

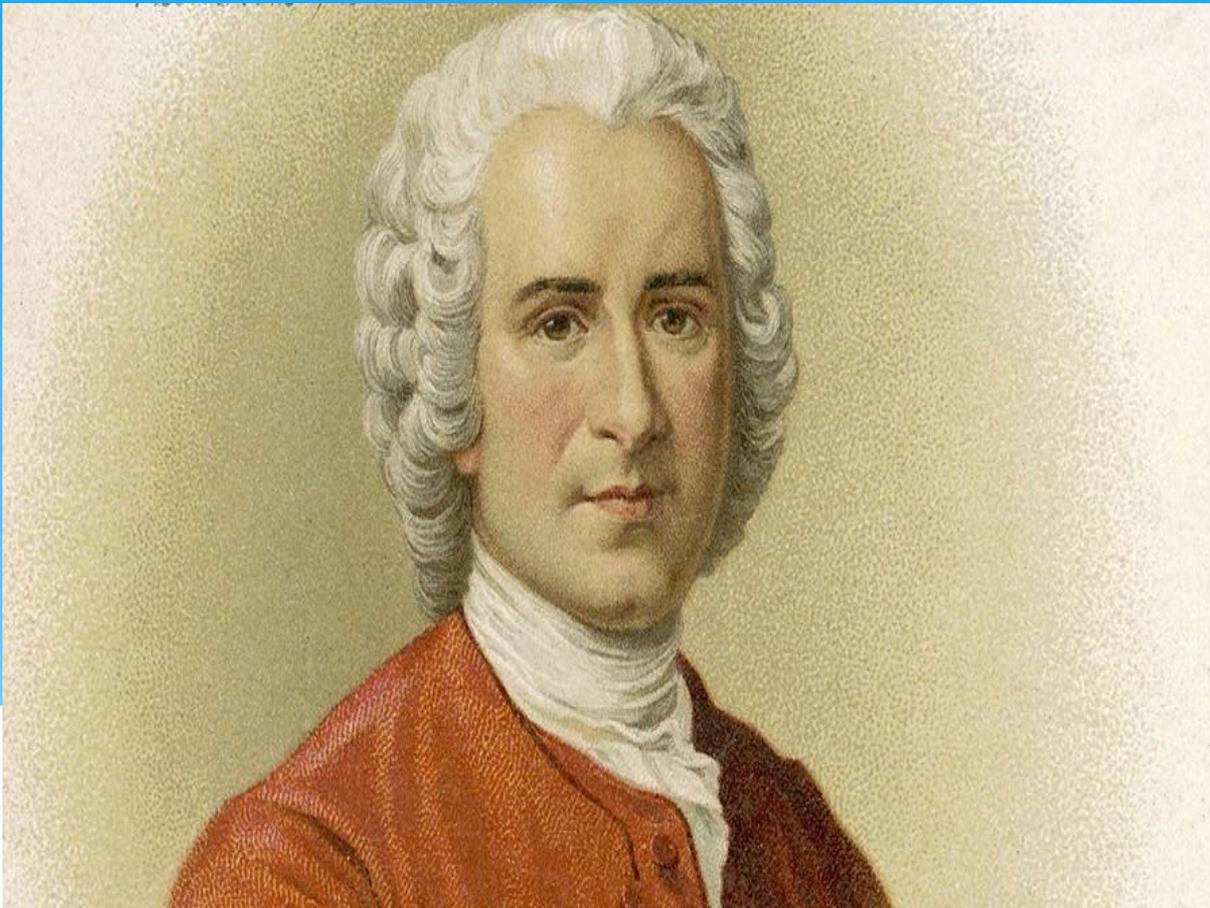
Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 22
комбинированного вида»

Проект «Я здоровым быть хочу»



Выполнила
воспитатель
Пучковская Н.А.

«Чтобы сделать ребёнка умным и
рассудительным, сделайте его крепким и
здоровым»



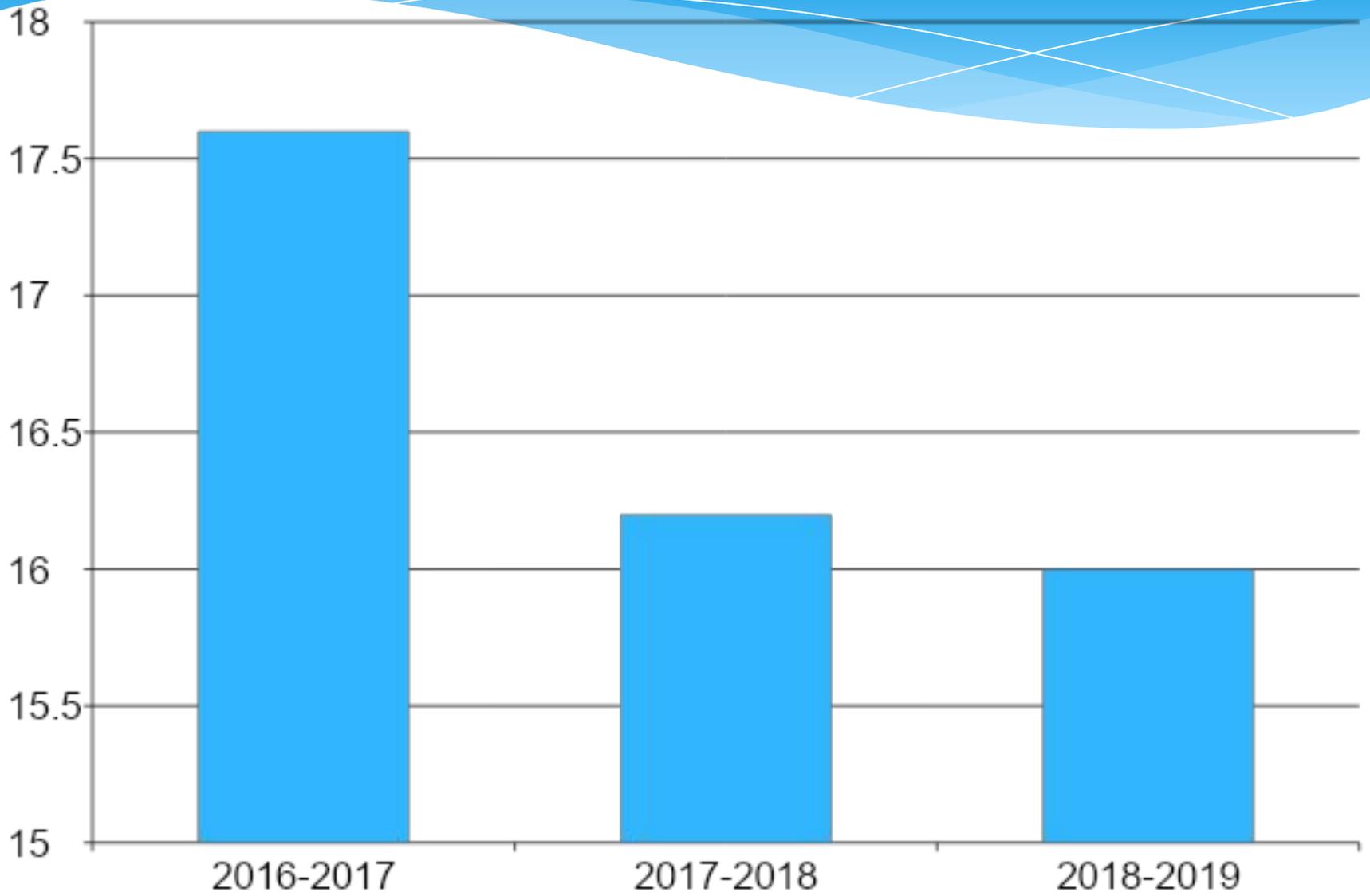
Ж. Руссо

Актуальность темы

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Очень важным является формирование у детей убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

При детальном анализе заболеваемости, было выявлено, что в группе наблюдается небольшая тенденция к снижению заболеваемости. У детей преобладают заболевания верхних дыхательных путей.

Сравнивая с данными по детскому саду, можно отметить, что количество дней, пропущенных одним ребенком в группе № 6 ниже, чем в среднем по саду.



Проблема

Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания.

Снижение здоровья подрастающего поколения.

Цель проекта

Организовать физическое воспитание детей в группе таким

образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку разностороннее и гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня.

Создать благоприятные условия для укрепления физического развития ребёнка.



Задачи проекта

для детей:

- Создать здоровьесберегающую среду для реализации проекта.
- Воспитывать потребность у детей и родителей вести здоровый образ жизни.
- Воспитывать у детей целеустремлённость, организованность, инициативность.
- Формировать представление о том, что полезно и что вредно для организма.
- Формировать у детей представление о человеческом организме.
- Дать представление о значении для здоровья человека витаминов и физкультуры.

для педагогов:

- Охрана жизни и укрепление здоровья детей.
- Овладение здоровьесберегающими технологиями.
- Поощрять творческую инициативу детей и родителей в продуктивной деятельности.

для родителей:

- Повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребёнка через вовлечение их в совместную деятельность.
- Поддерживать у родителей уверенность в собственных педагогических возможностях.



Паспорт проекта

Тип проекта: практико-ориентированный.

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный.

Продолжительность: долгосрочный.

Сроки реализации: сентябрь 2017г.-май 2018г.

Участники проекта: дети группы № 6, родители, воспитатель Пучковская Н.А., инструктор по физкультуре Заякина Е.В.

Возраст детей: 5 – 6 лет.

Планируемые результаты

- Организация здоровьесберегающей среды в группе.
- Дети должны знать правила личной гигиены, ухаживать за своим телом.
- Знать значение режима дня, выполнять его, иметь представления о здоровом образе жизни.
- Вместе с родителями вести здоровый, активный образ жизни.
- Снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей.

Для детей:

- расширение представлений о здоровом образе жизни;
- вовлечение в спортивную жизнь детского сада.

Для родителей:

- формирование интереса к здоровому образу жизни в семье;
- укрепление внутрисемейных отношений.

Для педагогов:

- систематизация знаний дошкольников по теме «В здоровом теле здоровый дух», «Правильное питание»; организация работы педагогов, родителей и детей при решении задач проекта.



I этап – подготовительный (сентябрь 2017г.)

Изучение методической литературы «Будь здоров как Макс Орлов», «Традиционные и нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста».

Составление плана совместной работы с родителями, педагогами и детьми.

Подбор материала и оборудования для занятий, бесед, игр.

Проведение анкетирования родителей.

Оформление консультаций, папок передвижек для родителей «Берегите глазки», «Здоровый малыш», «Принципы правильного питания».

Разработка проекта по теме «Я здоровым быть хочу».

Для выбора темы использовали метод 3-х вопросов

Что мы знаем о здоровье	Что хотим узнать	Где можем узнать
Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать.	Что такое здоровье?	Спросить у взрослых.
Надо соблюдать правила гигиены.	Откуда берутся микробы и как с ними бороться?	Прочитать в книге.
Чтобы не болеть, надо заниматься спортом.	Что делать, что бы не болеть?	Пригласить инструктора по физической культуре.
Нужно принимать витамины – овощи и фрукты.	Какие продукты полезные?	Посмотреть в интернете.
Нельзя есть вредную пищу(жвачки, чипсы, газировку).	Почему некоторые люди не болеют?	Пригласить детского педиатра для консультации.

С детьми определили возможные источники информации.

Чтение поэмы Ю. Аристовой «Будь здоров как Макс Орлов», С. Михалков «Прививка», А. Барто «Девочка чумазная» и другие произведения.

Загадки, пословицы, поговорки, стихи о фруктах, овощах, о видах спорта, о предметах личной гигиены.

Беседы «Спорт, путь к здоровью», «Если хочешь быть здоров-закаляйся», «Откуда берутся болезни», «Полезные продукты».

Развивающие дидактические игры.

Просмотр мультфильмов.

II этап- основной (октябрь 2017 апрель 2018г.)

Организация деятельности в центрах активности

Центр искусства

- Аппликация «Полезные продукты».
- Рисование «Спорт- это здорово».
- Лепка «Хоккеисты».



Центр познания

- Просмотр познавательных мультфильмов «Азбука здоровья», «Айболит».
- Рассматривание детских энциклопедий «Личная гигиена», «Моё тело».



Литературный центр

- Загадывание загадок о спорте, полезных продуктах.
- Выставка энциклопедий, книг о здоровье.



«Деятельностный» центр

Дидактические игры: «Найди отличия», «Найди полезные продукты», «Что у нас внутри», «Как нужно ухаживать за собой», «Разложи правильно», «Таблетки на грядке» и другие.



Центр «Сюжетно – ролевых» игр



Центр «Здоровья»

- Корректирующая гимнастика.
- Ходение по массажным коврикам и дорожкам



Ежедневные оздоровительные прогулки.



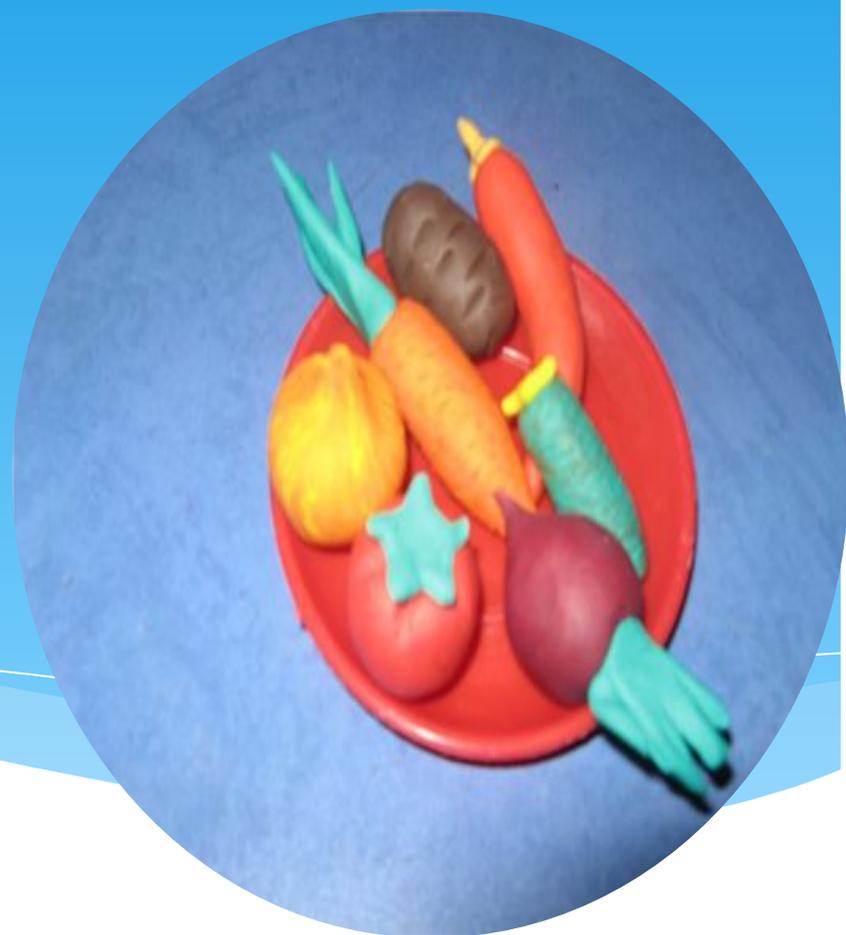
«Строительный» центр

Конструирование из строительного материала стадионов, аптек
Т.Д.



III этап – заключительный (май 2018г.)

Лепка «Овощи и фрукты»

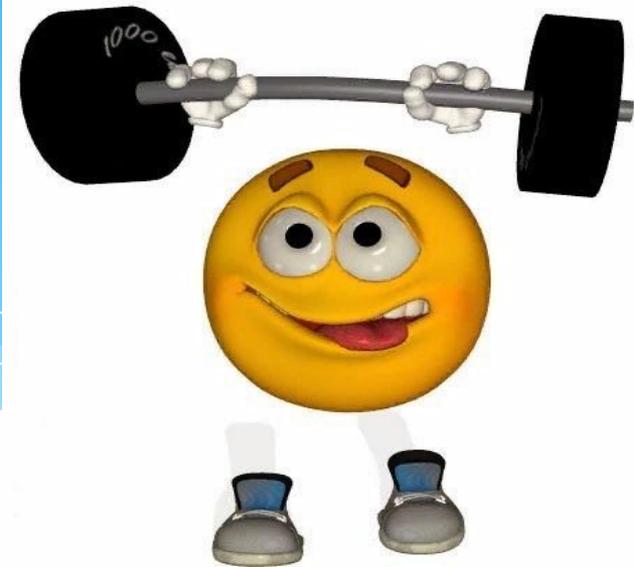


Спортивные развлечения «Богатыри», «Соревнования с родителями»



Продукты проекта

- Выставка детских рисунков.
- Лепка «Овощи и фрукты», «Хоккеисты».
- Развлечение «Соревнования с родителями», «Богатыри».



Вывод

В процессе реализации проекта была создана благоприятная здоровьесберегающая среда, позволяющая расширить знания детей о способах укрепления здоровья.

Участие родителей в совместной деятельности позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников.

Значительно повысились знания детей и родителей о формировании здорового образа жизни.

В дальнейшем планирую продолжить работу в данном направлении.



*Тот, кто с солнышком встаёт,
Делает зарядку,
Чистит зубы по утрам
И играет в прятки,-
Тот спортивный человек,
И вполне весёлый.
Постарайся быть таким
В саду или дома!!!*

