоровая страна»</p>
15.07.19 – 19.07.19	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №7 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Ванька-встанька» ст. 91 Здоровьесберегающая система ДОО. Беседа «Кто я такой?» ст. 85 ЗС ДОО. Художественная литература Д. Крапивина «Вас прошу я дать ответ» Театр «Сказка о пользе здорового образа жизни» Игра «Плохо - хорошо» ст. 76 ЗС ДОО. Подвижная игра «Поезд» ст.80 Оздоровительная работа в ДОУ.</p>	<p>Памятка по правилам поведения на воде и мерам по обеспечению безопасности при купании.</p> <p>Информация для родителей «Физическое воспитание ребенка в семье»</p>
22.07.19 – 26.07.19	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №15 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Дереvence» (для осанки) Совместная деятельность «Я человек» Подвижная игра «Вперед быстрее иди, только не беги» ст.79 Оздоровительная работа в ДОУ.</p>	<p>Рекомендации для родителей «Золотые правила питания»</p> <p>Информация для родителей «Правила закаливания»</p>
29.07.19 – 02.08.19	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №1 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Ветряная мельница» Общение «Полезные продукты» Художественная литература «Муха Грязнуха» ст. 16 Осторожные сказки Игра «Можно - нельзя» ст. 74 ЗС ДОО. Подвижная игра «Зайка умывается» ст.57 Оздоровительная работа в ДОУ.</p>	<p>Консультация для родителей «Учим ребенка правилам безопасности»</p> <p>Памятка для родителей «Помогите детям запомнить правила пожарной безопасности»</p>

05.08.19 – 09.08.19	Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №3 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Ванька-встанька» Рассматривание картинок «Наша улица» Совместная деятельность «Улица и я» Подвижная игра «Филин» ст.56 Оздоровительная работа в ДОУ.	Буклет для родителей «Пожар в доме» Памятка для родителей «Обеспечение безопасности детей в бытовых условиях»
12.08.19 – 16.08.19	Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №7 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Деревце» (для осанки) Беседа «Я и опасные предметы» Художественная литература «Волшебный мяч» ст. 43 Осторожные сказки Театр «Хозяйкин огород» Игра «Как узнать жителя страны Здоровье» ст. 107 ЗС ДОО. Подвижная игра «Вперед быстрее иди, только не беги» ст.79 Оздоровительная работа в ДОУ.	Рекомендации для родителей по воспитанию трудолюбия «Маленький помощник» Информация для родителей «Правила здорового образа жизни»
19.08.19 – 23.08.19	Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №15 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Ветряная мельница» Совместная деятельность «Здоровый Я» Подвижная игра «Поезд» ст.80 Оздоровительная работа в ДОУ.	Буклет для родителей «Основы безопасности жизнедеятельности» Информация для родителей «Движение – основа здоровья»
26.08.19 – 30.08.19	Утренняя гимнастика на свежем воздухе: Карточка №1 (картотека) Закаливающее дыхание «Поиграем носиком» Упражнение «Ванька-встанька» Оформление коллажа «Быть здоровым-здорово!» Подвижная игра «Зайка умывается» ст.57 Оздоровительная работа в ДОУ.	Консультация для родителей «Тревога и здоровье» Рекомендации для родителей «Босиком от болезней»

Список используемой литературы

1. Здоровьесберегающая система дошкольной образовательной организации: модели программ, рекомендации, разработки занятий \ авт.-сост. М.А. Павлова, М.В. Лысогорская – Волгоград: Учитель, 2016.
2. Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. – М: ТЦ Сфера, 2006.
3. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья» \ авт.-сост. Е.Ю. Александрова. – Волгоград: Учитель, 2007.