**Проект «Неделя здоровья»**

***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:***

* Воспитатели
* Дети средней группы

***Аннотация:***

Проект – «Неделя здоровья» разработан 05.10.2015г. Срок реализации с 12.10.2015 по 16.10.2015г. Реализовали проект воспитатели средней группы: Краснова Е.Н., 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 откуда 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
* Коврик с пуговицами, массажный коврик
* Горизонтальная цель
* Кегли, мячи, скакалки, кольцеброс
* Картотека подвижных игр
* Маски, шапочки для подвижных игр
* «Сухой дождик» - для релаксации

***Форма работы воспитателей с детьми:***

**1**.НОД познавательного цикла: физкультурные занятия, чтение художественной литературы по теме.

**2**. НОД продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация.

**3.** Оздоровительные процедуры: воздушные ванны, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, дыхательная гимнастика, босохождение, полоскание горла, хождение по массажным коврикам, бодрящая гимнастика.

**4.** Игры: подвижные, дидактические, развивающие, народные

***План мероприятий в рамках проекта:***

**12.10.2015 (понедельник)**

**Утро**

Беседа с детьми «Что такое здоровье» - формировать у детей понятие о здоровье как главной ценности человеческой жизни

Д/И «Полезно – вредно» - закреплять представления детей о полезных и вредных привычках.

Дыхательная гимнастика «Снежинки летят» - глубокий вдох и длительный выдох.

**НОД.**

**Физическая культура**: работа в группах с шестом - развитие координации движения, слаженности, равновесия. **П/и «У медведя во бору»** развитие двигательной активности.

**Рисование:** пальчиковая гимнастика: «Мышка мыла мылом лапки»

**Познавательное развитие:** «В здоровом теле – здоровый дух» обогащать знания о значении двигательной активности в жизни человека.

**ПрогулкаI:**  п\и «Стоп-замри, фигуру покажи» - развитие ловкости, координации, внимания.

**II половина дня:** бодрящая гимнастика после сна. Босохождение по массажным коврикам

**Прогулка II:** п/и «Самолеты»- бег в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

**Вечер:** Беседа «Чистота залог здоровья». Д/ и «Что лишнее?» Чтение К.И. Чуковского «Федорино горе». Пальчиковая гимнастика «Гости» Самостоятельные игры детей со спортивным оборудованием.

**13.10.2015 (вторник)**

**Утро.**

Рассматривание иллюстраций, книг, энциклопедий о здоровье «Мое тело». Д\и «Овощи – фрукты» развитие памяти и внимания. П\и «Ловишки» - развитие двигательной активности.

Беседа «Витамины укрепляют организм» - расширять представления о пользе витаминов.

Инд. раб. Д\и «полезные и вредные продукты» - закрепить знания о полезной и вредной пище с Кириллом А.,Лерой У.

**НОД.**

**Физическая культура (на улице)** П\и «Гуси-гуси»- выполнять действия в соответствии с текстом, развитие ловкости, увертливости. П\и « Совушка»- четко проговаривать слова, развивать быстроту движений, ловкость.

**Прогулка I**: П/и «Найди свой домик» развитие двигательной активности, внимания, памяти.

**II половина дня:** бодрящая гимнастика после сна. Босохождение по массажным коврикам. Полоскание горла солевым раствором. Д\и «Мой режим дня» - формировать представления детей о последовательности действий в течение дня.

**Прогулка II:** п/и «Движение планет вокруг солнца» развитие двигательной активности. Блиц – опрос «Как сберечь здоровье» - выявить у детей знания на данную тему.

**Вечер:** Свободное художественное творчество. «Любимый вид спорта» - развитие самостоятельности, творчества. Игры в крупный строитель «Стадион» - продолжать учить детей играть дружно, уметь обыгрывать постройки. Игровое упражнение «Поймай шарик» - ловкость, координация.

**14.10.2015 (среда)**

**Утро.**

Беседа «Моя семья и физкультура» - учить детей вести диалог, делиться впечатлениями из личного опыта. Х\и «Ровным кругом» - формировать умение держать круг ровным на протяжении всей игры. Д\и «Что сначала, что потом» закрепить знания последовательности действий в течение суток.

**НОД.**

**Лепка**. Физминутка «Гуси», пальчиковая гимнастика «Овощи»

**Развитие речи**. Обучение рассказыванию «Что это?» упражнять детей в творческом рассказывании, умение употреблять обобщающие слова. Физминутка «Облако» - снять напряжение, восстановить умственную работоспособность.

**Прогулка I**: П\и «Дальше и выше» прыжки на двух ногах. «Магазин игрушек» играть, не нарушая правила игры, развивать координацию движений, правильность выполнения движений. Инд. раб. продолжать учить детей прыжкам на двух ногах с продвижением вперед–Маша К.,Сережа К.

**II половина дня:** бодрящая гимнастика после сна. Босохождение по массажным коврикам. Полоскание горла солевым раствором. С\р игра «Салон 7 удовольствий» - познакомить детей с профессией массажиста.

**Прогулка II:** П\и «Не наступи» - развитие координации, ловкости. Упражнять группу детей в метании снежков правой и левой рукой на дальность.

**Вечер:**

Настольно - печатные игры «Спортивное лото», «Пазлы». Чтение и обсуждение Е. Шкловский «Как лечили Мишку». Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы». Пальчиковая гимнастика «Прогулка»

**15.10.2015 (четверг)**

**Утро.**

Рассматривание иллюстраций «Азбука здоровья» «Как устроено наше тело» - расширять представления детей о телосложении, о внутренних органах. П\и «Быстро возьми - быстро положи» Ситуативный разговор «Если кто-то заболел?» -развивать речь детей, учить вести диалог, умение выслушивать собеседника, не перебивать. Отгадывание загадок о фруктах и овощах.

**НОД.**

**Физическая культура:** учить ходить по гимнастической скамейке, выполнять повороты, перешагивать барьер. П\и « Хитрая лиса» - бег не наталкиваясь друг на друга.

**Прогулка I**: П\и «Карусели» - выполнять действия в соответствии с текстом, развитие ловкости. Упражнять группу девочек в прыжках то на правой, то на левой ноге (попеременно)

**II половина дня:** бодрящая гимнастика после сна. Босохождение по массажным коврикам. Вечер развлечений – вспомнить мультфильмы на спортивную тематику. Разучивание с детьми веселой гимнастики.

**Прогулка II:** П\и. «Гуси - гуси», « Попади в цель» - развитие двигательной активности, глазомера, координации движений. Блиц – опрос «Назови летние и зимние виды спорта».

**Вечер:** Игровое упражнение «Кого назвали, тот и ловит» (бросание и ловля мяча) Игра – аттракцион «Вымой чисто руки товарищу» закрепление КГН.

**16.10.2015 (пятница)**

**Утро.** Конкурс на звание «Самый чистый и опрятный» НКП. – напомнить детям о правильной осанке за столом во время приема пищи. Разучивание спортивной речёвки: «Спорт- это сила, спорт- это жизнь! Добьёмся победы, соперник держись».

**НОД.**

**Развитие речи**. «Зимние забавы» - обобщить и уточнить знания детей о зимних забавах. Развивать связную речь, зрительное и слуховое внимание, восприятие, память, слух. Воспитывать устойчивый интерес к НОД. Физминутка «Разминка»

**Музыка** Муз. игра «Бубен»

**Прогулка I**: Легкий бег детей по дорожке, упражнять детей в метании мяча в вертикальную цель- развитие двигательной активности, координации движений, глазомера.

**II половина дня:** бодрящая гимнастика после сна. Босохождение по массажным коврикам. Д\и «Кто больше назовёт?» (спортивный инвентарь)

**Прогулка II:** «Волк и козлята», «Иголка, нитка, узелок» - учить игровой деятельности со строгим соблюдением правил; развивать быстроту и реакцию, воспитывать смелость. Инд. раб. с группой мальчиков закреплять умение прыгать на одной ноге.

**Вечер: Итог Создание коллажа «Мы растем здоровыми »**

 **Взаимодействие с родителями воспитанников**

**12.10.2015 (понедельник)**

**Подготовить папку – передвижку «Закаливание детей в детском саду»**

**13.10.2015 (вторник)**

**Консультация для родителей «Красивая осанка - залог здоровья»**

**14.10.2015 (среда)**

**Анкетирование родителей «Условия здорового образа жизни»**

**15.10.2015 (четверг)**

**Предложить родителям воспитанников вместе с детьми нарисовать рисунки на тему: «Мама, папа, я – спортивная семья»**

**16.10.2015 (пятница)**

**Организация фотовыставки «Мы растём здоровыми»**

 Фотовыставка: «Мы растем здоровыми!»     **Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад компенсирующего вида № 15 "Мальвина" г.Балаково Саратовской области**

 **мини-проект**

**«Неделя Здоровья»**

 **СредняЯ ГРУППА № 3**

 **Воспитатель: Краснова Е.Н.**

 **Октябрь 2015**

 **г. Балаково**