

Климова Алина Сергеевна,  
инструктор по физкультуре,  
МДОУ «ДСКВ№13»,

п. Щеглово, Всеволожский район Ленинградской области, Россия

## ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ» В ДЕТСКОМ САДУ

**Аннотация.** Одной из задач обновленного ФГОС является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, а также формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни. Одним из планируемых результатов на этапе завершения освоения ФОП ДО (к концу дошкольного возраста) является соблюдение ребенком элементарных правил здорового образа жизни и личной гигиены.

**Ключевые слова:** ФОП ДО, здоровый образ жизни, здоровый ребенок, охрана и укрепление физического здоровья детей, соблюдение режима, правильное питание, личная гигиена, спорт.

### I. Введение

#### 1. АКТУАЛЬНОСТЬ

*«Я не боюсь ещё раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».*

*Сухомлинский В.А.*

В настоящее время одной из наиболее актуальных и важных проблем является состояние здоровья детей.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осан-

**Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП**

ка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

В период дошкольного детства также закладываются основы сознательного стремления ребенка к здоровому образу жизни, формированию, укреплению и сохранению культуры здоровья. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка - это основа формирования личности. Физическое **здоровье** детей неразрывно связано с их психическим **здоровьем**, эмоциональным благополучием.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств. Здоровый и развитый ребёнок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физически адаптирован.

Вырастить здорового ребенка - вот самое главное, что необходимо сделать родителям и педагогам дошкольных учреждений. Однако уровень заболеваемости и состояние здоровья детей показывает, что проблема решается недостаточно эффективно. Необходимо продолжать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, используя при этом более современные технологии здоровьесбережения, методы пропаганды здорового образа жизни, обеспечивая взаимодействие и сотрудничество всех участников образовательного процесса.

В связи с этим нами был разработан проект «Недели здоровья», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня!»

## **2. ЦЕЛЬ:**

Формирование ценностей здорового образа жизни у детей через организацию мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни у детей и взрослых; развитие взаимодействия и сотрудничества всех участников образовательного процесса.

### **3. ЗАДАЧИ:**

- Пропагандировать здоровый образ жизни среди детей и взрослых.
- Охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие.
- Формировать у детей представления о здоровом образе жизни, умения и навыки, содействующие его поддержанию и укреплению.
- Формировать у детей устойчивую мотивацию к здоровьесбережению.
- Развивать осознанное отношение детей к своему здоровью, навыкам личной гигиены и самоконтроля за их выполнением.
- Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях, создавать условия для проявления активности в самостоятельной двигательной деятельности.
- Привлекать внимание родителей к вопросу сохранения и укрепления здоровья детей, приобщать семьи к здоровому образу жизни, привлекать родителей к проектной деятельности.
- Повышать компетентность педагогов по проблеме внедрения и использования в процессе образовательной деятельности здоровьесберегающих технологий.

### **4. МЕТОДЫ И ФОРМЫ РАБОТЫ.**

#### **Методы пропаганды здорового образа жизни**

- Просмотр презентаций на тему здорового образа жизни;
- Танцевальный флешмоб;
- Эксперименты с продуктами питания (вредное - полезное);
- Веселые эстафеты;
- Выставка плакатов на тему здорового образа жизни.

#### **Методы и формы работы с учетом интеграции образовательных областей.**

#### **ОО «Познание»**

## Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП

- беседы: проводятся на тему строения организма и заботы о нём, воспитания культурно-гигиенических навыков, формирования полезных привычек и т.п.;

- игровые ситуации, игротренинги для детей;
- просмотр мультфильмов на тему здорового образа жизни и обсуждение с детьми их содержания;
- интерактивные, дидактические игры, настольные игры;
- викторины, квесты;
- экскурсии: в пищеблок (как готовят правильную пищу), в медкабинет (как лечат, вакцинируют, осматривают).

### **ОО «Физическое развитие»**

- проведение утренней гимнастики в необычной форме;
- организация новых и интересных подвижных игр в группах и на прогулке.

### **ОО «Художественно-эстетическое развитие»**

- выполнение поделок на тему ЗОЖ: индивидуальных, коллективных, совместных с родителями,
- разучивание песен и стихотворений о здоровье и спорте,
- чтение и обсуждение художественной литературы на тему здоровья,
- создание коллективных стенгазет и плакатов.

Взаимодействие с родителями.

- консультации для родителей (на стенд информации) на тему ЗОЖ, памятки-буклеты, посвященные ЗОЖ;
- размещение в родительских группах, чатах статей на тему ЗОЖ, фотоотчетов о мероприятиях «НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ»;
- привлечение родителей к участию в проектной деятельности.

Информационно-методическое сопровождение.

- разработка программы мероприятий «НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ» в детском саду;

## Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП

- подбор литературы, песенного репертуара, перечня мультфильмов (ОО «Физическое развитие»);
- представление опыта педагогов по теме здоровьесбережения в ДОУ (мастер-класс).

### 5. УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА.

Инструктора по физической культуре, воспитатели, дети всех возрастных групп детского сада, родители, зам. зав. по ВР.

### 6. СРОК ПРОЕКТА:

Краткосрочный - с 25.03.2022 по 8.04.2022.

Мероприятия «НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ» с 04.04.2022 по 08.04.2022.

### 7. ПЛАНИРУЕМЫЕ (ОЖИДАЕМЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА.

№	Планируемый результат	Варианты контроля результатов
1	Дети имеют представления о составляющих здорового образа жизни, осознают ценность собственного здоровья, сознательно стремятся быть здоровыми.	Беседы с детьми в группах. Наблюдение.
2	Дети знают, как соблюдать здоровый образ жизни, имеют простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение и укрепление здоровья (соблюдение режима, правильное питание, личная гигиена, спорт).	Беседы с детьми в группах. Наблюдение.
3	Дети более осознанно относятся к выполнению правил здоровьесбережения ( <i>н-р, понимают и могут объяснить, почему надо делать зарядку, много гулять, почему нельзя есть снег, пить газировку, мочить ноги</i> ).	Беседы с детьми в группах. Наблюдение.
4	Дети активнее участвуют в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях, проявляют активность в самостоятельной двигательной деятельности, сами умеют организовать подвижные игры.	Наблюдение за подвижными играми (попросить поиграть в новую или любимую игру)

## Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП

5	Родители принимают более активное участие в вопросах формирования у детей навыков здорового образа жизни, охотнее прислушиваются к рекомендациям педагогов, активнее включаются в образовательную деятельность, участвуя в проектной деятельности.	Анкетирование, наблюдение, оценка совместной продуктивной деятельности.
6	Педагоги активнее используют в работе современные педагогические технологии (технологии здоровьесбережения, проектной деятельности, информационно-коммуникативные, игровые и др.). Применяют в работе новые, более эффективные формы и методы работы, направленные на становление ценностей здорового образа жизни, и новые формы взаимодействия участников образовательного процесса.	Тематический контроль, эпизодический контроль.

### II. Содержательная часть проекта

#### 1 ЭТАП - ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

Изучение литературы, подготовка материалов, разработка плана-графика мероприятий «Недели здоровья».

#### 2 ЭТАП - ПРОДУКТИВНЫЙ

План-график мероприятий «НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ» (См. Приложение 1)

#### 3 ЭТАП - ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ

Конкурс плакатов «Берегите здоровье!» Подведение итогов «НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ», награждение участников и победителей.

#### ПРОДУКТ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

План-график мероприятий «НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ».

План проведения эстафет.

Фотопрезентация на тему «Здоровый образ жизни».

Список художественной литературы по теме «Здоровьесбережение».

Список музыкальных произведений по теме «Здоровьесбережение».

Список мультфильмов по теме «Здоровьесбережение».

## Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП

Фотоотчёты о мероприятиях, проведённых на уровне ДОУ и в группах.

Выставка плакатов «Береги здоровье».

### Список литературы

1. «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования»: Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

2. Авдеева Н.Н. и др. Безопасность: учеб. пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2015.

3. Здоровьесбережение в коррекционной и образовательной деятельности с дошкольниками с ТНР 4-7 лет. Парциальная адаптированная программа. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018.

4. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. 4-е изд., перераб. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.

### III. Приложения

Приложение 1. План-график мероприятий «НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ».

#### Приложение 1. План-график мероприятий по проекту «НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ» в МДОУ «ДСКВ№13» п. Щеглово

№	День недели, дата	Время	Группы	Название	Форма	Место проведения
1.	Понедельник 04.04.2022	9.10-9.30 9.40-10.20 10.30-11.10	мл. гр. № 5, 13 ст., подг.гр. № 1, 9 подг.гр. № 2, 14	«Живу я в мире только раз»	Беседа с видеопрезентацией на тему ЗОЖ. Подвижные игры. Группы Климовой А.С.	Муз. зал

**Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП**

2.	Вторник 05.04.2022	9.10-9.35	ср. гр. № 6,10	«Живу я в мире только раз»	Беседа с видеопрезентацией на тему ЗОЖ. Подвижные игры. Группы Ковалёвой К.В.	Муз. зал
		9.45-10.15 10.25-11.05 11.15-11.40	ст. гр. № 8,11 ст., подг.гр. № 7, 12 ср. гр. № 3			
		13.00-14.00	педагоги всех групп	«Здоровье детей начинается с нас»	Выступления педагогов. Обмен опытом. Игры.	Муз. зал
3.	Среда (утро) 06.04.2022	по расписанию занятий на улице	все группы	«Быть здоровым это стильно»	Танцевальный флешмоб	Улица
	(вечер) 06.04.2022	15.10-15.30 15.40-16.00 16.10-16.30 16.40-17.00	группы № 1, 2, 7, 14 группы №8, 9, 11, 12 группы № 5, 6, 10,13 группа № 3	«Что такое хорошо, а что такое плохо»	Эксперименты с продуктами питания	Муз. зал
4.	Четверг 07.04.2022	9.00-9.15 9.20-9.40 9.45-10.10 10.15-10.40 10.45-11.15 11.20-12.00	мл. гр. № 5, 13 ср. гр.№ 6, 10 ст. гр.№ 11, 12 ст. гр.№ 8, 9 подг. гр № 1, 14 подг. гр.№ 2, 7	«На Старт, Внимание, Марш!»	Веселые эстафеты	Спорт. зал
5.	Пятница 08.04.2022	9.00-9.10 9.15-9.25 9.30-9.40 9.45-9.55	подг. гр.№ 1 подг. гр.№ 2 подг. гр.№ 7 подг. гр.№ 14	«Берегите здоровье!»	Конкурс плакатов. Члены жюри - дети выпускных групп под руководством Климовой А.С.	Спорт. зал
		11.00 во время про-	все группы			



Методические аспекты организации учебно-воспитательного процесса в контексте ФГОС, ФОП

		гулки			катов. Награждение победителей.	
--	--	-------	--	--	---------------------------------	--