

Проект « Мы за здоровый образ жизни !»



Автор :
вос-ль разновозрастной
группы 3-5 лет
Ткаченко М.А

Актуальность проекта: Что такое здоровье?

Здоровье -это полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. В последнее время показатели здоровья детей ухудшаются. Образ жизни, состояние экологии, организация питания, наличие вредных привычек, наследственность – все это слагаемые здоровья человека. Самое ценное и важное в нашей жизни – это дети и их здоровье.

Задача педагогического коллектива состоит в сохранении и укреплении здоровья, пропаганде здорового образа жизни, в формировании у воспитанников ответственности за своё здоровье.

Цель проекта: формирование у ребенка осмысленного отношения к здоровому образу жизни человека .

Задачи проекта:

- формировать у детей знания о здоровом образе жизни, потребность в здоровье и сознательном ответственном отношении к нему;
- воспитывать любовь к физкультуре и спорту, соблюдение режима дня и стремление к здоровому образу жизни;
- привлекать внимание родителей к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей, сохранения и коррекции физического и психического здоровья ребенка.

Участники проекта.

```
graph TD; A[Участники проекта.] --> B[Воспитатели группы: осуществляют педагогическое просвещение детей по проблеме, организуют деятельность детей.]; A --> C[Дети: участвуют в разных видах деятельности]; A --> D[Родители: участвуют в совместной деятельности, делятся опытом друг с другом.];
```

Воспитатели

группы: осуществляют педагогическое просвещение детей по проблеме, организуют деятельность детей.

Дети: участвуют в разных видах деятельности

Родители: участвуют в совместной деятельности, делятся опытом друг с другом.

Продолжительность проекта:

долгосрочный

Образовательные области

- социально-коммуникативное
- речевое развитие
- познавательное развитие
- физическое развитие



План реализации проекта.

1 этап: Подготовительный.

- Формирование проблемы.
- Определение задач.
- Изучение методической литературы по данной теме.

2 этап: Основной.

- Организация работы над проектом.

3 этап: Заключительный.

- Анализ результатов проекта.
- Спортивно – игровое развлечение: « Мы будущие Олимпийцы»
- Оформление выставки рисунков: «Здоровье-это жизнь!»

Продукт проекта: оформление альбома: «Будь здоров!»

Содержание деятельности с детьми

ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА.

- - Утренняя профилактическая гимнастика.
 - - Дыхательная гимнастика, точечный массаж.
 - - Гимнастика пробуждения, воздушное контрастное закаливание, босо хождение по дорожке здоровья.
 - - Витаминизация (соки, фрукты, напитки).
 - - Ежедневные прогулки с двигательной активностью детей
 - - Подвижные, спортивные игры, динамические паузы.
 - - Музыкаотерапия
- Физкультурные занятия
 - Спортивные праздники и развлечения
 - сезонная профилактика гриппа и ОРЗ в период эпидемии



Работа с родителями

- Анкетирование
- Папки –передвижки
- Беседы, консультации
- Фотовыставки
- Родительские собрания, мастер-классы.
- Изготовление нестандартного оборудования
- Дни здоровья
- Педагогические советы с участием родителей
- Материалы на стенде «Советы доктора Айболита»
- Совместные спортивные мероприятия

Показатели эффективности:

- Снижение заболеваемости среди детей.
- Знания детей и осознанное понимание значимости ЗОЖ, желание заботиться о своем здоровье.
- Умение детей в выборе поведения, поступков, приносящих пользу здоровью.
- Сформирована активная жизненная позиция у большинства участников проекта направленная на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.

Промежуточный результат:

- Проведение с детьми спортивно-игрового развлечения «Мы будущие Олимпийцы! »
Спортивный праздник «Папа,мама,я – спортивная семья»
- Оформление выставки рисунков: «Здоровье- это жизнь.»

Продукт проекта:

- Оформление фотоальбома: «Будь здоров! »



Библиография:

1. С.М. Мартынова «Здоровье ребенка в ваших руках» М. «Просвещение» 1991 г.
2. М.Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка» Москва 1997г.
3. Т.Г. Карапетова «Формирование здорового образа жизни у дошкольников» Волгоград «Учитель» 2009 г.
4. И. Кулик Н. Н. Сергиенко «Школа здорового человека»: Программа для ДОУ. Творческий центр Сфера Москва 2010
5. В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»: Методическое пособие. Творческий центр Сфера Москва 2008

**Спасибо за
внимание!**