

**ПРОЕКТ
«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»**

для детей старшего дошкольного возраста



**Подготовила:
Журкова Т.В.**

Образовательная область: физическое развитие

Тип проекта: информационно-познавательный.

По характеру: открытый, фронтальный.

По продолжительности: среднесрочный (сентябрь – декабрь)

Проект «Азбука здоровья»

Самый драгоценный дар, который человек получил от природы - это здоровье. Какой совершенной ни была бы медицина, она не может избавить каждого от болезней. "Здоровье каждому человеку дает физкультура, закаливание, здоровый образ жизни!" - эти слова принадлежат великому отечественному хирургу, ученому, академику Н. М. Амосову.

Сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения - одна из приоритетных задач нашего дошкольного учреждения. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества.

Паспорт проекта

Наименование проекта	Азбука здоровья
Основные разработчики проекта	
Цель и задачи проекта	Цель: Организация условий по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду. Задачи: <input type="checkbox"/> Разработать нестандартное физкультурное оборудование. <input type="checkbox"/> Снизить процент детской заболеваемости, повысить сопротивляемость организма к простудным заболеваниям, приобщить ребенка к здоровому образу жизни. <input type="checkbox"/> Создать цикл занятий «Азбука здоровья»
Сроки и этапы реализации проекта	Подготовительный этап - (сентябрь) Основной этап - (октябрь - ноябрь) Обобщающий этап - (декабрь).
Перечень основных мероприятий	1 этап - изучение литературы по физическому воспитанию дошкольников, программ по здоровьесбережению, опыт работы детских садов из разных городов России. Проведение анкетирования родителей с целью выявления потребности в оздоровлении детей. 2 этап - Запуск и апробация различных форм работы по здоровьесбережению с детьми и родителями. 3 этап - Подведение итогов реализации проекта, опрос удовлетворенности родителей и педагогов, итоги мониторинга. 4 этап - Использование наработанного материала в образовательном процессе.

Исполнители проекта и основных мероприятий	Педагоги, дети, родители
Ожидаемые конечные результаты реализации проекта	В результате выполнения проекта будет достигнуто: <ol style="list-style-type: none"> 1. Разработан цикл занятий по теме: «Азбука здоровья». 2. Составлено перспективное планирование по здоровьесбережению. 3. Создание цикла консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей. 4. Улучшение показателей здоровья воспитанников. 5. Улучшение материально-технической базы нестандартным физкультурным оборудованием. 6. Создание книги «Азбука здоровья»
Участники проекта	Дети, семьи воспитанников, сотрудники

Актуальность проекта:

После обследования детей старших групп у многих выявлен низкий уровень физического развития и физической подготовленности.

Уровень физического развития	Начало учебного года
Высокий уровень	0%
Средний уровень	42 %
Низкий уровень	58 %

Проведенное анкетирование среди родителей по теме «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье» позволило сделать вывод, что 3% родителей занимаются оздоровлением своих детей, соответственно 97% не занимаются.

Все выше перечисленное показывает актуальность проблемы укрепления здоровья детей.

Проблема: организация оздоровительных моментов дома.

Цель: Создание единого здоровьесберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни у детей и родителей.

Задачи проекта:

1. Создать здоровосберегающую среду для реализации проекта;
2. Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни;
3. Развивать у детей умение находить нужную информацию и объединять полученные сведения для решения данной проблемы;
4. Поощрять творческую инициативу детей и родителей в продуктивной деятельности;
5. Повышать педагогическую и валеологическую культуру родителей.

Этапы реализации проекта

Реализация проекта рассчитана на 4 месяца:
с «сентября» по «декабрь»

№ п/п	Этапы	Цель	Сроки
1.	Подготовительно-проектировочный этап	Выявления потребности в оздоровлении детей.	Сентябрь
2.	Практический этап	Выявление перспективных форм работы по здоровьезбережению с детьми и родителями.	Октябрь - ноябрь
3.	Обобщающе-результативный этап	Мониторинг результатов и подведение итогов	Декабрь
4.	Презентация проекта	Книга «Азбука здоровья»	Декабрь

План мероприятий

№ п/п	Области	Тема мероприятия	Форма проведения
1.	Физическое развитие	«Мама, папа, я – спортивная семья», «Узнай о себе»	НОД. Работа с родителями. Подвижные игры.
2.	Социально-коммуникативное развитие	Встреча с интересными людьми (педиатр), «Гигиена - залог здоровья!»	Совместная деятельность в режимных моментах. НОД.
3.	Речевое развитие	«Что такое здоровье?» «Аптека»,	Дидактическая игра. НОД. Сюжетно-ролевая игра.
4.	Художественно-эстетическое развитие	«О спорте», «Я бы в доктора пошел, пусть меня научат!»	НОД

Перспективный план реализации проекта «Азбука здоровья»

Сентябрь			
Неделя	Вид деятельности	Тема	Задачи
1	НОД по познавательному развитию	«Что такое здоровье?»	Систематизировать знания детей о составляющих понятия «здоровье» Воспитывать чувство ответственности за своё здоровье.
2	Познавательная беседа	«Режим дня»	Объяснить детям понятие «Режим» Воспитывать необходимость соблюдения режима дня
3	Встреча с интересными людьми. (педиатр)	«Гигиена - залог здоровья!»	Формировать представление о значении соблюдения гигиены в жизни людей.

			Воспитывать навыки гигиены.
4	Спортивное развлечение	“Мама, папа, я – спортивная семья”	Пропаганда активного, здорового семейного отдыха. Создание условий для тесного продуктивного сотрудничества между Родителями и педагогами в воспитании детей.
Октябрь			
1	НОД по познавательному развитию	“Как устроено тело человека”	Познакомить детей со значением скелета и внутренних органов для жизнедеятельности человека. Воспитывать осознанное отношение к физическим упражнениям.
2	Познавательная беседа.	“Одежда и здоровье”	Познакомить с понятием температуры тела человека и опасностями переохлаждения и перегрева. Воспитывать осознанное отношение к подбору одежды по погоде.
3	Встреча с интересными людьми, (учитель физической культуры школы)	“Здоровье - главная ценность человеческой жизни”.	Познакомить с формами организации физической активности и их значение для здоровья человека. Воспитание потребности в занятиях физической культуры.
4	Физическое развитие	«Узнай о себе»	Дать детям информацию об отдельных частях тела и их функциях. Воспитывать любовь и осознанное отношение к выполнению упражнений и игр, которые наиболее полезны.
Ноябрь			
1	НОД по познавательному развитию	“Твоё питание - твоё здоровье”	Дать детям знания о полезных и не очень полезных продуктах. Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться. Воспитывать ответственность за своё здоровье
2	Экскурсия на кухню детского сада.	“И вкусно, и полезно!”	Закреплять представление детей о значимости сбалансированного питания.

			Воспитывать осознанное отношение к результатам труда других людей.
3	Выставка рисунков	«О спорте»	Закреплять знания детей о разных видах спорта. Развивать способность наслаждаться многообразием и изяществом форм, красок.
4	Совместная деятельность.	Чтение художественной литературы К. Чуковский «Мойдодыр»	Воспитание ответственного отношения к своему здоровью.
5	Консультация родителям	«Физоборудование своими руками»	Познакомить родителей с многообразием нестандартного физкультурного оборудования.
Декабрь			
1	НОД по познавательному развитию	“Живительные силы”	Рассказать детям о значимости и важности воды для организма. Воспитывать необходимость соблюдения санитарных норм при употреблении воды в пищу.
2	Экспериментальная деятельность	“Преращения воды”	Расширять знания детей о различных состояниях воды. Воспитывать бережное отношение к водным ресурсам нашей планеты.
3	Совместная деятельность.	Заучивание пословиц, поговорок о здоровье	Развитие речи, памяти Воспитание культуры речи.
4	Консультация для родителей	“Народная мудрость гласит...»	Познакомить родителей с нетрадиционными методами лечения простудных заболеваний.

Подведение итогов реализации проекта, опрос удовлетворенности родителей и педагогов, результаты мониторинга. Использование наработанного материала в образовательном процессе.

Предполагаемый результат проекта:

- Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
- Разработан цикл занятий по теме: «Азбука здоровья».

- Составление перспективного планирование по здоровьесбережению и обобщение опыта работы по технологии здоровьесбережения.
- Создание цикла консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.
- Улучшение показателей здоровья детей.
- Улучшение материально-технической базы нестандартного физкультурного оборудования.

Постпроектная деятельность:

1. Распространение опыта на методическом объединении воспитателей.
2. Презентация цикла занятий «Азбука здоровья».
3. Создать на сайте МБДОУ страницу, отражающую уровень заболеваемости, общий уровень психофизического развития воспитанников детского сада.

Ресурсное обеспечение проекта:

1. Алябьева Е.А. Игры для детей 4-7 лет; развитие речи и воображения. Москва, 2009 г.
2. Алябьева Е.А. Нравственно-эстетические беседы и игры с дошкольниками. Москва. ТЦ Сфера, 2004 г.
3. Блинкова Г.М. Занятия. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Москва. 2010 г.
4. Вахрушев А.А. Кочемасова Е.Е. Здравствуй, мир! Окружающий мир для дошкольников. Москва, 2003 г.
5. Галанов А.С. Игры, которые лечат. Москва, ТЦ Сфера, 2006 г.
6. Зайцев Т.К. Уроки Айболита. СПб. 2003 г.
7. Иванова А.И. Человек. Естественно-научные эксперименты в детском саду. Москва. 2010 г.
8. . Кулик Г.И. Серженко Н.Н. Школа здорового человека. Москва. ТЦ Сфера, 2010 г.
9. Каркушина М.Ю. Зелёный огонёк здоровья. Москва. 2009 г.
10. Люцис К. Азбука здоровья в картинках. Москва. Русское энциклопедическое творчество. 2004 г.