



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад
комбинированного вида № 27
620034, г. Екатеринбург, ул. Опалихинская, 29 а
Тел/факс (343) 245-45-41; тел. (343) 245-45-41
e-mail:mbdou27@eduekb.ru
сайт: <https://27.tvoysadik.ru/>

Проект физкультурно-спортивной направленности «Здоровые дети - сильная Россия» для детей 5-6 лет



воспитатель,
Ануфриева М.В., 1 КК

Екатеринбург 2023 год

Долгосрочный проект физкультурно-спортивной направленности

"Здоровые дети - сильная Россия!" (для детей 5-6 лет)

Введение:

Дорогие родители и ребята! Мы рады пригласить вас к участию в увлекательном детско-родительском проекте "Здоровые дети - сильная Россия!". Проект направлен на формирование у детей 6-7 лет осознанного отношения к своему здоровью, развитие полезных привычек и укрепление физического и психологического благополучия. Вместе мы узнаем много нового о здоровом образе жизни, научимся заботиться о себе и станем настоящими богатырями!

Цель проекта:

Сформировать у детей представление о здоровье как о ценности.

Задачи проекта:

1. Стимулировать интерес к здоровому образу жизни.
2. Развивать навыки правильного питания, физической активности и личной гигиены.
3. Укрепить взаимоотношения между детьми и родителями через совместную деятельность.
4. Воспитывать патриотические чувства и гордость за свою страну.

План проекта:

Познакомить детей с основными компонентами здорового образа жизни: правильное питание, физическая активность, личная гигиена, режим дня, эмоциональное благополучие.

Научить детей выбирать полезные продукты и готовить простые и вкусные блюда.

Развивать у детей интерес к спорту и физическим упражнениям.

Сформировать навыки личной гигиены и ухода за своим телом.

Познакомить детей с основами безопасного поведения дома, на улице и в общественных местах.

Воспитывать у детей чувство ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих.

Развивать творческие способности детей через различные виды деятельности.

Участники проекта: дети 5-6 лет, родители (законные представители) воспитатели/педагоги.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап (1 неделя):

Знакомство: Знакомство с участниками проекта, обсуждение целей и задач.

Анкетирование: Проведение анкетирования родителей для выявления текущих знаний и привычек в области здорового образа жизни.

Создание "Книги здоровья": Совместное создание с детьми "Книги здоровья", в которую будут записываться интересные факты, рецепты, рисунки и фотографии, связанные с проектом.

2. Основной этап (4 недели):

Неделя 1: "Правильное питание - залог здоровья!"

* Занятия: Беседы о полезных и вредных продуктах, игра "Что полезно, а что вредно?", мастер-класс по приготовлению полезных завтраков/перекусов.

* Домашнее задание: Совместное составление меню на неделю, приготовление полезного блюда вместе с родителями, ведение дневника питания.

* Мероприятие: Конкурс рисунков "Моя любимая полезная еда".

Неделя 2: "Движение — это жизнь!"

* Занятия: Беседы о пользе физической активности, утренняя гимнастика, подвижные игры на свежем воздухе, знакомство с разными видами спорта.

* Домашнее задание: Ежедневная зарядка, участие в спортивных играх, посещение спортивной секции (по желанию).

* Мероприятие: Спортивный праздник "День здоровья", где дети и родители смогут участвовать в различных спортивных эстафетах и играх.

Неделя 3: "Личная гигиена - залог здоровья!"

* Занятия: Беседы о важности личной гигиены, правила ухода за зубами, кожей и волосами, а также о том, как правильно мыть руки.

* Домашнее задание: Создание плаката "Правила личной гигиены", где дети вместе с родителями могут нарисовать и описать основные правила ухода за собой.

* Мероприятие: Конкурс на лучшее исполнение песни или стихотворения о гигиене, где дети смогут продемонстрировать свои творческие способности.

Неделя 4: "Эмоциональное благополучие и безопасность!"

* Занятия: Беседы о том, как управлять своими эмоциями, важности дружбы и взаимопомощи, а также о безопасном поведении в различных ситуациях.

* Домашнее задание: Написание совместного рассказа о том, как они справились с трудной ситуацией, используя навыки эмоционального интеллекта и безопасного поведения.

* Мероприятие: Театрализованное представление, где дети смогут показать, как они применяют полученные знания на практике. Дети смогут продемонстрировать свои навыки в управлении эмоциями и безопасном поведении, а также показать, как важно поддерживать друг друга в трудные моменты. Это представление станет не только завершающим аккордом нашего проекта, но и возможностью для детей и родителей порадоваться успехам друг друга.

3. Заключительный этап (1 неделя):

* Подведение итогов: В конце проекта мы проведем общее собрание, на котором обсудим, что нового узнали участники, какие навыки приобрели и как изменилось их отношение к здоровью. Родители смогут поделиться своими

впечатлениями и наблюдениями за изменениями в поведении и привычках своих детей.

* Выставка "Книга здоровья": выставка, на которой будут представлены "Книги здоровья" всех участников проекта. Это станет отличной возможностью для обмена опытом и вдохновения на дальнейшие шаги к здоровому образу жизни.

* Награждение: В завершение проекта мы проведем церемонию награждения, где каждый ребенок получит сертификат участника и небольшие призы за активное участие в проекте. Это станет приятным стимулом для дальнейшего развития здоровых привычек.

Ожидаемые результаты:

По окончании проекта мы надеемся, что дети:

- Осознают важность здоровья и его составляющих.
- Научатся выбирать полезные продукты и осознанно относиться к своему питанию.
- Разовьют интерес к физической активности и спорту, что поможет им вести активный образ жизни.
- Приобретут навыки личной гигиены и научатся заботиться о своем теле, что станет основой для их здоровья в будущем.
- Поймут важность эмоционального благополучия и научатся управлять своими эмоциями, что поможет им в общении с окружающими.
- Осознают, как важно соблюдать правила безопасности в различных ситуациях, что сделает их более уверенными и защищенными.
- Укрепят свои отношения с родителями через совместные занятия и проекты, что создаст атмосферу доверия и поддержки в семье.
- Разовьют творческие способности, участвуя в конкурсах и мероприятиях, что поможет им выразить себя и свои чувства.

Мы уверены, что проект "Здоровые дети - сильная Россия!" станет не только увлекательным, но и полезным опытом для всех участников. Он поможет детям и родителям вместе исследовать мир здоровья, открывать для

себя новые горизонты и формировать привычки, которые будут сопровождать их на протяжении всей жизни.

В ходе проекта мы будем активно использовать различные формы работы: беседы, игры, мастер-классы, конкурсы и театрализованные представления. Это позволит каждому ребенку проявить свои таланты и способности, что сделает процесс обучения интересным и увлекательным. Мы уверены, что совместные усилия родителей и детей помогут создать крепкую основу для здорового образа жизни.

Проект "Здоровые дети - сильная Россия!" станет важным шагом к формированию осознанного отношения к здоровью и укреплению семейных связей. Ждем всех участников на нашем пути к здоровью и благополучию!

В проекте приняли участие 20 человек 83% от общего количества обучающихся.

