

Проект «Быть здоровым - здорово!»

Воспитатель: Ходова Н. В.

Вид проекта: групповой

Тип проекта: познавательный

Проблема: незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей, дети не имеют достаточных знаний о здоровом образе жизни.

Срок проекта: краткосрочный (1неделя)

Участники: воспитатель; дети старшей группы, родители.

Проблемный вопрос: Гиподинамия дошкольников

Актуальность проекта

- Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости. Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя". Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главных показателей ее благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России.
- Вопросы формирования у дошкольников основ здорового образа жизни, потребности в ежедневной двигательной деятельности отражены во всех ныне действующих программах воспитания и обучения. Наряду с работой по закаливанию, формированию культурно-гигиенических навыков и основных движений в этих программах ставится задача обучения ребенка заботе о своем здоровье и безопасности.

«Купить можно много:

Игрушку, компьютер,
Смешного бульдога,
Стремительный скутер,
Коралловый остров
(Хоть это и сложно),

Но только здоровье

Купить невозможно.

Оно нам по жизни

Всегда пригодится.

Заботливо надо

К нему относиться.»

- **Цель:** пропаганда здорового образа жизни среди детей и родителей, приобщение детей к физкультуре и спорту, укреплению здоровья детей в семье.

- **Задачи:**

- Для детей:

- углублять знания детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и окружающих;
- воспитывать привычку и потребность в здоровом образе жизни;
- вызывать интерес к спорту и физическим упражнениям;

- Для родителей:

- расширять знания родителей о физических умениях и навыках детей;
- заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье.

Материально – техническое обеспечение проекта:

- компьютер;
 - фотоаппарат;
 - канцелярские принадлежности;
 - фонотека;
 - спортивный инвентарь
-

Наглядный материал:

- книжки;
- настольно-печатные игры;
- дидактические игры.

Ожидаемый результат

- Реализация проекта позволит сформировать у детей и родителей следующие представления:
 - что такое здоровье и как его сберечь.
 - что такое витамины, как влияют на здоровье,
 - режим дня, гигиена и закаливание,
 - приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни;
 - полученные ребёнком знания и представления о себе, своём здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья;
 - родители получают необходимые теоретические знания об уровне физического развития своих детей.

- **Этапы реализации проекта:**

I этап - подготовительный (накопление знаний).

II этап — основной (совместная деятельность детей и родителей)

III этап — заключительный (результат).

- **I этап : Подготовительный**

- Анкетирование родителей;
- разработка плана реализации проекта ;
- подбор методической литературы для реализации проекта ;
- подбор наглядно-дидактического материала; художественной литературы, репродукций картин, иллюстраций; организация развивающей среды в группе.

- **II этап : Основной**

- Беседы, досуги, чтение книг о спорте, прогулки на свежем воздухе,
 - разучивание игр, консультации
-

- **III этап – Заключительный**

- Спортивный праздник «Веселые старты»
- Распространение опыта в детском саду
- Презентация проекта

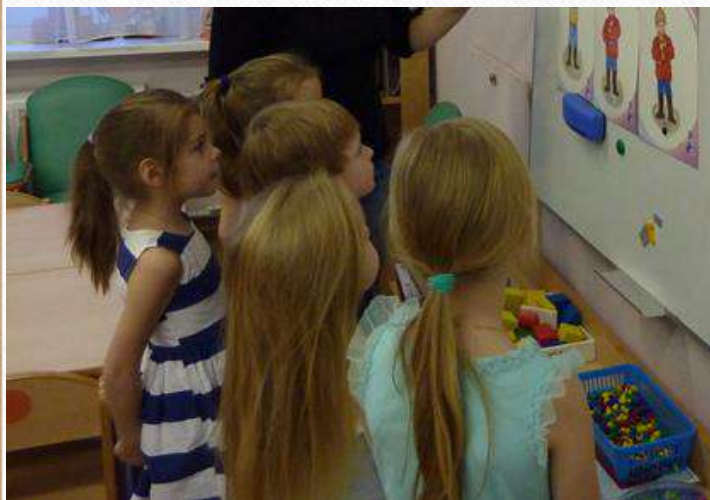
ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА.

- - Утренняя гимнастика
- - Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья».
- -- Витаминизация (соки, фрукты, напитки).



БЕСЕДЫ

- Тема: «Полезные продукты», «Наш организм», «Спорт- это здоровье». «Врачи – наши помощники», «Наши друзья - витамины»



ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

- Ознакомление с окружающим миром.
- Тема: «Здоровый образ жизни».



ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- Развитие речи.
- Тема: «Оденем куклу на прогулку».



ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- Художественное творчество. Изобразительная деятельность.
- Тема: «Зимние виды спорта».



ОРГАНИЗОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- Художественное творчество. Лепка.
- Тема: «Лыжник»



Работа в книжном уголке:

- Рассматривание иллюстраций, картин, фотографий о здоровье, спорте; заучивание пословиц, поговорок о здоровье. Чтение художественной литературы Т.А Шорыгина «Осторожно сказки», Г.К. Зайцев «Уроки Мойодыра», Е.А Алябьева «Поучительные сказки», А.Барто «Девочка чумазная», отгадывание народных загадок о здоровье.



Сюжетно – ролевые игры

- «Поликлиника», «Аптека», «Больница».



Вечер подвижных игр.



Просмотр мультфильмов.



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ПРОГУЛКЕ

- Игры «ДВА МОРОЗА», «ЗАТЕЙНИКИ», «СНЕЖНЫЙ ДОМ», «ИГОЛОЧКА И НИТОЧКА», «ПОПАДИ В ЦЕЛЬ»

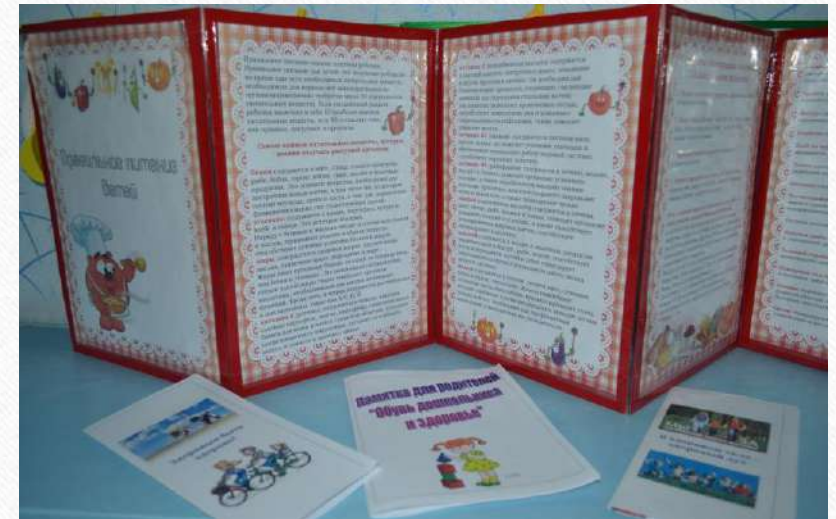


Дидактические игры «Спорт», «Аскорбинка и её друзья», «Мяч в ворота» (на дыхание), упражнение «Найди два одинаковых мяча», «Что лишнее?» и др.



КОНСУЛЬТАЦИИ В РОДИТЕЛЬСКИЙ УГОЛОК

- Консультация «Красивая осанка - залог здоровья»;
- Рекомендации родителям по укреплению здоровья;
- Рекомендации родителям по питанию детей.



Спортивный праздник «Веселые старты».



Изготовлен плаката «Дерево здоровья».



Список литературы и интернет источников

- 1. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе». Издательство «АРКТИ», 2010г..
- 2. Физкультминутки для дошкольника. Методическое пособие. Пермь. ПОИПКРО, 2009г.
- 3. Здоровье сберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия – Крылова Н.И. Волгоград: Учитель 2009г.
- 4. Здоровый образ жизни «Я и мое здоровье» (программа занятий, упражнений и дидактических игр), автор Т.А.Тарасова, Л.С.Власова; Москва 2008г.
- 5. Интернет ресурсы.
- 6. Программа развития «Школа здорового человека», авторы Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко; Москва 2006г.
- 7. Пособие для педагогов ДОУ «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», Москва 2010г.
- 8 «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», автор А.П.Щербак.
- 9. Учебно-методические журналы: «Управление ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду», «Дошкольная педагогика», «Обруч», «Воспитатель ДОУ».
- 10. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет», автор С.С.Прищепа, Москва 2009г.
- 11. Формирования здорового образа жизни у дошкольников: планирование, системы работы Карепова Т.Г.— Волгоград. Учитель, Учитель 2 011г.
- 12. Физкультурная минутка динамические упр-я для д. – Каралашвили Е.А. М.:ТЦ «Сфера» , 2009 г.