

**Муниципальное дошкольное учреждение «Детский сад № 11  
«Золотой петушок» г. Ртищево Саратовской области»**

Утверждаю  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад №11» г. Ртищево  
Петрушкова Т.А.  
Приказ № 1 от 30.08.2019

**Проект**  
**«В здоровом теле – здоровый дух»**

Руководители: Жабина И.В.

Жабина А.А.

2019-2020 уч.г.

**Вид проекта:** по физическому развитию, долгосрочный.

**Возраст детей:** 3,6 – 4,5 лет.

**Участники проекта:** дети средней группы (28 детей), родители, воспитатели группы.

**Срок реализации:** 03.09.2019 - 21.02.2020

### **Актуальность:**

В настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры. Недостаточно сформирована система работы с семьями воспитанников по проблеме физического воспитания и оздоровления детей.

Сложившаяся практика физического воспитания в ДОО полностью воспроизводит дух спорта, высоких достижений, по – своему, учитывая возрастные особенности дошкольников. Однако традиционные методики избирают в качестве приоритетного направления работы “натаскивания” детей в сфере выполнения обыденных движений. Особое место в практике физического воспитания отводится работе по улучшению показателей основных видов движений: бег, ходьба, прыжки, несмотря на то, что собственно, в этом нет ничего плохого. Сомнение вызывает другое: то, как двигательные навыки оформляются в традиционном содержании, какой ценой достигается их прочное усвоение. Возникает необходимость фундаментального статуса физической культуры, имеющего значение в психофизическом развитии ребенка-дошкольника. Не снимая задачи формирования основных двигательных умений и навыков, мы включаем эту задачу в более широкий контекст детского развития.

Физическая культура - потому и культура, что призвана вывести ребенка за рамки повседневно накапливаемого им двигательного опыта.

Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Проанализировав все это, мы наметили цель нашей работы по данному проекту

**Цель:** Выявить механизмы и методы, с помощью которых можно организовать физическое воспитание в ДОО таким образом, чтобы оно обеспечивало ребенку гармоничное развитие, помогало детям использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня, приобщить детей к физической культуре как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

### **Задачи:**

- Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни.
- Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.
- Повысить профессиональное мастерство педагогов дошкольного учреждения по теме «здоровый образ жизни».
- Создать единое воспитательно-образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОО с родителями.

### **Ожидаемый результат:**

- Обогатить социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор;
- Повысить интерес детей к физкультурным занятиям и спорту;
- Сформировать у детей представления о здоровом образе жизни;
- У родителей сформируются представления о создании благоприятного эмоционального и социально – психологического климата для полноценного развития ребенка. Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад».

### План реализации проекта.

<b>Подготовительный этап</b>			
№	Мероприятия	Ответственные	Сроки
1	Беседа с родителями по подбору материала.	Родители, воспитатели	03.09.-06.09.2019
2	Анкетирование «Здоровье вашего ребенка»	Родители, воспитатели	04.09.2019
<b>Практический этап</b>			
1	<b>Закаливающие мероприятия:</b> - приём детей на улице; - проветривание помещений; - гимнастика после сна; - обширное умывание; - утренняя гимнастика; - ходьба босиком; - оздоровительный бег.	Дети, воспитатели	В зависимости от погоды в течение года После сна ежедневно В течении дня Утром ежедневно После сна ежедневно Во время прогулки
2	- массаж ушных раковин; - массаж стоп; - полоскание полости рта; - сухие бассейны для рук;	Дети, воспитатели	В течении дня ежедневно После сна ежедневно После приема пищи В течение года.
3	<b>Формирование навыков личной гигиены:</b> - обучение (объяснение, напоминание, поощрение и т. д); - демонстрация различных схем, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий.	Дети, воспитатели	В соответствии с режимом питания
4	<b>Формирование навыков культуры питания:</b> - сервировка стола; - эстетика подачи блюд; - этикет приема пищи	Дети, воспитатели	В соответствии с режимом питания
5	ОД «Физическое развитие»	Дети, воспитатели	В соответствии с расписанием
6	Беседа «Что такое здоровый образ жизни?»	Дети, воспитатели	09.09.2019
7	Беседа «Наше тело»	Дети, воспитатели	10.09.2019
8	Игра - занятие «Как мы дышим?».	Дети, воспитатели	11.09.2019

9	Сюжетно-ролевою игру «Больница»	Дети, воспитатели	12.09.2019
10	П/И «Мышеловка»	Дети воспитатели	13.09.2019
11	Беседу «Осанка – красивая спина»	Дети, воспитатели	16.09.2019
12	Кукольный театр «Наше настроение»	Дети, воспитатели	17.09.2019
13	Игровая ситуация «Проверь свою осанку»	Дети, воспитатели	18.09.2019
14	Развлечение «День Здоровья».	Дети, воспитатели	19.09.2019
15	Просмотр презентации «Виды спорта»	Дети, воспитатели	20.09.2019
16	П/И «Меткий стрелок»	Дети, воспитатели	23.09.2019
17	Чтение художественной литературы «Азбука здоровья»	Дети, воспитатели	24.09.2019
18	Гимнастику для глаз «Смотри во все глаза»	Дети, воспитатели	25.09.2019
19	Чтение сказки для театра в руке «Несговорчивые уши» стр.51	Дети, воспитатели	26.09.2019
20	Хождение с мешочками на голове	Дети, воспитатели	27.09.2019
21	Динамическая пауза «Любопытный нос»	Дети, воспитатели	30.09.2019
22	Беседа «Правила гигиены и закаливания»	Дети, воспитатели	01.10.2019
23	Пальчиковая игра «Вышел дождик на прогулку»	Дети, воспитатели	02.10.2019
24	Рекомендации родителям по профилактике плоскостопия	Воспитатели, родители	02.10.2019
25	Беседу «Солнце, воздух и вода - наши верные друзья».	Дети, воспитатели	04.10.201
26	Сюжетно-ролевая игра «Если мама заболела»	Дети, воспитатели	07.10.2019
27	Консультация для родителей « В здоровом теле – здоровый дух»»	Воспитатели, родители	08.10.2019
28	П/И «Солнышко и дождик»	Дети, воспитатели	10.10.2019
29	Чтение художественной литературы «Молчаливые стихи» стр.29	Дети, воспитатели	14.10.2019
30	Беседу «Чистота залог здоровья»	Дети, воспитатели	16.10.2019

31	П/И «Ловушка»	Дети, воспитатели	18.10.2019
32	Д/И «На воде, на солнце»	Дети, воспитатели	21.10.2019
33	«День чистоты и здоровья».	Дети, воспитатели	23.10.2019
34	Общение «Ведь я чистый, аккуратный – значит я всегда опрятный»	Дети, воспитатели	25.10.2019
35	Просмотр мультфильма «Мойдодыр»	Дети, воспитатели	28.10.2019
36	Ситуация «моем, моем мылом, мылом – наши рученьки чисты»	Дети, воспитатели	29.10.2019
37	Игровая ситуация «Банный день для кукол»	Дети, воспитатели	30.10.2019
38	Сказка для театра в руке «Осьминог» стр.47	Дети, воспитатели	04.11.2019
39	Беседа «Правильное питание и витамины»	Дети, воспитатели	05. 11.2019
40	Чтение пословиц и поговорок про здоровье	Дети, воспитатели	07. 11.2019
41	Сюжетно-ролевая игра ««Что мы делаем, когда едим?»	Дети, воспитатели	11. 11.2019
42	Консультация для родителей «Овощи и фрукты – полезные продукты»	Воспитатели, родители	13. 11.2019
43	Д/И «Где найти витамины?»	Дети, воспитатели	15. 11.2019
44	Игровая ситуация «Что вкусно и полезно»	Дети, воспитатели	18. 11.2019
45	Консультация для родителей «Правильное питание – основа здоровья»	Воспитатели, родители	19.11.2019
46	Д/И «Кто живет в молочной стране»	Дети, воспитатели	21.11.2019
47	Чтение художественной литературы К. И. Чуковский «Айболит»	Дети, воспитатели	22.11.2019
48	Д/И « Из чего варят кашу»	Дети, воспитатели	25.11.2019
49	Беседа «Наши верные друзья - полезные продукты»	Дети, воспитатели	27.11.2019
50	Пальчиковая гимнастика «Пальчики»	Дети, воспитатели	28.11.2019
51	Чтение художественной литературы Н. Ю. Чуприна «Маша и фруктовый	Дети, воспитатели	29.11.2019

	сад»		
52	Игровая ситуация «Мой весёлый звонкий мяч»	Дети, воспитатели	02.12.2019
53	Беседа «Что будет, если одеться не по погоде?»	Дети, воспитатели	04.12.2019
54	Ю. Чуприна «Молоко, йогурт, кефир»	Дети, воспитатели	06.12.2019
55	П/И «Два Мороза»	Дети, воспитатели	09.12.2019
56	Игровая ситуация «Не идетя и не едятся, потому что гололедица»	Дети, воспитатели	11.12.2019
57	Д/И «Когда это бывает»	Дети, воспитатели	13.12.2019
58	Д/И «Что с начало, что потом»	Дети, воспитатели	16.12.2019
59	Развлечение «День здоровья»	Дети, воспитатели	18.12.2019
60	Чтение стихотворений про гигиену	Дети, воспитатели	20.12.2019
61	Беседа «Семь родительских заблуждений о морозной погоде»	Дети, воспитатели	23.12.2019
62	Физкультурное развлечение на прогулке «Зимние забавы»	Дети, воспитатели	24.12.2019
63	Игровая ситуация «В стране Болячке»	Дети, воспитатели	09.01.2020
64	Эксперимент «Почему снежинка на ладони тает»	Дети, воспитатели	10.01.2020
65	П/И «Снежки»	Дети, воспитатели	13.01.2020
66	Беседа: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу».	Дети, воспитатели	15.01.2020
67	Игровая ситуация «Незнайка заболел»	Дети, воспитатели	20.01.2020
68	Массаж ушных раковин	Дети, воспитатели	22.01.2020
69	П/И «Боулинг»	Дети, воспитатели	24.01.2020
70	Презентация «Зимние забавы»	Дети, воспитатели	27.01.2020
71	Физкультурное развлечение «Постарайся угадать, чем снежинка может стать»	Дети, воспитатели	29.01.2020
72	П/И «Снежиночки пушиночки»	Дети, воспитатели	31.01.2020

73	Сказка для театра в руке «Рыбка» стр.49	Дети, воспитатели	04.02.2020
74	Чтение стихотворений о спорте	Дети, воспитатели, родители	06.02.2020
75	Д/И «Полезно – не полезно»	Дети, воспитатели	07.02.2020
76	Подвижные игры на прогулке	Дети, воспитатели	10.02.2020
77	Сказка для театра в руке «Бабочка» стр.48	Дети, воспитатели	11.02.2020
78	П/И «На земле снежок лежит»	Дети, воспитатели	12.02.2019
79	Консультация для родителей «Как интересно провести зимой прогулку с ребенком?»	Воспитатели, родители	13.02.2019
80	Пополнение физкультурного уголка спортивным инвентарем	Дети, воспитатели, родители	17.02.2020
81	Рекомендации для родителей «Совместные занятия спортом детей и родителей»	Воспитатели, родители	18.02.2020
82	Оформление фотогазеты «Мы со спортом дружим»	Дети, воспитатели, родители	19.02.2020
83	Выставка рисунков «Мы любим спорт»	Дети, воспитатели, родители	20.02.2020
<b>Заключительный этап</b>			
1	Итоговое развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья»	Дети, воспитатели, родители	21.02.2020