

Муниципальное казенное  
дошкольное учреждение  
детский сад №30 "Снегирек"  
г. Новосибирск  
Краткосрочный проект недели  
здоровья «Мы здоровье  
сбережём»

Выполнила: Лузан Лариса  
Николаевна

## Пояснительная записка

- В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.
- Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

## Цель проекта:

- Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

## **Задачи проекта:**

- Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

# Предполагаемые результаты:

## Для детей:

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
2. Сформированность гигиенической культуры;
3. Улучшение соматических показателей здоровья;
4. Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

## Для родителей:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей;
2. Педагогическая, психологическая помощь;
3. Повышение уровня комфортности.

## Для педагогов:

1. Повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов;
2. Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
3. Личностный и профессиональный рост;
4. Самореализация;
5. Моральное удовлетворение.

## Формы работы с детьми:

- НОД познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий, картонажный театр, театр кукол, просмотр презентаций по теме;
- НОД продуктивной деятельности: конструирование, аппликация, лепка, рисование;
- Игровая деятельность: подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемные ситуации;

## Ресурсное обеспечение проекта:

1. Физкультурный уголок в группе.
2. Спортивный зал;
3. Спортивный участок на территории МДОБУ.
4. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.
5. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, схемы бесед, занятий, сценарий спортивного развлечения и т.д.).
6. Подборка методической литературы “Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста”.



## Содержание проектной деятельности:

Этапы и сроки реализации:

1 этап: подготовительный;

2 этап: практический;

3 этап: заключительный;

### **1 этап – подготовительный:**

- Разработка перспективного плана;
- Подготовка цикла тематических мероприятий;

### **2 этап – практический:**

- Проведение цикла тематических мероприятий;
- Организация целенаправленной просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей познавательных способностей;
- Подготовка выставки плакатов «Друзья Мойдодыра»;

### **3 этап – заключительный:**

- Проведение спортивного – развлекательного мероприятия «Наше здоровье»
- Оформление выставки плакатов: «Девочка чумазая», «Зубная щётка – лучший друг всех зубов», «Магазин расчёсок», «Правила, которые мы не будем забывать»;

# План реализации тематического проекта «Наше здоровье»

## 1 Тема дня: «Где прячется здоровье»

### Цели и задачи:

- Продолжать формировать интерес к собственному организму, самочувствию, связанному с состоянием здоровья.
- Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.
- Развивать быстроту бега, ловкость, Внимательность.
- Закрепить знание правил дорожного движения – значение трёх цветов светофора.
- Обратить внимание родителей на то, что по сезону и погоде одетый ребёнок в меньшей степени подвержен простудным заболеваниям

# Мероприятия, содержание работы

- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»;
- Беседа «Что такое здоровье и как его приумножить»;
- Сюжетно – ролевая игра «Магазин полезных продуктов питания»;
- Дидактическая игра «Что полезно кушать, а что вредно»;
- Чтение: А. Барто «Девочка чумазная», С. Семёнов «Как стать неболейкой», С Михалков «Про мимозу»;
- Прогулка: игры с бегом «Быстро возьми, быстро положи», игры с прыжками «Лягушка и цапли», игры с бросанием и ловлей «Кого называли, тот и ловит»;

Продуктивная деятельность: рисование по  
стихотворению А. Барто «Девочка чумазая»;



## Вторая половина дня:

- Беседа «Правила поведения на улице»;
- Дидактическая игра: «Светофор»
- Работа с родителями:  
оформление папки – передвижки  
«Здоровый ребёнок».



## 2 Тема дня: «Здоровые зубки»

- ⦿ Объяснить детям причину болезни зубов;
- ⦿ Сформировать привычку чистить зубы;
- ⦿ Приучать ребёнка быть внимательным к себе и состоянию своих зубов;
- ⦿ Развивать у детей координацию движений, силу, ловкость, выносливость»
- ⦿ Обратить внимание родителей на занятие спортом в их семье – походы на стадион, бассейн, спортивный зал и т. д .»



- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»;
- Беседа «Здоровые зубки»;
- Чтение сказки Сказка о зубной щётке»;
- Дидактическая игра: «Что вредно, а что полезно для зубов»;
- Продуктивная деятельность: аппликация «Зубная щётка для мальчика Пети»;
- Прогулка: Игры – эстафеты:  
«Перенеси лекарства»;  
«Займи место в обруче»  
«Сбор снежков»



Вторая половина дня:

- Работа с родителями: проведение анкетирования родителей «Роль спорта в семейном воспитании».





### 3 Тема дня: «Мойдодыр»

- Формирование у детей представлений о правилах личной гигиены;
- Дать детям элементарные представления об инфекционных заболеваниях и их возбудителях (микробы и вирусы);
- Продолжение просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей интереса к ведению здорового образа жизни (спорт – его неотъемлемая часть);

- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»;
  - Беседа «Микробы и вирусы»
- Дидактическая игра «Предметы личной гигиены»;
- Чтение: «Потешки, стихи, загадки на заданную тему»
  - Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто – чисто;
  - Продуктивная деятельность:  
Изготовление атрибутов к подвижной игре «Микробы и чистюли»;



- Прогулка:
- Подвижные игры:
- «Поймай хвостик». «Поймай комара», «Прятки»;;

Вторая половина дня:

- Просмотр мультфильма «Мойдодыр»

Работа с родителями:

- Провести беседу по итогам анкетирования, познакомить родителей с ответами детей на те же самые вопросы.



## 4 Тема дня: «Здоровое питание. Витамины»

- Расширять и уточнять знания детей о наличии витаминов во фруктах и овощах;
- Создать условия для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе;
- Способствовать созданию мотивации у детей и родителей на формирование здорового образа жизни

- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»»;
- Беседа «Витамины и полезные продукты»;
- Разучивание стихов, загадок, потешек ;
- Экспериментальная деятельность: «Волшебник – шиповник»;
- Прогулка «Витаминная семья» - эстафета;

Вторая половина дня:

- «Дегустация волшебного напитка шиповника»;
- Дидактическая игра «Полезная и вредная еда»

## 5 Тема дня: «Со спортом дружим мы всегда»

- Формировать устойчивую привычку к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию;
- Воспитывать желание добиваться успехов в спортивных состязаниях, различных соревнованиях;
- Познакомить родителей с итогами прошедшей недель здоровья (стенгазета о событиях недели здоровья);

- Утренняя гимнастика «Здоровью скажем «Да»;
- Рассматривание иллюстраций о различных видах спорта;
- Продуктивная деятельность: Изготовление альбома о различных видах спорта;
- Спортивное развлечение «Наше здоровье в наших руках»
- Прогулка: подвижные игры:
- «Кролики»; «По ровненькой дорожке»; «Бегите к флажку» «Попади в круг»;





Вторая половина дня:

- Сюжетно – ролевая игра «Физкультурное занятие»;

Работа с родителями:

- Беседа: «Значение ЗОЖ для здоровья человека»



## **Полученный результат реализации проекта:**

- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.
- Получение детьми знаний о ЗОЖ.
- Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;  
Сформированность гигиенической культуры;  
Улучшение соматических показателей здоровья;
- Моральное удовлетворение.

Спасибо за внимание!