Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Центр развития ребенка – детский сад № 1 «БЭЛЭКЭЧ» г. Альметьевска

**ПРОЕКТ**

*«Неделя здоровья в старшей группе»*

Автор проекта: Кучумова Г.А.

Воспитатель МБДОУ

ЦРР №1 «Бэлэкэч»

Альметьевск 2013 г.

**Актуальность**

Серьёзной проблемой, в последние годы становится малоподвижность детей. Они много сидят не только дома у телевизора и компьютера, но и на занятиях в детском саду. Это плохо сказывается на физическом здоровье детей. А нам хочется видеть детей здоровыми, бодрыми, ловкими, сильными и развитыми.

**Цель проекта**: Создание максимально благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребёнка. Формирование потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи оздоровительного направления:**

1. Формирование правильного отношения детей к физкультурным занятиям, мероприятиям.

2. Формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры.

3. Формирование у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.

**Задачи воспитательного направления:**

1. Способствовать проявлению разумной смелости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений.

2. Создать условия для выполнения физических упражнений, направленных на преодоление трудностей физического характера, терпение и выносливость.

3. Влиять на формирование чувства прекрасного, способствовать гармоническому, пропорциональному развитию тела, стойкости, формированию осанки, грациозности и уверенности в движениях.

4. Создать условия для проявления положительных эмоций.

**Задачи образовательного направления:**

1. Организовать процесс обучения в естественных условиях и обстоятельствах.

2. Создать условия для самостоятельного познания окружающей действительности в двигательной сфере с помощью собственных усилий ребенка.

3. Формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки.

**Тип проекта**: краткосрочный

Участники проекта:

• Воспитатель

• Дети старшей группы

**Аннотация:**

Проект – «Неделя здоровья» разработан 4.02.2013г. Срок реализации с 11.02.2013 по 15.02.2013г. Реализовали проект воспитатель старшей группы Кучумова Г.А., дети группы.

**Предполагаемый результат**:

• Расширение знаний детей о своём здоровье.

• Научатся заботиться не только о своём здоровье, но и о здоровье окружающих.

• Узнают о роли витаминов в жизни человека.

• Узнают от, куда берутся болезни.

• Познакомятся с литературными произведениями по теме.

• Узнают, как устроен человек, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья.

**Формы работы для решения поставленных задач:**

• Создание организованной формы обучения.

• Организация совместной деятельности воспитателя и детей.

• Совместная работа с родителями.

• Создание спортивной предметно развивающей среды.

• Использование разных методов и приёмов в работе с детьми.

• Создание плана реализации проекта.

• Форма реализации проекта.

Спортивно - развивающая среда в группе:

• Спортивный уголок

• Мягкий модуль

• Шведская стенка

• Мягкая змейка для прыжков и ходьбы

• Коврик с пуговицами

• Вертикальная цель

• Горизонтальная цель

• Кегли, мячи, боулинг

• Картотека подвижных игр

• Маски, шапочки для подвижных игр

• «Сухой дождик» - для релаксации

**Форма работы воспитателя с детьми:**

1. Занятия познавательного цикла: валеология, физкультурные занятия, кроссворды, чтение художественной литературы по теме.

2. Занятия продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация.

3. Оздоровительные процедуры: воздушные ванны, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, дыхательная гимнастика.

4. Игры: подвижные, дидактические, развивающие, народные

**План мероприятий в рамках проекта:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Мероприятия** | **Литература** |
| **11.02.13** | Утро «Белочка»  Комплекс развивающих упражнений  Беседа  «Изучаем свой организм»  «Человек» Лепка человека  Прогулка «Затейники»  Подвижная игра - бег, увёртываясь от ловушки, пролезание под препятствием.  Вечер. Беседа: «О спорт ты мир», «Хитрая лиса», «Как эти органы называются у человека»  Рассматривание альбома о спорте  Подвижная игра – ловкость быстрота бега, внимание.  Кроссворд. | М. Ю. Картушина с. 118  О.В.Чермашенцева с.87  Кравченко И.В., с 50  Кравченко И.В.с. 52  А.И. Иванова с. 177 |
| **12.02.2013** | Утро «Пузыри» Дыхательное упражнение.  «Рукавицы» массаж пальцев.  «Откуда берутся болезни» Познавательное занятие.  Прогулка «Сбей мяч»  Подвижная игра – метание мяча в беге. И. В. Кравченко ст. 57  Вечер  Беседа: «Чем отличается мужской организм от женского?»  Игра – конкурс.  «Назовем предметы гигиены»  Кроссворд. | М. Ю. Картушина с. 111  М. Ю. Картушина с. 36  О.В.Чермашенцева с. 89  И. В. Кравченко с. 57  А. И. Иванова с. 48  А. И. Иванова с. 182 |
| **13.02.2013**  **14.02.2013** | Утро  «Козлик»  Гимнастика для мышц шеи.  «Играет кот на скрипке»  Ритмическая игра.  Беседа.  «Витамины в жизни человека»  Беседа: «Зачем человеку руки?»  Прогулка  «Подвижная игра – бег в рассыпную. Пятнашки»  Вечер  Чтение стихотворения К. И. Чуковского «Мойдодыр»  «Что убежало от грязнули? »  Кроссворд. Из стихотворения К. И. Чуковского «Мойдодыр»  Утро  «Я художник»  Пальчиковая гимнастика.  «Как сохранить свою кожу здоровой? »  Познавательное занятие.  «Наши ножки»  Релаксация. | М. Ю. Картушина с 85  М. Ю. Картушина с. 86  О.В.Чермашенцева с. 92  О.В.Чермашенцева с. 92  Кравченко И.В. с. 58  М. Ю. Картушина с. 103  А. И. Иванова с. 77  М. Ю. Картушина с. 88 |
| **15.02.2013** | Утро  «Мы снежинку увидали»  Упражнения для коррекции зрения.  «Чтобы глаза видели»  Занятие.  «Оса»  Гимнастика для глаз.  Прогулка  «Белые гуси»  Народная игра - бег и ходьба стайкой.  Вечер  «Обезьяна Чи – чи – чи»  Массаж пальцев. «Дружба»  Выставка детских работ на тему: «О спорт ты мир» | М. Ю. Картушина с. 57  О.В.Чермашенцева с. 99  А. И. Иванова с. 38  М. Ю. Картушина с. 47 |

**Результаты проекта:**

• Сформировались знания детей о своём здоровье.

• Научились заботиться о своём здоровье.

• Знают, почему витамины нужны человеку.

• Узнали от, куда берутся болезни.

• Познакомились с литературными произведениями по теме.

• Знают, как устроен человек, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья.

• Освоили новые подвижные, народные, дидактические игры

• Приняли участие в выставке рисунков «О спорт ты мир».

Степень реализации проекта:

Данный проект был реализован 11.02.13 г, в результате которой дети получили знания о здоровом образе жизни. Сформировались представления детей о том как, важны двигательные навыки и умения в укреплении здоровья.

Информационные источники:

• Программа воспитания и обучения в детском саду под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой М. «Мозаика – Синтез» 2008 г

• «Естественно – научные наблюдения и эксперименты в детском саду» (Человек) А. И. Иванова Творческий Центр 2005 г.

• «Логоритмические занятия в детском саду» М. Ю. Картушина Творческий Центр 2005 г.

• «Основы безопасного поведения дошкольников» О. В. Чермашенцева Волгоград Издательство «Учитель» 2010 г.

• «Прогулки в детском саду» И. В. Кравченко, Т. Л. Долгова Творческий Центр Москва 2011 г.

• «Методика физического воспитания детей» Л. Д. Глазырина, В. А. Овсянкин «Владос» Москва 2001 г.

• Научно – практический журнал «Инструктор по физкультуре» №5 2011 г.