

Проект «Здоровячок»

Подготовила воспитатель Голубева Г.В.

Актуальность проекта.

В последнее время остро стоит проблема здоровья. Появилась тенденция к ухудшению здоровья среди детей. Достичь необходимого уровня интеллектуально - познавательного развития может только здоровый ребенок. Специально организованная деятельность является эффективным средством формирования здоровья и выработки правильных привычек дошкольников. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ *«Об образовании»*, *«О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»*; а также Указами Президента России *«О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации»*, *«Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации»* и др. Исходя из выше сказанного одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Дошкольный возраст считается важным для физического, психического и умственного развития ребёнка. В этот период закладываются основы его здоровья. Привычка к здоровому образу жизни - это главная, основная, жизненно важная привычка, она собирает в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы.

Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей ловкости, выносливости, смелости и других качеств сильной личности. Беседы, игры по теме помогают сформировать предпосылки к здоровому образу жизни. Продуктивная деятельность помогает детям отобразить свои впечатления.

Цель проекта.

Формирование потребности в здоровом образе жизни.

Задачи проекта.

Оздоровительные:

1. Формирование элементарных знаний в области гигиены, медицины, физкультуры.
2. Формирование у детей необходимых двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья.

Воспитательные:

1. С помощью физических упражнений способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в себе.
2. Создание условий для проявления положительных эмоций.

Образовательные:

1. Формирование и совершенствование новых двигательных умений и навыков

Предполагаемый результат.

1. Расширение знаний детей о своем здоровье.
2. Желание заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.
3. Обогащение знаний о роли витаминов в жизни человека.
4. Знакомство с причинами болезней.
5. Знакомство с произведениями худ. литературы по теме.
6. Расширить знания об организме человека.

Форма работы воспитателя с детьми.

1. Занятия познавательного цикла: физкультурные, чтение художественной литературы, беседы.
2. Занятия продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация, конструирование
3. Оздоровительные процедуры: воздушные ванны, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, игровой самомассаж, физкультурные минутки.
4. Игровая деятельность: подвижные, малоподвижные, дидактические, сюжетные, народные игры.
5. Просмотр мультфильма «Мойдодыр».

Содержание проектной деятельности

Этапы и сроки реализации:

I этап - подготовительный,

II этап - практический,

III этап - заключительный.

I этап - подготовительный

1. Изучение понятий, касающихся темы проекта.
2. Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по формированию здорового образа жизни.
3. Разработка перспективного плана организации досуговых мероприятий.
4. Организация развивающей среды и подбор дидактического материала.

II этап - практический

1. Проведение цикла тематических физкультурных занятий.
2. Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни, организации активного отдыха в семье.
3. Подготовка выставки детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим»
4. Создание коллажа «Полезные продукты на столе».

III этап - заключительный

1. Проведение спортивного праздника «Путешествие в сказку».

Результативность:

- сформировать у детей элементарные представления о здоровом образе жизни;
- осознанность ребёнка и родителей необходимости и значимости здорового образа жизни, а также “видение” и реализация путей совершенствования здоровья ребёнка и членов семьи (активный отдых вместе с детьми, посещение кружков, секций оздоровительной направленности);

1. Информационный материал в родительские уголки: папки-передвижки «Подвижные игры - залог здоровья малышей», «Здоровый образ жизни детей».
2. Коллажа «Полезные продукты на столе».

3. Конспекты бесед с детьми «Я и мое тело», «Что такое здоровье», «Полезная пища».

Тематический план

1 этап			
№	мероприятия	срок	ответственные
1	Подбор и изучение литературы.	За 1 месяц до реализации проекта	воспитатели
2	Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по формированию здорового образа жизни.		
3	Разработка перспективного плана организации досуговых мероприятий.		
4	Организация развивающей среды и подбор дидактического материала.		
2 этап			
1	Тема дня: «С физкультурой дружить - здоровым быть». Цель: Формировать понимание необходимости	понедельник	воспитатели

	<p>заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни. Прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию.</p> <p>Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников</p> <p>ОД: художественно - эстетическое развитие (рисование): «Мы со спортом крепко дружим».</p> <p>Совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Беседа с детьми «Что такое здоровье» • Наблюдение за велосипедистом. • Чтение художественной литературы: А. Барто «Зарядка». Н. Марзан «Как папа привел Женюрку в спорт». • Загадки и пословицы о спорте. • Дидактические игры: «Узнай вид спорта», «Продолжи фразу», «Кому что нужно», «Кто больше скажет о мяче (скалке, лыжах, коньках и т.д.)» <p>Самостоятельная деятельность:</p> <p>Работа в спортивном уголке: рассматривание альбома «Виды спорта».</p> <ul style="list-style-type: none"> • П/и «Лужи». М/п «Орешек» <p>Работа с родителями: анкетирование родителей «Растём здоровыми»</p>		
2	<p>Тема дня: «Витамины на столе».</p> <p>Цель: Уточнить и закрепить знания детей о происхождении продуктов питания.</p> <p>Дать детям знания о пользе продуктов питания. Закрепить знания о пользе витаминов, их влиянии на детский организм.</p> <p>ОД: Ознакомление с окружающим: дидактическая игра «Откуда продукты к нам на стол пришли».</p> <p>Совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Беседа «Полезная пища». • Д/и: «Вредно - полезно», «Съедобное - несъедобное», «Дары природы». • Чтение пьесы «О пользе витаминов». • Разучивание новой физкультминутки «Огород». • Загадки об овощах и фруктах. • Экспериментальная деятельность: «Волшебник - шиповник»; <p>«Дегустация волшебного напитка шиповника»;</p> <p>Самостоятельная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • С/р игра «Магазин» 	вторник	воспитатели, медицинский работник

	<ul style="list-style-type: none"> • В уголке по изо «Фрукты и овощи» (вырезание ножницами). • П/и: «Собери урожай», «Найди свой овощ». • Спортивная эстафета «Витаминная семья» <p>Работа с родителями: Участие родителей в выставке - конкурсе «Витамины на грядке»</p>		
3	<p>Тема дня: «Я и мое тело».</p> <p>Цель: Познакомить с главными органами человеческого организма (сердце, желудок, лёгкие, печень).</p> <p>Расширять знания детей об организме человека. Формировать понятие, что здоровому организму нужна физкультура, закалка, правильное питание. Научить любить себя и свой организм. Вызвать желание заботиться о своём организме, о своём здоровье, беречь своё здоровье.</p> <p>ОД: Художественно - эстетическое (лепка): «Овощи на тарелке».</p> <p>Совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рассматривание схемы - плаката «Пищевые добавки», «Тело человека», «Органы человека». • Беседа «Мое тело» • Наблюдение на прогулке «Чем отличаемся мы от детей младших групп?» • Загадывание загадок про части тела. • Д/и «Зеркало», «Фоторобот». • М/п «Утренний туалет» <p>Самостоятельная деятельность</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сюжетно - ролевая игра «Ждем гостей», «Больница». • Рассматривание портретов людей разной внешности. <p>Работа с родителями: консультация: «Как правильно обрабатывать фрукты и овощи перед едой».</p>	среда	воспитатели
4	<p>Тема дня: «Мой додыр».</p> <p>Цель: Формировать у детей представление о правилах личной гигиены.</p> <p>Дать детям элементарные представления об инфекционных заболеваниях и их возбудителях (микробы и вирусы);</p> <p>ОВ: конструирование (изготовление атрибутов к подвижной игре) «Микробы и чистюли».</p>	четверг	воспитатели

	<p>Совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Беседа «Микробы и вирусы» • Дидактическая игра «Предметы личной гигиены»; • Чтение потешек, стихов, загадок на заданную тему. • Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто - чисто» • Просмотр мультфильма «Мойдодыр» <p>Самостоятельная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры: «Поймай хвостик», «Поймай комара», «Прятки». • Рассматривание альбома «Микробы». • Игровая ситуация «Как защититься от микробов». <p>Работа с родителями: беседа «Как с пользой для здоровья провести семейный досуг».</p>		
5	<p>Тема дня: «В сказку за здоровьем».</p> <p>Цель: Формировать осознанное отношение к своему здоровью, понимание значимости гигиены, физических упражнений для здоровья человека на примере героев произведений художественной литературы. Воспитывать интерес детей к подвижным играм разных народов. Расширять функциональные возможности организма детей, обогащать двигательные навыки.</p> <p>ОД: спортивное развлечение «Путешествие в сказку».</p> <p>Совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», «Доктор Айболит». С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», «как Саша сама себя вылечила». А. Барто «Девочка чумазая». • Д/и «Сказочка - указочка». • Народные п/и «Золотые ворота», «Гуси - лебеди», «Гори - гори ясно». • Викторина «Загадки и отгадки». <p>Спортивное развлечение «Путешествие в сказку».</p>	пятница	Воспитатели, инструктор физкультуры.

Методическое обеспечение проектной деятельности.

1. Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» под редакцией Вераксы. М. «Мозаика - Синтез» 2010 г.
2. Школа раннего развития «Как устроено мое тело» Шалаева. АСТ, 2010 г.
3. «Методика физического воспитания детей» Глазырина. «Владос». М., 2001 г.
4. «Планирование образовательной деятельности с дошкольниками в режиме дня. Подготовительная к школе группа». Корнейчева. С. - Пб. Педагогическое общество России. 2010г.
5. «Пальчиковая гимнастика с предметами». Бачина. М.: Аркти, 2006 г.