

**Физкультурно-оздоровительный,  
воспитательно-образовательный проект  
«Неделя здоровья»**

**«Наш друг - вода»**

*«Вода нам дарит чистоту,  
Здоровье, радость, красоту»*

**Тип проекта:**

педагогический, физкультурно-оздоровительный, творческий,  
познавательльно-исследовательский, коллективный.

**Пояснительная записка**

Социально-экономические изменения во всех сферах жизни общества привели к смене ценностных ориентаций в образовании. Ведущей целью его становится не объём усвоенных знаний и умений, а гармоничное разностороннее развитие личности, дающее возможность реализации уникальных возможностей человека, подготовка ребёнка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

Большое значение в развитии и формировании гармоничной личности имеет прежде всего *физическое воспитание*, укрепление ее сил и здоровья, выработка двигательных функций и санитарно-гигиенической культуры. Без крепкого здоровья и надлежащей физической закалки человек теряет необходимую работоспособность, не в состоянии проявлять волевых усилий и настойчивости в преодолении встречающихся трудностей. К тому же современный образ жизни зачастую культивирует гиподинамию (малую подвижность).

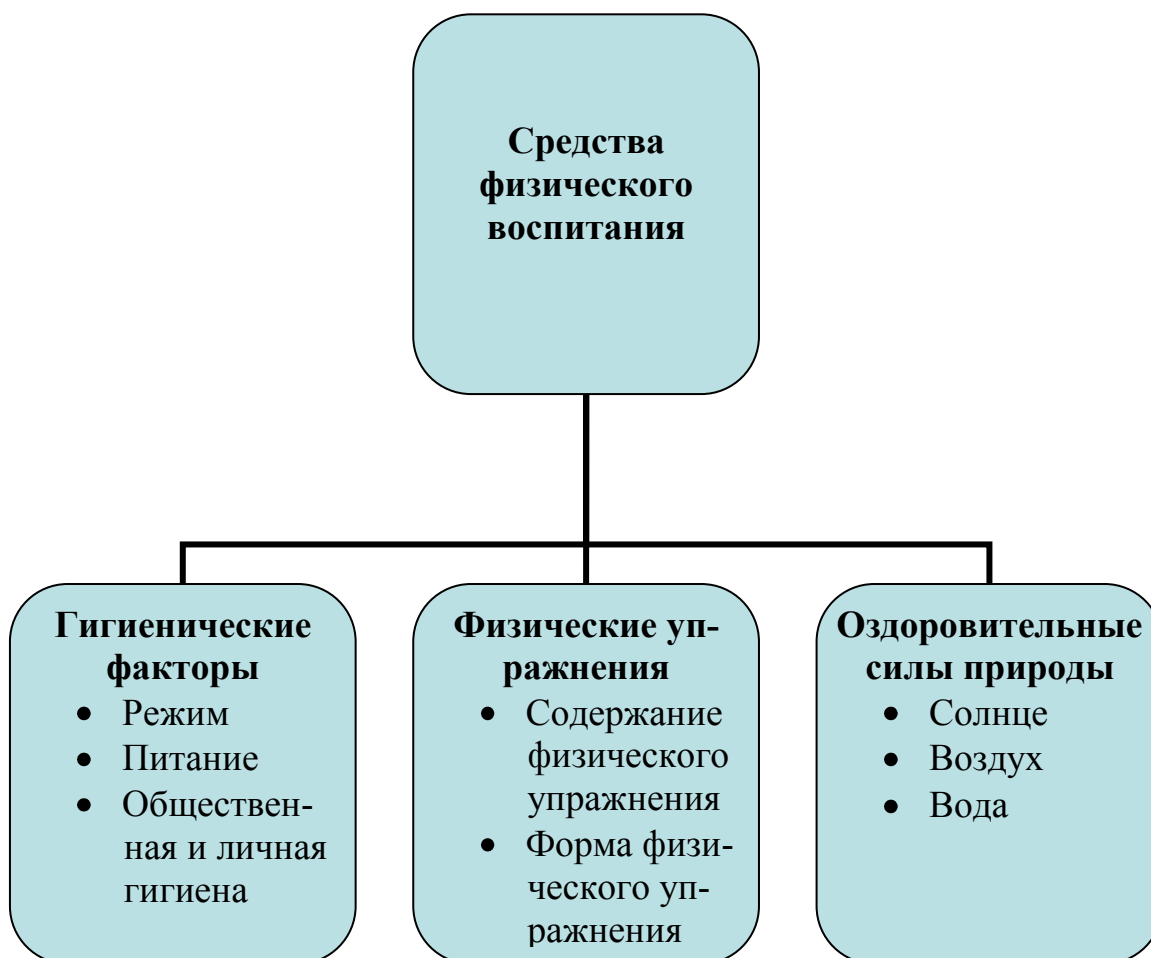
Проблема развития, обучения и воспитания подрастающего поколения становится особенно значимой в современных условиях, так как в группы риска попадают дети уже с дошкольного возраста.

С каждым годом возрастает число детей с различными видами патологии.

В связи с этим разрабатывается план по физкультурно-оздоровительной и лечебно-профилактической работе. (Приложение I, Приложение II).

От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми знаниями, умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и которые им необходимы для дальнейшей жизни. Для этого применяются следующие группы классических и инновационных (ЛПТ и ИКТ) средств физического воспитания, которые можно отобразить в виде схемы:

*Рисунок I*



Комплексное использование этих средств позволяет специалистам по физической культуре и педагогам ДОУ эффективно решать оздоровительные, образовательные, воспитательные и коррекционные задачи.

Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Недостаточность двигательных функций у детей проявляется во всех компонентах моторики: в общей, в тонких движениях кистей и пальцев рук, в мимической и речевой моторике, что приводит к плохой координации движений в сложных действиях по самообслуживанию, в трудовых процессах; вызывает затруднения в овладении ручными операциями (письмо, рисование, сказывается на выражении мимики и пантомимики, на формировании выразительной стороны речи, правильного и четкого звукопроизношения). Установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением.

Мы применяем разные формы работы по реализации оздоровительных, двигательных, воспитательных, коррекционных задач, способствующих гармоничному развитию личности ребенка, при полном взаимодействии всех специалистов ДОУ.

По мимо этого, важным условием полноценного физического развития детей является тесное взаимодействие с семьей: вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс, их заинтересованное участие в коррекционно-педагогической деятельности. При таком подходе учитываются индивидуальные качества каждого ребенка.

Одной из физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей форм работы является организация в нашем детском саду «Недели здоровья».

Тема проекта «**Наш друг - вода**» выбрана не случайно. Вода играет огромную роль в нашей жизни, она постоянная наша спутница. А самое главное, вода является одним из главных условий здоровья человека, закаливания, гигиены повседневной жизни.

### **Проблема и актуальность проекта:**

Необходимость приобщения дошкольников к здоровому образу жизни, развитие его двигательной активности как одно из основных условий развития гармоничной личности ребенка.

### **Цель:**

Сохранение и укрепление физического, психического и эмоционального здоровья воспитанников ДОУ; выявление форм работы и методов, организующих старт ребенка к гармоничному развитию, укреплению и повышению уровня здоровья.

**Задачи:**

1. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни у дошкольников с ОВЗ;
2. Способствовать поддержанию семейных традиций по формированию здорового образа жизни, объединяя этим детей, родителей, педагогов.
3. Найти эффективные формы работы по приобщению детей к здоровому образу жизни через партнерство всех участников образовательного процесса: педагогов, детей, родителей.
4. Развивать у детей познавательный интерес и формировать достоверные представления о свойствах воды и ее значении для здоровья человека.
5. Создание условий для возникновения интереса у детей и родителей к спорту и совместной физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Участники:**

- Воспитанники ДООУ
- Родители воспитанников
- Педагоги ДООУ
- Заведующий ДООУ, заместитель заведующего по УВР

**Продолжительность проекта:**

Краткосрочный (2 недели)

**Предполагаемый результат:**

- Снижение уровня заболеваемости.
- Повышение уровня физической подготовленности.
- Повышение уровня осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

- Положительное влияние на развитие речи, расширение кругозора, физических и нравственных качеств, сохранение и укрепление здоровья.

### **Продукт проектной деятельности:**

- Спортивное развлечение с использованием эстафет «Дружи с водой»
- Выставка совместных детско-родительских работ по трансляции семейного опыта «Наша спортивная семья», «Дружим с водой»
- Изготовление стенгазет «Мой друг – Вода»
- Создание мультфильма «Сказка о Капельке»

### **Ресурсы:**

#### 1. Информационные:

- Интернет-ресурсы;
- Домашний архив сотрудников детского сада;
- Домашний архив семей воспитанников;
- Средства массовой информации (газеты, брошюры и пр.)

#### 2. Методические:

- Консультативная работа с родителями.
- Консультативная работа с педагогами.

#### 3. Дидактическое обеспечение:

- Оформление книжного уголка в группе
- Подбор фотоматериалов, иллюстраций
- Подбор видеоматериалов
- Детский игровой комплект «Азбука здоровья и гигиены»

#### 4. ТСО:

- Мультимедийное оборудование
- Фото- и видеоаппаратура
- Музыкальный центр

**Формы и методы организации проекта:**

- Педагогическое наблюдение
- Беседы
- Чтение и обсуждение прочитанного
- Непосредственная образовательная деятельность
- Совместная образовательная деятельность
- Викторины
- Сюрпризные моменты
- Игры
- Оформление информационных стендов
- Консультации для родителей
- Тематические праздники, развлечения, досуги
- Творческие семейные мастерские
- Оформление выставки

## **Этапы проекта.**

### **Подготовительный этап (I неделя).**

Цель: формирование проблемы проекта.

- Сбор информации и необходимого материала для реализации проекта.
- Вовлечение детей и родителей в процесс решения поставленных задач.
- Вовлечение педагогов в процесс подготовки к проектной деятельности: создание творческой группы.
- Изучение и подбор методической литературы.
- Анализ содержания книжных уголков.
- Анализ содержания экспериментальных уголков.
- Личные беседы с родителями.
- Разработка и составление плана мероприятий.



## Основной этап.

Цель: реализация проекта в разных видах деятельности с учетом интеграции образовательных областей.

### Сетевая паутинка

<p style="text-align: center;"><b><u>Познавательное развитие</u></b></p> <p><b><i>Познавательная деятельность</i></b> -Интегрированные занятия -Тематические беседы -Игры-экспериментирования -Рассматривание иллюстраций с изображением реки, озера, моря, пустыни, предметных картинок с сюжетами использования воды. -Составление кроссвордов, ребусов. -Отгадывание загадок. -Наблюдения за природными явлениями, связанными с водой (изморозь, иней, сосульки, капель, ручейки и т.д.).</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>Речевое развитие</u></b></p> <p><b><i>Речевая деятельность</i></b> -Педагогические беседы -НОД -Беседа о правилах гигиены <b><i>Приобщение к художественной литературе</i></b> -Чтение книг о воде -Знакомство детей с пословицами и поговорками о спорте, здоровье -Чтение стихов, загадок, потешек и других произведений о здоровье. -Разучивание стихов -Запись видеофрагментов выступлений. -Создание домашней библиотеки.</p>	
<p style="text-align: center;"><b><u>Физическое развитие</u></b></p> <p><b><i>Двигательная деятельность</i></b> - НОД -Развлечения -Подвижные игры и игровые упражнения -Оздоровительно-развивающие игры -Динамические паузы -Утренняя гимнастика -Бодрящая гимнастика после дневного сна -Пальчиковая гимнастика</p>	<p style="text-align: center;"><b>Тема проекта</b> <b>Неделя</b> <b>здоровья –</b> <b>«Наш друг -</b> <b>вода»</b></p>	<p style="text-align: center;"><b><u>Социально-коммуникативное развитие</u></b></p> <p><b><i>Игровая деятельность</i></b> -Сюжетно – ролевые игры -Сюжетно – дидактические игры -Дидактические и конструктивные игры</p>
<p style="text-align: center;"><b><u>Совместная деятельность с родителями</u></b></p> <p>-Выставка работ детей и родителей (книжки-самоделки, подделки). -Изготовление стенгазет: -Спортивное развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья» в виде игры-путешествия (квеста) «Вы слышали о воде? Говорят она везде!» <b>Работа с родителями:</b> -Фотостенд для родителей «Культура здоровья» -Ширма для родителей «Здоровый быт – здоровый ребёнок» -Консультация для родителей «Оздоровление детей в детском саду» -Размещение информации на сайте ДОУ, стенде ДОУ и в родительских уголках групп</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>Художественно-эстетическое развитие</u></b></p> <p><b><i>Музыкально-театральная деятельность</i></b> -Театрализованное представление «Мойдодыр» (по сказке К.И. Чуковского) - Слушание музыки - Распевки-чистоговорки -Пение -Музыкальные игры и танцевальные композиции</p> <p><b><i>Изобразительная деятельность</i></b> -Рисование -Аппликация -Лепка -Конструирование -Выставки детских работ</p>	

## Реализация основного этапа по образовательным областям

Линии развития ребенка (образовательные области)		Совместная деятельность	Интеграция об- ластей
<b>Физическое развитие</b>	Двигательная деятельность	<p><i>Развлечения:</i> -спортивные соревнования с использованием эстафет «Друзи с водой»; -музыкально-спортивный флешмоб с использованием ритмических композиций по теме проекта.</p> <p><i>НОД:</i> «Где живет капелька?»</p> <p><i>Утренняя гимнастика:</i> «Веселые капельки»</p> <p><i>Бодрящая гимнастика после дневного сна:</i> «С добрым днем»</p> <p><i>Подвижные игры и игровые упражнения:</i> «Рыбаки и рыбки», «Невод», «Ручеек», «Перепрыгни через ручеек», «Река и ров».</p> <p><i>Оздоровительно-развивающие игры:</i> «Мыльные пузырьки», «Медуза», «Лягушки и цапля», «Переправа».</p> <p><i>Динамические паузы:</i> «Кран - откройся, нос – умойся!», «Мыло», «Дождик», «Снеговик»</p>	<p>Речевое развитие</p> <p>Познавательное развитие</p> <p>Художественно-эстетическое развитие</p> <p>Социально-коммуникативное развитие</p>
	Здоровье	<p>- закаливающие процедуры после дневного сна «Тропа здоровья»</p> <p>- полоскание рта и горла</p>	

<p style="text-align: center;"><b>Познавательное развитие</b></p>	<p>Познавательная деятельность</p>	<p><i>Интегрированные занятия:</i> «Неизвестное об известном» (экспериментальная деятельность) «Дружим с водой» «Стихия природы - вода» «Признаки времен года»</p> <p><i>Тематические беседы:</i> «Где живут капли воды в детском саду»</p> <p><i>Игры-экспериментирования:</i> «Агрегатные состояния воды» «Свойства воды»</p> <p>Рассматривание иллюстраций с изображением реки, озера, моря, пустыни, предметных картинок с сюжетами использования воды.</p> <p>Составление кроссвордов, ребусов.</p> <p>Отгадывание загадок.</p> <p>Наблюдения за природными явлениями, связанными с водой (изморозь, иней, сосульки, капель, ручейки и т.д.).</p>	<p>Речевое развитие</p> <p>Социально-коммуникативное развитие</p> <p>Художественно-эстетическое развитие</p> <p>Физическое развитие</p>
<p style="text-align: center;"><b>Речевое развитие</b></p>	<p>Речевая деятельность</p>	<p><i>Педагогические беседы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Как я буду заботиться о своем здоровье.</li> <li>- Чистота и здоровье.</li> <li>- Кто спортом занимается?</li> <li>- Как я буду закаляться.</li> <li>- Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья.</li> </ul> <p><i>НОД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Составление мнемотаблицы к «Сказке о Капельке»</li> <li>-Рассказывание сказки по мнемотаблице «Титры» (запись на аудионоситель)</li> </ul> <p><i>Беседа о правилах гигиены:</i> «Быть чистым – быть здоровым»</p>	<p>Познавательное развитие</p> <p>Социально-коммуникативное развитие</p> <p>Художественно-эстетическое развитие</p> <p>Физическое развитие</p>
	<p>Приобщение к художественной литературе</p>	<p><i>Чтение книг о воде:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Знакомство детей с пословицами и поговорками о спорте, здоровье;</li> <li>-Чтение стихов: «Что такое хорошо и что такое плохо» В. Маяковского, «Мойдодыр» К. Чуковского, «Девочка чумазяя» А. Барто, К. Чуковский «Док-</li> </ul>	

		<p>тор Айболит», Александрова «Купание», Г. Зайцев «Друзи с водой», загадки, потешки и другие произведения о здоровье.</p> <p><i>Разучивание стихов, запись видеофрагментов выступлений.</i></p> <p><i>Создание домашней библиотеки</i></p>	
<b>Социально-коммуникативное развитие</b>	Игровая деятельность	<p><i>Сюжетно – ролевые игры:</i> «Семья» (эпизод «Поход», «Генеральная уборка», «Мытье куклы»)</p> <p><i>Сюжетно-дидактические игры:</i> «Кукла-грязнуля пришла в гости», «Уроки тетушки Совы»</p> <p><i>Дидактические и конструктивные игры:</i> «Капитан укладывает чемодан», «Круги на воде», «Чудесный мешочек», «Что за чем идет», Четвертый лишний», «Времена года», игры с водой.</p>	<p>Речевое развитие</p> <p>Познавательное развитие</p> <p>Художественно-эстетическое развитие</p> <p>Физическое развитие</p>
<b>Художественно-эстетическое развитие</b>	Музыкально-театральная деятельность	<p><i>- Театрализованное представление</i> «Мойдодыр» (по сказке К.И. Чуковского);</p> <p><i>- Слушание музыки</i> «Море» Н. А. Римского-Корсакова, «Аквариум» К. Сен-Санса;</p> <p><i>- Распевки-чистоговорки</i> «Чистим зубы, моем уши», «Дождик»;</p> <p><i>- Пение</i> «Родничок» (гимн МБДОУ), «Разговор»;</p> <p><i>- Танцевальные композиции</i> «Стирка», «Танец медуз», «Танец маленьких утят»</p> <p><i>- Музыкальные игры</i></p> <p>«Море волнуется раз...», «Солнышко и дождик».</p>	<p>Речевое развитие</p> <p>Познавательное развитие</p> <p>Физическое развитие</p> <p>Социально-коммуникативное развитие</p>
	Изобразительная деятельность	<p><i>Рисование</i> Времена года с использованием традиционных и нетрадиционных техник</p>	

		<p><i>Аппликация</i> Коллективная работа «Наше путешествие», Фон к мультфильму «Сказка о Капельке»</p> <p><i>Лепка</i> Персонажи мультфильма (Капелька, снежинка, солнце, буквы для титров)</p> <p><i>Конструирование</i> «Наш город» («Где живет вода»)</p> <p><i>Выставка детских работ</i> «Наш друг – Вода»</p>	
--	--	---	--

**Планирование работы  
инструктора по физической культуре  
в рамках «Недели здоровья»:  
«Наш друг – вода»**

(21.03.2016 – 25.03.2016)

День недели	Содержание работы
понедельник	НОД «Где живет капелька» - с использованием ритмических композиций ЛПТ, оздоровительно-развивающих и подвижных игр.
вторник	Спортивные соревнования с использованием эстафет «Дружи с водой» (в старших группах).
среда	Спортивные соревнования с использованием эстафет «Дружи с водой» (в подготовительных группах).
четверг	Спортивное развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья» в виде игры-путешествия (квеста) «Вы слышали о воде? Говорят она везде!» (с участием детей с ТНР группы «Колокольчик» и их родителей).
пятница	Музыкально-спортивный флешмоб с использованием ритмических композиций по теме проекта.

**Заключительный этап:** продукт и итоговые мероприятия проекта.

1. Подготовка презентации проекта. Анализ проектной деятельности.
2. Спортивное развлечение с использованием эстафет «Дружи с водой»
3. Выставка совместных детско-родительских работ по трансляции семейного опыта «Наша спортивная семья», «Дружим с водой»
4. Изготовление стенгазет «Мой друг – Вода»
5. Создание мультфильма «Сказка о Капельке»

## Список литературы:

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования. (пилотный вариант)/ Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп.. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. – ISBN 978-5-4315-0504-1.
2. Николаева Е. Н., Федорук В. И., Захарина Е. Ю. Здоровьесбережение и здоровьейнформирование в условиях детского сада: метод. пособие. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015. – 240 с. – ISBN 978-5-906750-09-9.
3. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007. – 384 с., ил. – ISBN 978-5-89814-368-8.
4. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет / Авт.- сост. Э. Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2-11. – 144 с. – ISBN 978-5-86775-855-4.
5. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Сборник игр и упражнений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012. – 48 с. – ISBN 978-5-4315-0126-5.
6. Воронова Е. К. Игры-эстафеты для детей 5-7 лет: Практическое пособие. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: АРКТИ, 2010. – 88 с. (Растем здоровыми) – ISBN 978-5-89415-675-0.
7. Алябьева Е. А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 144 с. – (Растим детей здоровыми). – ISBN 978-5-9949-0772-6.
8. Харченко Т. Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.- 96 с. – ISBN 978-5-89814-542-2.
9. Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 – 64 с. – ISBN 978-5-4315-0505-8.
10. Боромыкова О. В. Коррекция речи и движения с музыкальным сопровождением./ О. В. Боромыкова. – СПб.: «Детство-пресс», 1999.
11. Тютюнникова Т. Движение и музыка. // Дошкольное воспитание. 1999, № 4. – с. 107-112. – ISSN 0012-561X.
12. А.А.Потапчук, Т.С.Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников» СПб: Речь; М.: 2009.
13. Интернет-ресурс.