

A scenic landscape featuring a dirt road that curves through a lush green field. In the background, there is a dense forest of tall trees, and further back, rolling hills and mountains are visible under a clear sky. The overall atmosphere is peaceful and natural.

проект

Где прячется здоровье

larry carlson

Актуальность

- Жизнь ставит перед нами много новых проблем. Самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения жизни и здоровья детей. Здоровье—это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психологическое и социальное благополучие.
- Дошкольник любознателен, в своих разнообразных играх повторяет поступки и действия взрослого. Детские шалости с огнем и другие непредсказуемые опасные жизненные ситуации на дороге, на улице, в общественном транспорте, с предметами домашнего быта приводят к непредсказуемым ситуациям.
- С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей, должны находиться семья и дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени.
- Поэтому в нашей группе возникла проблема поиска новых подходов по оздоровлению детей, так как в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением детей методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.
- Предполагаемый проект позволит комплексно решить образовательно- воспитательные задачи в области здоровьесбережения дошкольника.

Цели и задачи:

- Формировать потребность в здоровом образе жизни, позволяющем сознательно относиться к своему здоровью, избегать опасности;
- формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление здоровья;
- подготовить детей к встрече с различными опасными жизненными ситуациями;
- помочь ребенку осознать свою самостоятельность в поведении.

Участники проекта:

Воспитатели

Дети

Родители

Ожидаемые результаты:

- 1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровьесбережение»
- 2. Влияние образа жизни на состояние здоровья дошкольника
- 3. Снижение уровня заболеваемости
- 4. Старший дошкольник должен:
 - *иметь навыки обращения с опасными предметами в быту*
 - *различать добро и зло, бороться со страхами*
 - *соблюдать осторожность поведения в природе, на улице, на дороге, во дворе*
 - *уметь правильно оценивать обстановку в опасных жизненных ситуациях дома и на улице*
 - *знать значения номеров телефона 01, 02, 03, 112*

Формы и методы работы с детьми:

- Сотрудничество ребенка со взрослыми в развивающих занятиях
- Игровая форма занятий
- Ознакомление с художественной литературой
- выставка рисунков и поделок
- Сюжетно-ролевая игра
- Наглядная пропаганда
- Утренники, викторины
- Экскурсии, наблюдения
- Самостоятельная детская деятельность
- Игры: дидактические, словесные, настольные, соревнования
- Работа воспитателя с родителями и воспитателями
- Наглядная агитация: папки-передвижки по темам:
 - а) значение режима дня в жизни дошкольника
 - б) научим ребенка безопасному поведению на улице и дома
 - в) детские капризы и их предупреждение
 - г) закаливаем детский организм

Основные разделы проекта:

- **Ребенок и опасные предметы**—формирование у детей знаний об осторожном обращении с опасными предметами.
- **Ребенок и природа**—развитие основ экологической культуры ребенка и формирование бережного отношения к природе.
- **Ребенок дома**—формирование умения правильно обращаться с предметами домашнего быта, являющимися источником потенциальной опасности для детей.
- **Здоровье ребенка**—формирование ценностей здорового образа жизни.
- **Эмоциональное благополучие ребенка**—сохранение физического и психического здоровья детей, взаимосвязь образа жизни и здоровья человека.
- **Ребенок на улице**—проблемы безопасного поведения во дворе, на улице, в общественном транспорте.

Лечебно-оздоровительная работа

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- утренняя гимнастика
- физкультурно-оздоровительные занятия
- игровой массаж
- подвижные игры
- пальчиковая гимнастика
- дыхательная гимнастика
- улучшение осанки, плоскостопия
- спортивные игры
- релаксация

гимнастика в постели после сна

Гигиенические водные процедуры

- умывание
- мытье рук
- полоскание горла после еды кипяченой водой комнатной температуры

Свето-воздушные ванны

- проветривание помещений
- сон при открытой фрамуге
- прогулки на свежем воздухе
- воздушные ванны в облегченной одежде

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

- игры-забавы
- дни здоровья
- каникулы в саду
- праздники и развлечения

Фитотерапия

- фиточай
- фитоотвары
- витаминотерапия

Коррекция плоскостопия

- хождение босиком по мешочкам, наполненным керамзитом, песком, фасолью, горохом
- хождение босиком по ребристой дорожке и по коврикам из пуговиц
- хождение босиком по дорожке здоровья из следов

Пропаганда ЗОЖ

Ребенок и другие люди

Кто нас окружает

Уточнить знания детей об окружающих людях (родные и близкие, знакомые и незнакомые).
Объяснить разницу.

Как себя вести с незнакомыми людьми во взаимоотношениях с НИМИ

Познакомить детей с правилами поведения с незнакомыми людьми. Убедить их в том, что не всегда приятная внешность людей совпадает с добрыми намерениями (сказка «Колобок»)

Когда ты дома один

Убедить детей в необходимости избегать ситуаций, аналогичных той, в которую попали козлята из сказки «Волк и семеро козлят», способствовать осознанному выполнению правил безопасного поведения

Если тебя обидели

Объяснить детям, как важно доверять своим родным, и при необходимости рассказывая им, если тебя обидели незнакомые люди. Формировать у детей чувство уверенности и их защищенности со стороны близких

Ребенок и природа

Опасные растения

Познакомить детей с самыми распространенными опасными растениями, которые нельзя трогать руками, нюхать, пробовать на вкус. Приучать детей быть осторожными с неизвестными растениями и сообщать взрослым о нарушениях этого правила другими детьми

Маленький, да удаленький

Обратить внимание детей, как много вокруг разных жучков и паучков. Убедить их в необходимости соблюдать осторожность в общении с ними. Научить детей оказывать себе помощь при укусе пчелы или осы

Собака бывает кусачей

Учить детей правильно общаться с животными. Дать им сведения об агрессивности некоторых животных и мерах предосторожности в отношении с ними

Рядом вода

Приучать детей соблюдать элементарные правила обращения с водой (лед, кипяток). Объяснить, к каким неприятным последствиям приводит неправильное поведение на воде (летом и зимой)

Ребенок дома

Наши друзья и враги

Дать детям сведения об опасных вещах (колющих и режущих предметах, электроприборах и кранах, лекарственных веществах и химикатах). Подчеркнуть необходимость и способствовать ее осознанию для введения запретов на пользование детьми опасными вещами

Другие опасности дома

Рассказать детям об опасностях, подстерегающих их при неправильном поведении в доме (открытое окно, лестница, балкон). Убедить в необходимости быть осторожными

Пожар — это страшное бедствие

Объяснить детям причины пожара и обратить внимание на его последствия. Довести до сведения детей правила поведения при угрозе пожара

Здоровье ребенка

Изучаем свой организм

Дать детям элементарные сведения о своем организме. Убедить в необходимости заботиться и беречь свои органы (глаза, уши, руки, ноги)

Чтобы быть здоровым

Формировать у детей навыки личной гигиены (ухаживать за ногтями, волосами, зубами, кожей).
Учить видеть красоту в чистоте и опрятности

Если ты заболел

Объяснить детям, как важно следить за своим состоянием здоровья. Добиваться, чтобы дети в случае необходимости обращались к взрослым за помощью

Врачи — наши помощники

Расширять представления детей о профессии врача, учить осознанию воспринимать врачебные предписания и строго их выполнять

О роли лекарств и витаминов

Познакомить детей в доступной форме с лечебными средствами. Дать им сведения о нетрадиционных методах лечения. Довести до сознания необходимость лечения

Эмоциональное благополучие ребенка

Ребята, давайте жить дружно

Учить детей дружить. Показать им на примере литературных произведений, как нужно выбирать себе друзей. Подчеркнуть значимость дружбы в жизни

Всегда ли добрым быть приятно

Уточнить знания детей о доброте. Обратить их внимание на негативное явление в нашей жизни — попрошайничество. Убедить в необходимости осознанного проявления отзывчивости

Я не трус, но я боюсь

Обратить внимание детей на причины возникновения страхов (сказка «Пых»), их отрицательное влияние на состояние человека. Разъяснить детям, как можно бороться со страхами, чтобы быть спокойными и уверенными

И хорошее настроение не покинет больше нас

Дать детям понятие, что такое настроение. Учить детей определять свое настроение и регулировать его

Ребенок на улице

Вот эта улица, вот этот дом

Дать детям представление об улице. Познакомить их с различными видами домов (жилые дома, учреждения). Учить детей ориентироваться на своей улице, знать свой дом и при необходимости использовать свои знания

Мчатся по улице автомобили

Познакомить детей с различными видами автомобилей (легковые, грузовые), их назначением. Дать элементарные представления о том, чем опасен автомобиль для человека

Помнить обязан любой пешеход

Познакомить детей с понятием «пешеход». Объяснить правила для пешехода, которые необходимо выполнять для безопасности жизни

Проезжая часть

Познакомить детей с проезжей частью и тротуаром, их назначением. Довести до сведения детей, чем опасна проезжая часть для людей.

Проходите, путь открыт

Дать детям сведения о работе светофора. Убедить их в необходимости следовать сигналам светофора и выполнять правила пешехода

Если ты — пассажир

Рассказать детям о назначении автобусной остановки, ее расположении. Довести до их сведения правила безопасного поведения в автобусе

Где должны играть дети

В доступной форме объяснить детям, где им следует играть на улице, чтобы обезопасить свою жизнь. Добиться осознанности понимания опасности игр на проезжей части

