**МДОУ №3 «Ивушка» ЯМР**

*Физкультурно-оздоровительный проект недели здоровья*

***«Здоровым быть здорово!»***



***Срок реализации проекта: 15.11.21 - 19.11.21г***

***Выполнила: инструктор по физической культуре,***

***Колесникова В.А.***

***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 мной и педагогами сада был разработан и реализован педагогический проект физкультурно-оздоровительного направления на тему «Неделя здоровья», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня!»

***Цель проекта -***  формирование социальной и личностной мотивации детей дошкольного возраста на сохранение и укрепление своего здоровья; формирование представления у дошкольников о здоровом образе жизни, умения заботиться о своём здоровье; развитие устойчивого интереса к физической культуре.

***Задачи проекта:***

* Пропагандировать здоровый образ жизни. Продолжать развивать в игровой форме основные физические качества и двигательные умения и навыки. Удовлетворять потребность в движении. Содействовать формированию гармоничного телосложения, правильной осанки, стопы.
* 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, выработать стойкую привычку к самомассажу.
* Рассказать детям о витаминах и полезных продуктах.
* Способствовать укреплению отношений семья и ДОУ.

***Вид проекта:*** краткосрочный, практико-ориентированный, познавательно-игровой, оздоровительный.

***Участники:*** дети дошкольного возраста 1,5г-6лет, родители, инструктор по физической культуре, учитель-логопед, педагог организатор.

***Продолжительность проекта:*** с 15.11.2021 по 19.11.2021г

***Основные формы реализации проекта:*** беседы, детское творчество, спортивные мероприятия, консультации, работа с родителями;

***Ожидаемые результаты:***

- Приобретённые навыки помогут приобщить детей и родителей к здоровому образу жизни.

- Повысится заинтересованность родителей в здоровом образе жизни.

- Дети и родители будут знать несложные приёмы самооздоровления; иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);

-Приобретенные навыки здорового образа жизни поспособствуют снижению заболеваемости.

**Этапы реализации проекта**

***1-й этап – подготовительный***

Участники проекта: инструктор по физкультуре, дети, их родители, воспитатели, логопед.

**Егозадачи:**

- 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 ДОУ по воспитанию культуры здоровья у детей дошкольного возраста.

***2-й этап – Основной***

Работа с детьми по дням недели

***3-й этап – заключительный***

Итогом всей нашей работы станет:

-Фотоотчет и видеоотчет «Здоровым быть здорово»;

**План недели здоровья**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дни недели | Мероприятия  | Ответственный |
| Понедельник | * Проведение УГ, с записью видео для родителей или онлайн трансляция
* Проведение подвижных игр на улице в группах младшего дошкольного возраста *(гр. «Карандаши»)*
* Родителям отправить картотеку мультфильмов о ЗОЖ.
* Викторина о спорте **«Что?Где?Когда?»** *гр. «Солнышко»*
* Спортивное развлечение**«Наша Маша заболела»** *гр. «Пчёлка»*
 | Инструктор по фк, Колесникова В.А., педагог-организатор. |
| Вторник | * Квест – игра «В поисках цветка здоровья» *гр. «АБВГДейка*
* Спортивное развлечение для детей младшего дошкольного возраста (4-5 лет «Морячки») **«В гости к зайчику»**
* Лепка «Я человек» *(Воспитатели гр. «АБВГДейка и «Ромашка»)*
* Консультация для родителей «Совместные занятия спортом детей и родителей»
* Викторина о спорте **«Что? Где? Когда?»** *группы «Ромашка» и «Лучики»*
 | Инструктор по фк, Колесникова В.А., воспитатели, педагог-организатор. |
| Среда | * Игра-соревнование «Я лучше и аккуратнее всех сложил одежду» для закрепления умение быстро, аккуратно раздеваться, раскладывать одежду в определенные места в группах старшего дошкольного возраста*(воспитатели)*
* Проведение на прогулке п/и «Не урони палку», «Делай вот так», «Кто быстрее?»старший дошкольный возраст*(инструктор по физкультуре, воспитатели*
* Спортивно-логопедическое развлечениегруппы «Ромашка» и «Лучики»
 | Инструктор по фк, Колесникова В.А., воспитатели, учитель-логопед, Хазиева О.С. |
| Четверг  | * Проведение на прогулке п/и «Не урони палку», «Делай вот так», «Кто быстрее?» старший дошкольный
* Физкультурное развлечение **«В поисках цветка здоровья»** *гр. «Солнышко»*
* Буклет - памятка для родителей **«Здоровый образ жизни»**
* Гимнастика пробуждения: Босохождение по массажному коврику *(воспитатели)*
 | Инструктор по фк, Колесникова В.А. воспитатели, |
| Пятница | * Спортивное развлечение для детей младшего возраста (3-4 года) **«Путешествие в страну Здравия**» *гр «Колобок» и «Карандаши»*
* раскраски, штриховки, лабиринты для детей младшего и старшего возраста
* Картотека бесед **«Формирование ЗОЖ детей»** для воспитателей
* Викторина о спорте **«Что?Где?Когда?»** *гр. «АБВГДейка*»
 | Инструктор по фк, Колесникова В.А., воспитатели |

***Вывод:***

Погружение детей в тему недели, дает возможность глубоко осознать, прочувствовать то, что до них хотят донести педагоги, благодаря чему дети приобщаются к здоровому образу жизни; с интересом занимаются физкультурой. Работа в данном направлении будет полезна не только педагогам, но и родителям, так как они вовлечены в воспитательно - образовательный процесс, что позволит им сделать правильный выбор в развитии и сохранении здоровья своего ребёнка.

***Итоги проекта:***

* у детей сформировывается интерес к здоровому образу жизни.
* у детей сформировывается представления о спорте, подвижных играх, здоровом образе жизни, здоровье.
* дети учатся играть и соблюдать правила в подвижных играх.
* повышается двигательная активность.
* повышаться компетентность родителей в вопросах физического воспитания и оздоровления детей

***В результате реализации проекта:***

* Каждый педагог, родитель, ребенок - активный участник проекта в силу
* своих возможностей, проявляет инициативу.
* Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного
* сотрудничества, в ходе реализации проекта.
* Проведение недели, посвященной здоровому образу жизни, становится
* традицией детского сада.

***Продукт проектной деятельности:***

1. Тематический план Недели здоровья

2. Конспекты физкультурных развлечений для детей раннего, младшего и старшего возраста.

3.Информационный материал в родительские уголки.

4. Конспект викторины Что? Где? Когда?

5. Раскраски, штриховки, лабиринты для детей младшего и старшего возраста

6. Картотека бесед «Формирование ЗОЖ детей» для воспитателей

7. Буклет - памятка для родителей «Здоровый образ жизни»

***Методическая литература:***

Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ, Воронеж

2007

Журнал «Дошкольное воспитание» №4 2008

Журнал «Дошкольное воспитание» №9 2005

«Инструктор по физкультуре» научно - практический журнал №1 2009

Интернет ресурсы: http://vospitateljam.ru/ http://ped-kopilka.ru/