

A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: a basketball, a badminton racket, a volleyball, a football, a tennis racket, a basketball, a badminton racket, a volleyball, a football, a badminton racket, a volleyball, and a basketball. The icons are set against a light blue background with a subtle floral pattern.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 47 общеразвивающего вида

Здоровьесберегающей проект

«Неделя здоровья в детском саду».

**Подготовила: руководитель физического
воспитания Козаева Ф.Т.**

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of colorful icons: a pair of scissors, a beach ball, a football, a red flower, a tennis racket, an orange, a soccer ball, a tennis racket, a pair of scissors, a beach ball, a football, a red flower, and a soccer ball. The background is a light blue gradient with a white dotted border.

*Чтобы сделать ребенка
умным и рассудительным,
сделайте его крепким и
здоровым: пусть он работает,
действует, бегает, кричит,
пусть он находится в
постоянном движении!*

A decorative border surrounds the page, featuring various icons related to health and sports: a pair of glasses, a beach ball, a football, a red flower, a tennis ball, a tennis racket, an orange, a pair of scissors, a beach ball, a football, a red flower, and a tennis ball.

Актуальность проекта:

- самой актуальной на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья.

В связи с этим нами был разработан здоровьесберегающий проект «Недели здоровья», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня! »

Цель проекта:

- формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье.

Задачи проекта:

- пропагандировать здоровый образ жизни;
- подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье;
- учить детей оценивать и прогнозировать своё здоровье;
- формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания;
- рассказать детям о витаминах и полезных продуктах;
- знакомить детей с возможными травмирующими ситуациями;
- учить некоторым правилам оказания первой медицинской помощи в случае травм (ушиб, порез, ссадина, вызов скорой помощи).

A decorative border surrounds the page, featuring various icons related to sports and health. The icons include a pair of scissors, a colorful ball, a football, a red flower, a tennis racket, an orange, a tennis ball, a pair of glasses, a colorful ball, a football, a red flower, and a tennis racket. The background is light blue with a white dotted pattern.

Этапы реализации проекта:

1-й этап - подготовительный

Цели:

- изучить методическую, научно - популярную и художественную литературу по теме;
- подобрать иллюстративный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой, познавательной, театрализованной деятельности;
- составить план мероприятий на каждый день, картотеку стихов, загадок, пословиц, массажа, зрительной и дыхательной гимнастики;
- привлечь родителей к совместной работе с ДООУ по воспитанию культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста.

2-й этап — Основной. Работа с детьми по дням недели:

Понедельник - «Чистота — залог здоровья»

Цель:

- довести до сознания детей необходимость и важность соблюдения гигиенических процедур, поддерживать чистоту тела, продуктов, помещений.

Лаборатория: «Чистим зубы - избавляемся от микробов» - закрепить правила ухода за зубами, правильной чистке и уходе за зубной щёткой

Чтение худ. литературы Ясное М. "Я мою руки".

Просмотр мультфильмов;

Советы Мойдодыра - знание правил гигиены;

Изготовление книжек—малышек



Вторник - «С физкультурой дружить - здоровым быть!»

Цель: формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.

Задачи: прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию, повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

Анкетирование родителей «Растём здоровыми».

Беседа с детьми «Что такое здоровье». Беседа — рассуждение «Я — спортсмен». Физиологические опыты (обращать внимание детей на то, как изменяется работа нашего организма во время подвижных игр, физической нагрузки (покраснение, потоотделение, учащенное сердцебиение), упражнения в определении пульса в разных состояниях (за 10 с.).

Загадки о спорте. Работа в спортивном уголке: рассматривание альбома «Виды спорта».

Д/и «Продолжи фразу», «Кому что нужно?», «Кто скажет больше слов о мяче (клюшке, лыжах, велосипеде и т. д.)».

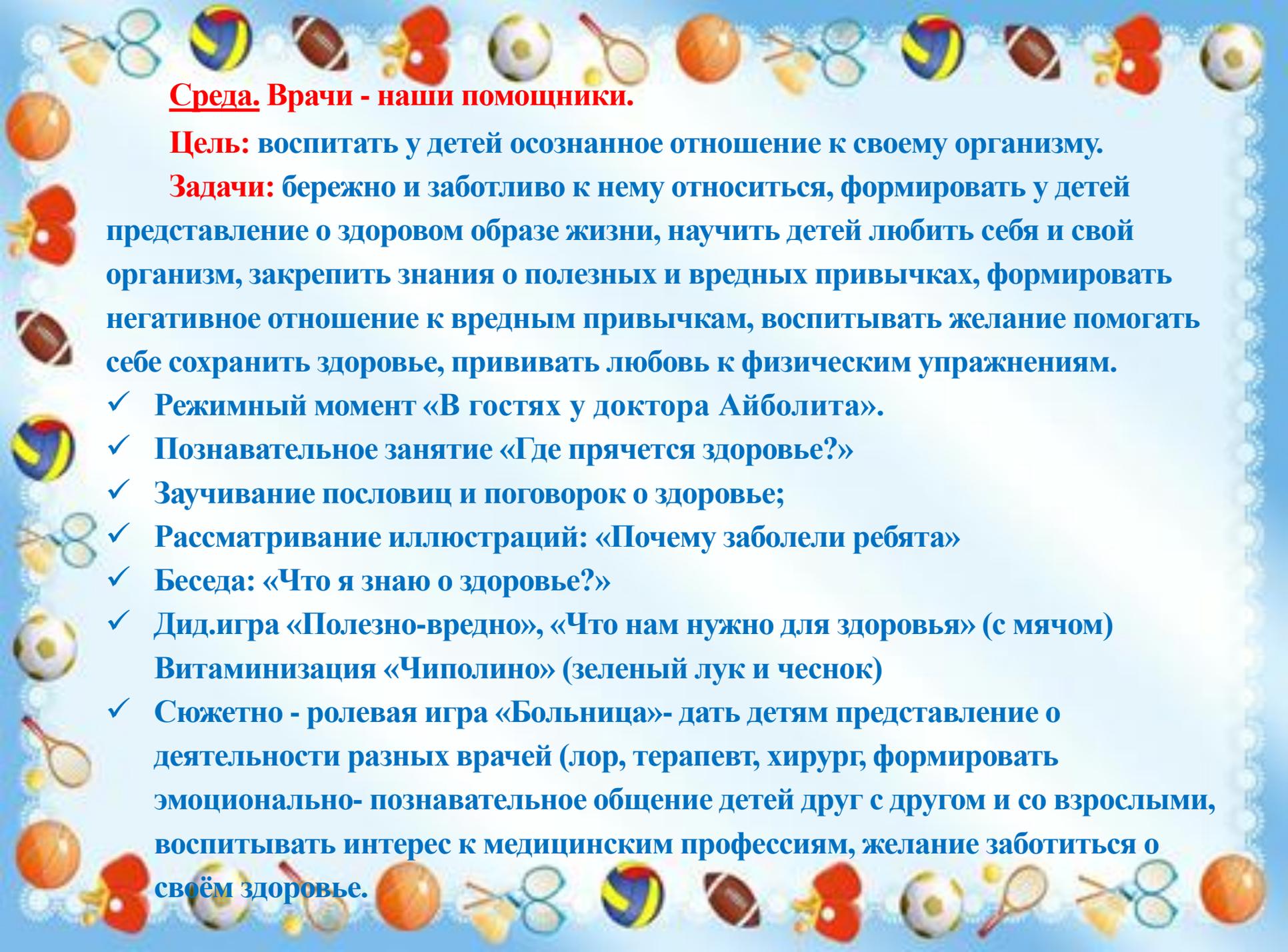
Рассматривание альбома «Спортсмены России».

П/и «Не урони палку», «Делай вот так», «Кто быстрее?». Игра-соревнование «Я лучше и аккуратнее всех сложил одежду» для закрепления умение быстро, аккуратно раздеваться, раскладывать одежду в определенные места;

Рисование «Мы со спортом крепко дружим!»

Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования (с привлечением родителей).



A decorative border surrounds the page, featuring various icons related to sports and health: a pair of scissors, a beach ball, a football, a red flower, a tennis racket, an orange, a pair of glasses, a beach ball, a football, a red flower, and a tennis racket. The background is light blue with a white scalloped border.

Среда. Врачи - наши помощники.

Цель: воспитать у детей осознанное отношение к своему организму.

Задачи: бережно и заботливо к нему относиться, формировать у детей представление о здоровом образе жизни, научить детей любить себя и свой организм, закрепить знания о полезных и вредных привычках, формировать негативное отношение к вредным привычкам, воспитывать желание помогать себе сохранить здоровье, прививать любовь к физическим упражнениям.

- ✓ Режимный момент «В гостях у доктора Айболита».
- ✓ Познавательное занятие «Где прячется здоровье?»
- ✓ Заучивание пословиц и поговорок о здоровье;
- ✓ Рассматривание иллюстраций: «Почему заболели ребята»
- ✓ Беседа: «Что я знаю о здоровье?»
- ✓ Дид.игра «Полезно-вредно», «Что нам нужно для здоровья» (с мячом)
- ✓ Витаминизация «Чиполино» (зеленый лук и чеснок)
- ✓ Сюжетно - ролевая игра «Больница»- дать детям представление о деятельности разных врачей (лор, терапевт, хирург, формировать эмоционально- познавательное общение детей друг с другом и со взрослыми, воспитывать интерес к медицинским профессиям, желание заботиться о своём здоровье.



Четверг — «День Витаминки»

Цель: помочь детям понять, что здоровье человека зависит от правильного питания, объяснить, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

- ✓ Экскурсия на кухню - наблюдение за работой повара, закрепить словарь по темам: «продукты», «овощи», «фрукты»;
- ✓ познавательное занятие «Режим питания»;
- ✓ упражнение «Знакомство с продуктами питания»;
- ✓ рисование «Овощи и фрукты - полезные продукты»;
- ✓ сценка: «Реклама овощей»

Вторая половина дня:

- ✓ беседа: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»;
- ✓ д/и «Приготовь витаминный салат», «Фруктовый салат», «Фруктовое канапе»;
- ✓ разукрашивание картинок с овощами и фруктами - «Как мы победили болезнетворных микробов».

Пятница «Если хочешь быть здоров - закаляйся!»

Цель: познакомить детей с правилами закаливания, его пользе для организма; знать правила оказания первой помощи при различных травмах, правила поведения во время болезни.

- ✓ Беседа: «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»;
- ✓ гимнастика «маленьких волшебников»;
- ✓ проведение закаливающих процедур с детьми - «О том, как мы закаляемся в группе»;
- ✓ игра «Окажем первую помощь»;
- ✓ развлечение «Волшебное путешествие в страну здоровья»;
- ✓ чтение художественной литературы Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым».



Работа с родителями:

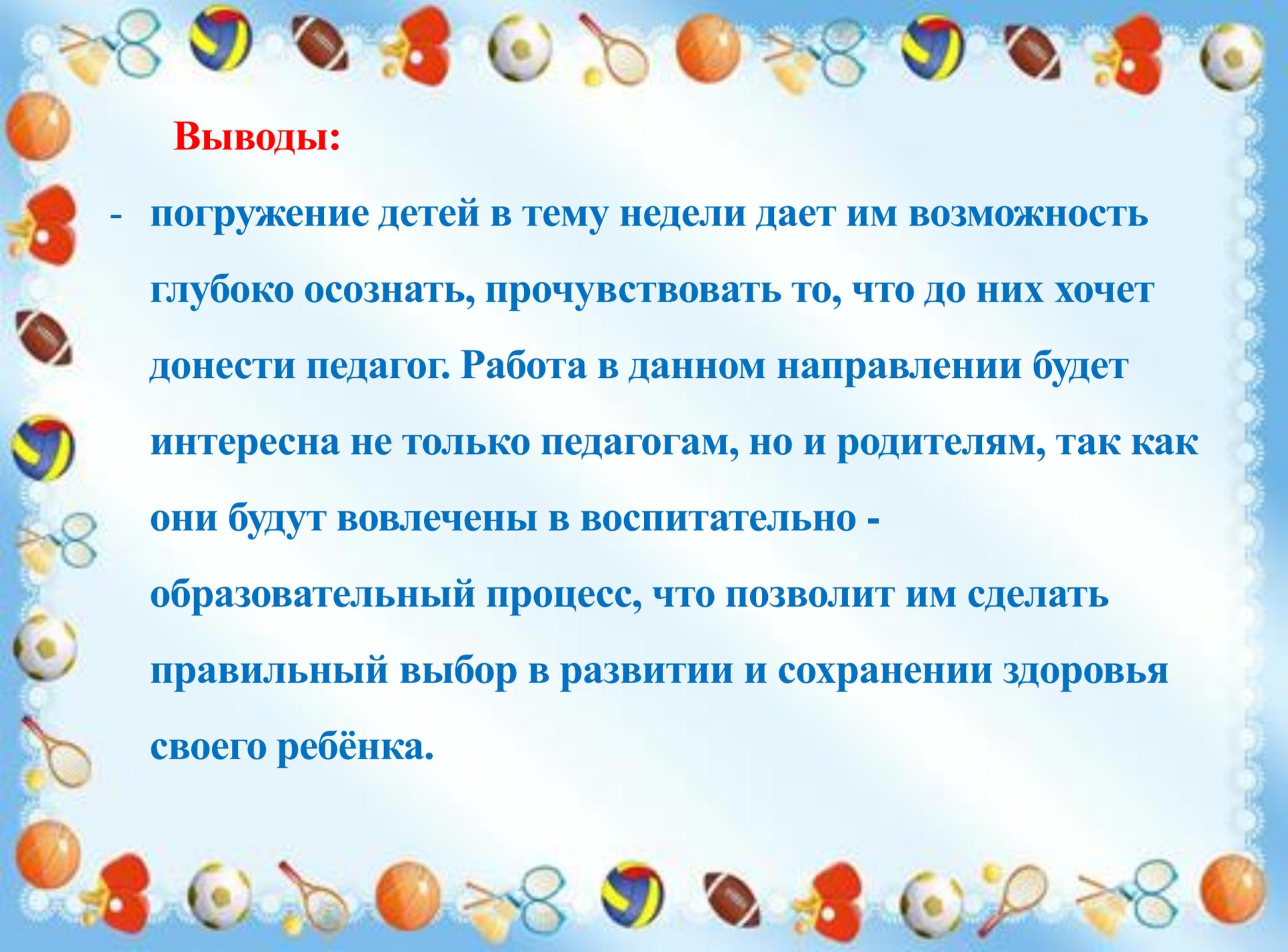
- ✓ знакомство с мероприятиями проекта, включение родителей в ход проекта;
- ✓ анкетирование родителей «О здоровье всерьёз»;
- ✓ консультации: «Закаляемся правильно», «Безобидные сладости»;
- ✓ картотека «Сундучок бабушкиных рецептов»;
- ✓ изготовление газеты родителями «Будь здоров»;
- ✓ изготовление информационных буклетов: «Гимнастика маленьких волшебников», «Массаж волшебных ушек», «Игровой массаж для закаливания дыхания».



3-й этап - заключительный.

Фоторепортаж «Неделя здоровья»



A decorative border surrounds the page, featuring a repeating sequence of sports-related icons: a pair of scissors, a colorful beach ball, a brown American football, a red flower, a white and yellow tennis ball, a tennis racket, an orange ball, a pair of glasses, a colorful beach ball, a brown American football, a red flower, and a white and yellow tennis ball. The background is a light blue gradient with a white dotted border on the right side.

Выводы:

- погружение детей в тему недели дает им возможность глубоко осознать, прочувствовать то, что до них хочет донести педагог. Работа в данном направлении будет интересна не только педагогам, но и родителям, так как они будут вовлечены в воспитательно - образовательный процесс, что позволит им сделать правильный выбор в развитии и сохранении здоровья своего ребёнка.

A decorative border surrounds the page, featuring a repeating sequence of sports-related icons: a pair of blue scissors, a colorful beach ball, a brown American football, a red flower, a white soccer ball, a tennis racket, an orange ball, a pair of blue scissors, a colorful beach ball, a brown American football, a red flower, and a white soccer ball. The border is set against a light blue background with a white scalloped edge.

Спасибо за внимание!