

vneuroka.ru

Физкультурно-оздоровительный проект на тему «Здоровячок»

Просмотр

Воспитатель:
Мутовина Марина Андреевна

Подготовительная группа №1

vneuroka.ru

vneuroka.ru

Девиз проекта:

**«Я здоровье берегу - сам себе я
помогу!»**

Просмотр

vneuroka.ru

Актуальность

Федеральный закон «Об образовании» нацеливает: «Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников». Национальная доктрина образования указывает: «Воспитание здорового образа жизни – одна из основных задач образования». «Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении» задачу охраны жизни и укрепления физического и психического здоровья детей относит к основным задачам образовательного учреждения. В Уставе МБДОУ, как и в образовательной программе нашего детского сада, задача охраны и укрепления здоровья дошкольников находится на первом месте.

Здоровье - показатель резервов жизнедеятельности, жизнеспособности человека как сложного целостного существа. Такие резервы формируются в результате воспитания. Поэтому основной причиной всеобщего нездоровья при всей значимости других факторов (*социальных, материальных, экологических, генетических и пр.*) являются изъяны в системе воспитания детей в семье и дошкольном учреждении.

Современная педагогическая наука призывает дошкольные образовательные учреждения решать задачу сохранения здоровья детей с помощью организации здоровьесберегающего педагогического процесса, где главную роль играют здоровьесберегающие педагогические технологии, цель которых воспитание валеологической культуры и валеологической компетентности дошкольников, позволяющих самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Но, несмотря на то, что сегодня содружество валеологической и педагогической наук накопило некоторый опыт здравотворчества, формирования здорового образа жизни человека, *проблема включения уже накопленного педагогического опыта в воспитательно-образовательную среду детского сада до сих пор существует*. Кроме того, педагоги ограничиваются в работе традиционными методами и формами работы с детьми, не решаясь внедрять в практику современные оздоровительные технологии.

Пояснительная записка

Проект представляет собой комплекс мероприятий, которые включают обширный материал, содержат оздоровительные и познавательные элементы, формируют внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста детей. Преимуществом проекта является формирование представлений о здоровом образе жизни на уровне знаний, умений и стойких привычек.

Особенности:

Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Деятельность взрослого, направленная на укрепление здоровья, составляет содержание физического воспитания, что обеспечивает малышу физическое развитие. Подвижные игры и игровые упражнения - естественные спутники жизни ребенка, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребенка.

Новизна и оригинальность:

Заключается в интеграции валеологических знаний в различные виды детской деятельности, в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении различных форм работы с детьми, в создании инновационной здоровьесберегающей среды.

Цель: организация благоприятных условий для будущего формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью.

Задачи:

Образовательная область «Здоровье»

- Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.
- Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека. Учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Образовательная область «Физическая культура»

- Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.

Образовательная область «Социализация»

- Всестороннее и гармоничное развитие ребёнка, социализация ребёнка в обществе.
- Расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире.
- Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, привычку сообща играть, трудиться, заниматься самостоятельно выбранным делом.

- Обогащать словарь

Участники проекта:

- дети;
- педагоги;
- родители.

Срок реализации: с 21.01.13. по 01.02.2013 год (2 неделя)

Тип проекта: практико – ориентированный

Формы проведения:

- познавательно – исследовательская деятельность;
- работа с узкими специалистами;
- экскурсии, целевые прогулки;
- беседы;
- игры, развлечения;
- конкурсы;
- самостоятельная деятельность;
- работа с родителями.

С целью систематизации и решения широкого спектра задач проект будет осуществляться на основе следующих направлений:

«Физическое»

«Социально-личностное»

«Познавательно-речевое»

«Художественно-эстетическое»

Планируемый результат:

1. Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.
2. Повышение уровня физических способностей по разделам « Движение» и «Дыхание».
3. Снижение заболеваемости.

Для родителей:

1. Сформированная активная родительская позиция.
2. Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.
3. Активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ.

Тематический план в подготовительной группе

Дата	Тема блока	Тема занятий	Вид деятельности и формы работы	Работа с родителями
21.01.2013 понед	«Я и моё тело»	Познавательное занятие «Сердце своё сберегу, сам себе я помогу»	Беседы по темам: «Веселые движения» «Цветок Здоровья» «Чудотворное» Рассматривание иллюстраций из книги Г.Юдина «Главное чудо света» («Кровообращение») Экран эмоций. Конструктор тела. Игра « Можно- нельзя». Игровой самомассаж «Тело». Рассматривание иллюстраций С. Козловой «Я – человек» Чтение: Г.К. Андерсен «Снежная королева», Игры: «Что ты знаешь о сердце», «Послушай свой организм», «Кровавые пароходики» Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника с разными отделениями», «Аптека» Дыхательные игры : «Охота», «Ныряние», «Приятный запах»	Анкетирование родителей: «Отношение родителей к здоровью и здоровому образу жизни своего ребенка» Консультация: «Развитие ребенка и его здоровье» Консультация « Берегите сердце, пока оно бьётся»

<p>22.01.2013 вторник</p>		<p>Познавательное занятие « Как мы дышим»</p>	<p>Рассматривание иллюстраций С. Козловой «Я – человек» Беседа на тему «Для чего мы дышим» Чтение «Как медведь трубку курил» С. Михалков, «Зачем носик малышам» В. Бианки «Чей нос лучше?» Дыхательная гимнастика: «Гармошка», «Комары», «Одуванчик», «Ветер», «Петух» Игра «Узнай по запаху» КВН «И в шутку и всерьёз»; Спортивное развлечение «Спортивный огород»;</p>	<p>Консультация « Без дыханья жизни нет».</p> <p>Практикум: «Дыхательная гимнастика»</p> <p>Консультация: « Лечебная гимнастика и точечный массаж для часто болеющих детей»</p>
-------------------------------	--	---	--	---

<p>23.01.2013 среда</p>		<p>Познавательное занятие «Пищеварительный тракт»</p>	<p>Рассматривание иллюстраций в книге «Ты и твоё тело» Беседы на темы: «О профессии повара», «Полезная и вредная пища» Чтение Ю. Тувим «Овощи», Н.Егоров «Редиска», «Горох», «Огурцы», «Помидор» Загадки об овощах, фруктах, ягодах, грибах.</p> <p>Дидактическая игра « Сварим суп из овощей» Сюжетно-ролевые игры: « Супермаркет», « Столовая», « Семья»</p> <p>Выставка детских рисунков: « Мое Здоровье»</p>	<p>Консультация «Питание и здоровье дошкольника» Конкурс рисунков «Забота о Здоровье в нашей семье»</p>
-----------------------------	--	---	--	--

<p>24.01.2013 четверг</p>		<p>Познавательное занятие « Будем стройными и красивыми»</p>	<p>Рассматривание иллюстраций С. Козловой « Я – человек»</p> <p>Беседа на тему: «Следи за своей осанкой»</p> <p>Чтение С. Маршак «Великан», А. Барто «Я расту», Л. Кэрролл «Алиса в стране чудес», В. Катаев «Цветик – семицветик», Е. Багрян «Маленький спортсмен»</p> <p>Дидактическая игра « Покажи отгадку»</p> <p>Художественное творчество (рисование) «У доброго человека тёплая душа, а у злого холодная».</p>	<p>Консультация «Как сформировать правильную осанку»</p> <p>Рекомендации родителям по укреплению здоровья</p>
-------------------------------	--	--	--	---

<p>25.01.2013 пятница</p>		<p>Интегрированное занятие « Волшебная страна - Здоровье»</p>	<p>Беседы: Как сохранить здоровье», « Правила безопасной жизни», « Кто помогает тебе быть здоровым?» Разгадывание кроссворда «Мой организм» КВН «Если хочешь быть здоровым»</p> <p>Дидактические игры «Валеология», «Что такое хорошо, что такое плохо»</p> <p>Игра «Витаминная Семья», «Отгадай какие привычки полезные, а какие вредные»</p> <p>Чтение: Э. Мошковская «Приказ», Г. Виеру «С добрым утром», А. Прокофьев «Вечером»</p> <p>Театрализованное представление «Репка на спортивный лад»</p>	<p>Консультация «Семь заповедей, чтобы сохранить жизнь детям»</p>
-------------------------------	--	---	---	---

<p>28.01.2013 понед</p>	<p>«Полезная еда»</p>	<p>Тема: Волшебство поведения за столом.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - проведение мероприятий по плану «неделя здоровья». - беседа с детьми о правильном использовании столовых приборов, - исполнение песенной программы «Еда». - дидактические игры «Полезно и вредно», «Съедобное - несъедобное», - исполнение песенное программы «Семь витаминов», - настольно-печатная игра «Подбери витамин», - отгадывание загадок о продуктах. - двигательные импровизации «Я расту», «Витаминчик». «Что растет на грядке», - творческие задания «Игры Ростика» 	<ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные беседы с родителями «Правила поведения за столом в вашей семье», - папка-передвижка «Здоровое питание ребенка в дошкольном возрасте». - организация семинара-практикума «Составление праздничного меню для ребенка»
-----------------------------	-----------------------	--	--	--

29.01.2013 вторник		Тема: Волшебство полезной еды.	- «Вкусные задачки» (проблемные ситуации, связанные с едой»), - дидактические игры «Полезно и не очень», «Семь витаминов», - коммуникативные игры: «Ладонь в ладонь», «Доверительное падение», - двигательные импровизации «подарки к празднику», - приготовление вкусного салата «Здоровье» Комплексы дыхания: «Силовое дыхание» « Звуковое дыхание» « Ритмическое дыхание»	Памятка для родителей по оздоровлению детей. Азбука для родителей «Как предупредить простудное заболевание»
-----------------------	--	---	---	---

30.01.2013
среда

Тема:
Волшебство
режима
питания.

- игровое упражнение «Принимаем гостей»,
- дидактическая игра «Полезно и не очень»,
- д/и «Кому что нужно», «Определи на вкус»,
- дыхательная гимнастика «Какой приятный запах»,
- беседа и рассматривание картинок в энциклопедии «Человек»,
- работа с наглядным пособием «Фрукты и овощи»,
- коллективная аппликация «Полезная еда»

Продуктивная деятельность: декоративная
рельефная лепка «Стройные люди»

Конкурс семейных
газет
«Здоровый образ
жизни нашей семьи»

31.01.2013 четверг		Тема: Домашние способы борьбы с болезнью.	<ul style="list-style-type: none">- игровые упражнения: «Чих», «Чистые руки»,- двигательные игры на развитие внимания и ловкости,- беседа о питании и пользе некоторых продуктов для здоровья зубов,- беседа с детьми «Как ухаживать за зубами»,- развивающие и проблемные ситуации «Болит живот», «Зуб болит»,- д/и «Определи на вкус»,- рассматривание зубов при помощи зеркала,- экскурсия в стоматологическую поликлинику,- ролевые сценки «В кабинете у врача»	<ul style="list-style-type: none">- советы по уходу за зубами,- приобретение гигиенических принадлежностей по уходу за полостью рта,- контроль за чисткой зубов детей,- совместный досуг «Здоровое питание»
-----------------------	--	---	---	--

<p>01.02.2013 пятница</p>		<p>Занятие «Я расту здоровым»</p>	<p>Познание «Вредная еда» Рассматривание картинок с изображением здорового и больного зуба, картинки с изображением последовательности действий при чистке зубов, зубные щетки на каждого ребенка. Д/и «Еда для Здоровячков и Хлюпиков»; «Разложи по порядку». Интегрированная деятельность: чтение обсуждение, заучивание стихов, песен, поговорок. Слушание музыки; рассматривание иллюстраций. Разучивание стихов: Мошковой " Дедушка и мальчик". Чтение: художественная литература – К. Чуковский «Мойдодыр» Игровая ситуация: «Чтоб свои родные зубки мог ты дальше сохранить» Спортивная игра: "Путешествие за витаминами". Спортивно-дидактическая игра "Путешествие за витаминами здоровья": Игровое упражнение «Ровные спинки» Игровое упражнение «Найди отличие» Массаж спины «Рельсы - рельсы» Упражнения для стоп.</p>	<p>Наглядная информация: «Как стать Неболейкой» Почта родителей: (письменные консультации).</p>
-------------------------------	--	-----------------------------------	--	--

*«Здоровье свыше нам дано,
Учись, малыш, беречь его»*