

Тема проекта: «Здоровым быть здорово!»

Тип проекта: физкультурно-оздоровительный.

Участники проекта: воспитатель группы «Ягодка», воспитанники старшей группы, родители.

Сроки реализации проекта: краткосрочный (февраль-май 2017г.)

Актуальность

Серьёзной проблемой в последние годы становится малоподвижность детей. Они много сидят не только дома у телевизора и компьютера, но и на занятиях в детском саду. Приобщение ребёнка к здоровому образу жизни – одно из решений приоритетной задачи современного дошкольного образования. Здоровье детей катастрофически ухудшается. Это вызвано рядом факторов:

- 1) плохая экологическая обстановка;
- 2) влияние электроприборов (телефоны, телевизоры, компьютеры, игровые приставки, планшеты);
- 3) значительное ограничение двигательной активности.

Зачастую и родители не прививают ребёнку потребность в здоровом образе жизни. Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей растущего организма. Без движения ребёнок не может вырасти здоровым. Это плохо сказывается на физическом здоровье детей. А нам хочется видеть детей здоровыми, бодрыми, ловкими, сильными и развитыми.

Цель проекта:

Формирование у дошкольников основы здорового образа жизни; добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих; сохранение и укрепление здоровья детей.

Организации благоприятных условий для будущего формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитание у детей созидательного отношения к своему здоровью.

Задачи проекта:

-расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни;

- формировать у дошкольников потребность в положительных привычках;
- воспитывать активную жизненную позицию, ответственное отношение к своему здоровью, культуру поведения и общения;
- формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья;
- формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, питания, физической культуры;
- создавать условия для проявления положительных эмоций;
- осуществлять просвещение родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы.

Основные педагогические принципы:

1. Принцип культуросообразности – формирование здорового образа жизни должно основываться на ценностях и традициях национальной культуры, строиться в соответствии с ценностями и нормами, присущими в данной семье.
2. Принцип гуманистической ориентации – ребенок главная ценность, осознание ребенком социальной защищенности, уважительное отношение к нему.
3. Принцип опоры на эмоционально чувственную сферу ребенка – требует создания условий для возникновения эмоциональных реакций и развития эмоций, которые усиливают внимание ребенка на действиях и поступках.
4. Принцип дифференциации – создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребенком.

Новизна проекта:

- разработка системы непосредственно образовательной деятельности по ознакомлению детей старшего дошкольного возраста с основными правилами организации ЗОЖ, формирования навыков и привычек здорового образа жизни;
- систематизация игр, игровые задания, развлечения;
- разработка системы работы с родителями и персоналом ДОУ,

Формы работы:

- игровая;
- продуктивная;
- музыкально-художественная;
- познавательная;
- конструктивная деятельность;
- рассматривание иллюстраций, книг;
- дидактические игры;
- беседы с детьми, решение проблемных игровых ситуаций;
- художественное творчество.

Основной этап реализации проекта.

Февраль:

Беседа «5 правил здоровья».

Беседа «Зачем мы моем руки».

Рисование «Зимние забавы».

Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье: продолжать знакомить детей с понятием «Здоровый образ жизни».

Сюжетно-ролевые игры: «Поликлиника», «Больница».

Чтение художественной литературы: Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр»; Шалаева Г.П., Журавлёва О.М., Сазонова О.Г. «Правила поведения для воспитанных детей», «Зарядка и простуда», пословицы о здоровье.

Проведение утренних гимнастик, подвижные игры, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика.

Формирующий этап.

Март:

Беседа «О здоровой пище».

Беседа «На зарядку становись!»

Беседа «Чем полезны фрукты?»

Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Приятного аппетита», Ю. Тувим «Овощи», загадки об овощах и фруктах, К. Чуковский «Федорино горе», поговорки о питании.

Д/и: «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи», «Назови правильно».

Рисование: «В нашем саду растут витамины», «Дети делают зарядку!»

Консультация: «Правильное питание детей».

Памятка для родителей: «Упражнения для профилактики плоскостопия».

Апрель:

Беседа «Чистота и здоровье!»

Консультация: «Крепкие, крепкие зубы!»

Папка-передвижка «Закаливание».

Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Дружи с водой», А. Барто «Девочка чумазая».

Сюжетно-ролевая игра: «Парикмахерская», «Детский доктор».

Консультация: «Чистота-залог здоровья!»

Памятка для родителей: «Детские глазки! Как им помочь?»

Беседа: «Быть здоровым просто!»

Обобщающий (заключительный) этап.

Май:

Беседа: «Как защитить себя от микробов».

Беседа: «Полезные и вредные привычки».

Беседа: «Как я буду заботиться о своём здоровье».

Сюжетно-ролевая игра «Аптека», «Поликлиника».

Родители: экскурсия в аптеку-познакомить детей с работой фармацевта.

-создание альбома «Азбука здоровья»;

-альбом загадок, пословиц и поговорок, стихов о здоровье;

-публикация материала о проделанной работе на сайте группы.

Результативность:

- расширение знаний детей о своём здоровье;
- научатся заботиться не только о своём здоровье, но и о здоровье окружающих;
- узнают о роли витаминов в жизни человека;
- узнают откуда берутся болезни;
- познакомятся с литературными произведениями по теме;
- узнают, как устроен человек, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья;
- повышение уровня физической готовности;
- сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни;
- повышение педагогической культуры родителей в вопросах физкультурно-оздоровительной работы.

Перспективное планирование

Месяц, тема	Виды деятельности, формы работы с детьми	Совместная деятельность с родителями	Консультативная информация для родителей
Февраль: «Здоровье зимой!»	Рисование с детьми «Зимние забавы»; чтение художественной литературы К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», Шалаева Г.П. «Правила поведения для воспитанных детей», «Зарядка и простуда», пословицы о здоровье; беседа: «Зачем мы моем руки», с-р игры «Поликлиника», «Больница»; рассматривание иллюстраций и картинок; проведение утренних гимнастик; пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика; подвижные игры.	Рассматривание картинок, фотографий.	Беседа: «5 правил здоровья»;
Март: «Закаливание»	Беседы: «О здоровой пище», «На зарядку становись!», «Чем полезны фрукты.»; чтение художественной литературы: Г.	Чтение художественной литературы соответствующая тематике, беседа.	Памятка: «Упражнения для профилактики плоскостопия»; консультация: «Правильное питание детей!»

	<p>Зайцев «Приятного аппетита», Ю. Тувим «Овощи», К. Чуковский «Федорино горе», загадки об овощах и фруктах, поговорки о питании; д/и: «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи», «Назови правильно»; рисование: «На зарядку становись!», «В нашем саду растут витамины»;</p>		
<p>Апрель: «Чистота и наше здоровье!»</p>	<p>Беседы: «Чистота и здоровье»; «Быть здоровым просто!»; чтение художественной литературы: «Дружи с водой» Г. Зайцев, А. Барто «Девочка чумазая»; с-р игры: «Парикмахерская», «Детский доктор».</p>	<p>Рассматривание картинок, иллюстраций; беседы с детьми; просмотр мультфильма «Незнайка и его друзья».</p>	<p>Консультации: «Крепкие, крепкие зубы!», «Чистота- залог здоровья!», папка-передвижка: «Закаливание»; памятка: «Детские глазки! Как им помочь?»</p>
<p>Май: «Скоро лето!»</p>	<p>Беседы: «Полезные и вредные привычки»; с-р игры: «Аптека», «Поликлиника»; альбом загадок, поговорок и пословиц, стихов о здоровье.</p>	<p>Экскурсия в аптеку, знакомство с работой фармацевта; рассматривание картинок, фото.</p>	<p>Беседа: «Как защитить себя от микробов»; альбом: «Азбука Здоровья!»; размещение материала на сайте группы.</p>

