Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида

с группами для детей с нарушениями речи №73»

***Проектная деятельность***

***«Путешествие в страну Здоровья»***

Подготовили:

# Конюхова И.А., воспитатель

# Мельникова В.К., воспитатель

# Турцева О.Н., инструктор по ФК (бассейн)

г. Нижнекамск

Республика Татарстан

**Тема: «Путешествие в страну Здоровья»**

**Вид проекта:** Информационно (физкультурно) -оздоровительный

**Тип проекта: Долгосрочный**

**1 год (1 сентября 2014г. – 1 сентября 2015 г.)**

**Участники проекта**

* Дети 3 – 4 года
* Педагоги
* Родители

**Постановка проблемы:**

В настоящее время перед детским садом остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию. Одна из основных задач, стоящих перед педагогами ДОУ – воспитание здорового человека.

**Цель проекта:**

* Сохранение и укрепление здоровья детей.
* Воспитание здоровых, гармонично развитых детей.
* Развитие у детей потребности изучать правила здорового образа жизни и использование их в своей жизнедеятельности.
* Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
* Развитие сотрудничества всех участников образовательного процесса.

**Задачи:**

**Оздоровительная**

* Охрана и укрепление физического здоровья детей.
* Повышение защитных свойств организма и устойчивости к различным заболеваниям путем закаливания.
* Формирование представления о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья.
* Удовлетворение потребности детей в движении.

**Образовательная**

* Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями.
* Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
* Формирование правильной осанки, гигиенических навыков.
* Развитие основных физических качеств и двигательных способностей детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.).
* Формирование умения выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.
* Развитие культуры движений и телесной рефлексии.

**Воспитательная**

* Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
* Вырабатывать привычку к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх.
* Воспитывать положительные черты характера.
* Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой
* Поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей.
* Способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности.
* Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

**Условия реализации проекта:**

* Реализация здоровье сберегающих технологий по всем разделам образовательной программы.
* Соблюдение рационального режима дня, обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха.
* Использование современных прогрессивных методов и приемов обучения.
* Индивидуальный подход к ребенку сообразно его уровню развития, биологическому и психологическому возрасту.
* Удовлетворение потребности детей в движение.
* Реализация различных форм систематической работы с родителями.

**Этапы реализации проекта:**

**Подготовительный**

* Определение проблемного поля, формирование концепции по оздоровительной деятельности.
* Разработка проекта по направлению “здоровье”. Планирование работы с детьми, родителями и педагогами.
* Составление плана совместной работы с детьми, педагогами и родителями.
* Сбор информации о здоровье сберегающих технологиях и о нетрадиционном физкультурном оборудовании.
* Разработать схему закаливающих мероприятий.

**Практический**

* Ежедневное проведение утренней гимнастики.
* Проведение гимнастики после сна.
* Проведение дыхательной, пальчиковой, артикуляционной гимнастики, точечного массажа.
* Введение ежедневных оздоровительных минуток, динамических пауз.
* Ежедневное прохождение детьми по массажным дорожкам.
* Витаминотерапия.
* Использование чесночно – луковой ингаляции в групповой и спальной комнатах.
* Проведение образовательной деятельности по физической культуре и плаванию.
* Ежедневные прогулки.

**Аналитический**

* Анализ деятельности.
* Обобщение и систематизация опыта.
* Презентация проекта, портфолио проекта.

**Заключительный этап**

* Мониторинг физического развития детей.
* Праздник «Мы растем здоровыми».
* Анкетирование родителей.
* Презентация итогов проекта.

**Ожидаемые результаты:**

* Снижение уровня заболеваемости.
* Повышение уровня физической готовности.
* Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

**Для детей:**

* Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.
* Сформированность гигиенической культуры.
* Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

**Для родителей:**

* Сохранение и укрепление здоровья детей.
* Педагогическая, психологическая помощь.
* Повышение уровня комфортности.

**Ресурсное обеспечение проекта:**

* Физкультурный уголок в группе.
* Спортивный зал и участок на территории детского сада.
* Бассейн.
* Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.
* Методический инструментарий (презентации о спорте картотека подвижных игр, конспекты бесед, занятий, сценарии спортивных развлечений и т. д.).
* Подборка методической литературы «Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста».

**Формы реализации:**

* Занятия по познавательной деятельности.
* Беседы с детьми и родителями.
* Игровая деятельность.
* Выполнение работ по изобразительной деятельности.
* Оформление фотоальбома н и выставка наших впечатлений.

 **Тематическое планирование**

|  |
| --- |
| **СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ** |
| **Сентябрь** **«Уроки Мойдодыра»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы: «Да здравствует мыло душистое и полотенце пушистое», «Одеваемся сами»
* Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Детский сад»
* Чтение художественной литературы: «Водичка, водичка», «Расти коса до пояса», К. Чуковский «Мойдодыр», «Я сама» И.Муравейка
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры : «Солнышко и дождик», «Птички в гнездышках», «Бегите ко мне» и др.
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Родительское собрание
* Консультация «Адаптация детей в условиях детского сада»
 |
| **Октябрь** **«Дружно мы играем – здоровье укрепляем»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы «Наши любимые игры», «Для чего нужны игры», «Народные игры»
* Сюжетно-ролевые игры «Строители», «Семья», «Детский сад»
* Чтение художественной литературы «Поиграем» И.Токмакова, «Мяч» С.Маршак, «Игра в стадо», «Гуси-лебеди» А.Барто и др.
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры «Лохматый пес», «Кот и мышь», «Найди свое место», «У медведя во бору» и др.
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Развлечение «Давайте поиграем!»
* Консультация «Значение подвижных игр для физического развития детей»
 |
|  **Ноябрь** **«Я и мое тело»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы «Я – человек!», « Почему чистят зубы?», «Что нужно делать, чтобы не болеть»
* Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Семья», «Детский сад», «Парикмахерская»
* Чтение художественной литературы «Где мой пальчик», Э.Соконская, «Пальчики» Михалков, «Айболит» Чуковский,
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры «По ровненькой дорожке», «Бегите к флажку», «С кочки на кочку»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Музыкально-игровой досуг посвященный «Дню матери»
* Родительское собрание
* Консультация «Воспитание культурно-гигиенических навыков в домашних условиях»
 |
| **Декабрь****«Здравствуй зимушка – зима»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы: «Волшебница зима», «Игры зимой», «Зимние прогулки»
* Сюжетно-ролевые игры «Парикмахерская», «Транспорт»
* Чтение художественной литературы: потешки «Ты мороз, мороз», стихотворение А.Прокофьева «Метель», Саконская «Где мой пальчик», Трутнева «С новым годом», сказки «Заюшкина избушка», «Рукавичка»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры: «Зима», «Зайка беленький», «Попади в цель», «Догони мяч»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Новогодний утренник
* Консультация «Зимние забавы»
 |
| **Январь** **«Кто со спортом дружен, тому врач не нужен»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы: «Зимние виды спорта», «Мы растем здоровыми», «Спасибо зарядке - здоровье в порядке»
* Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Детский сад»
* Чтение художественной литературы: Маршак «Мой веселый звонкий мяч», Т.Коваль «Зимушка, зима», Барто «Сто одёжек», «Я расту»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры: «Найди себе домик», «Бездомный заяц»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Картотека считалок, закличек, стихов и загадок о спорте
* Консультация «Кто со спортом дружен, тому врач не нужен»
 |
|  **Февраль****«Мы будущие солдаты»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы: «Профессии», «Наши папы», «Мы будущие солдаты»
* Сюжетно-ролевые игры: «Пароход», «Семья», «Детский сад»
* Чтение художественной литературы: Маршак «Февраль», Барто «Есть такие мальчики», М.Мошковская «Митя сам», сказка «Большое путешествие сказочного мышонка», Маршак «Пограничники», Михалков «Дядя Степа»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры: «Три сигнала», «Догонялки», «Снежки», «Катание на ледянках»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Развлечение «Мы солдаты бравые»
* Стенгазета «Сильные, смелые, здоровые, умелые»
 |
| **Март****«Сундучок здоровья»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы: «Весна», «Волшебные витамины», «Полезные продукты»
* Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Магазин», «Поликлиника»
* Чтение художественной литературы: потешки «Весна-красна», сказка «Колосок», Александрова «Арбуз», Аким «Яблоко», «Как растили капусту»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры: «Ловишки», «Лохматый пес», «У медведя во бору»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** День открытых дверей
* Оформление папки-передвижки «Поговорим о здоровом питании»
 |
| **Апрель****«Азбука безопасности»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы: «Как нужно переходить дорогу», «Наш друг - светофор»
* Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Транспорт»
* Чтение художественной литературы: С.Михалков «Дядя Степа–милиционер», В.Клименко «Зайка-велосипедист»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры: «Воробушки и автомобили», «Самолеты», «Совушка»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Неделя здоровья
* Консультация «Азбука дорожного движения»
 |
| **Май** **«Зеленая аптека»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы «Волшебные травы»
* Сюжетно-ролевые игры : «Транспорт», «Семья, «Больница»
* Чтение художественной литературы: А.Прокофьев «Раннею весною», О.Высоцкая «Одуванчик», М.Познанская «Ромашка», Н.Павлова «Земляничка»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры «Волк и зайцы», «Кролики», «Птицы в гнездышках»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Оформление гербария «Лекарственные травы»
* Консультации «Лето красное встречаем»
 |
| **Июнь****«Солнце, воздух и вода – наши друзья»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы «Закаливание», «Осторожно вода», «У солнышка в гостях»
* Сюжетно-ролевые игры «Транспорт»
* Чтение художественной литературы:е К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «девочка чумазая», З.Александрова «Купание», потешки : «Расти коса до пояса», «Водичка водичка»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры «Солнышко и дождик», «Через ручеек», «Самолеты»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Выставка «Песочные фигуры»
* Консультации «Солнце – не только друг»
 |
| **Июль**  **«В мире спорта»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы «Летние виды спорта»
* Сюжетно-ролевые игры «Детский сад» «Семья»
* Чтение художественной литературы, загадки
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры «Кто Быстрее?», «Попади в цель», «Догонялки», «С кочки на кочки»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Эстафета «Папа, мама, я – спортивная семья»
* Консультации «Семейные спортивные игры»
 |
| **Август** **«Во саду и в огороде»** |
| **Работа с детьми** |
| * Беседы «Что растет н а грядках», «Собираем урожай»
* Сюжетно-ролевые игры «Семья», «Транспорт»
* Чтение художественной литературы: Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита»
* Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика,
* Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
* Воздушное контрастное закаливание
* Профилактическая гимнастика (коррекция осанки, плоскостопия, зрения)
* Образовательная деятельность
* Подвижные игры «Найди предмет», «У медведя во бору», «Собери урожай»
* Дидактические игры
 |
| **Работа с родителями*** Выставка поделок из овощей и фруктов
* Консультация «Польза овощей и фруктов»
 |