

Проект на тему
«Мы жители планеты -
здоровье»



Работу выполнила
воспитатель I кв. категории
Попова Алёна Александровна

Пермь – 2013



Тип проекта: Информационно-образовательный

Участники проекта: Воспитанники старшего дошкольного возраста.

Срок реализации проекта: краткосрочный

Цель проекта: создать условия для сознательного отношения к здоровому образу жизни, сохранять и укреплять здоровье детей.



Проблемный вопрос:

Как сохранить свое здоровье и не навредить ему?

Задачи:

- Создать условия для гармоничного развития личности каждого ребенка, путем создания здоровье сберегающего пространства;
- Формировать бережное отношение к здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
- Обогащать и расширять представление детей о пользе витаминов, овощей и фруктов для организма.



СОДЕРЖАНИЕ:

1. «Если хочешь быть здоров...» (физкультурно-оздоровительная работа, КГН, закаливание).
2. «Я такой» (занятия по развитию представлений о мире и о себе).
3. «Творческая мастерская» (изодеятельность детей).
4. «На книжной полке» (чтение детской литературы, заучивание стихотворений, потешек).
5. «Веселись, детвора!» (оздоровительные досуги, праздники, развлечения, игровая деятельность, день здоровья).
6. «Для мам и пап» (информация, фотовыставки, опросы, консультации.)



Продукт проекта: коллаж «Мы жители планеты – здоровье!»

Первый этап:

1.«Если хочешь быть здоров...»

ЗАДАЧИ: Использование различных методов оздоровления детей в соответствии с возрастом, индивидуальными особенностями детей и пожеланиями родителей.



1. Консультация для родителей «Закаливание детей в дошкольном возрасте»
2. Методы закаливания.

Второй этап: Метод трех вопросов

Что мы знаем?

- ✓ Чтобы быть здоровым нужно есть витамины.
- ✓ Молоко полезно для костей.
- ✓ Нужно мыть руки чтобы не заболеть.

Что хотим узнать?

- ✓ Где живут витамины.
- ✓ Зачем нам нужны витамины.
- ✓ Что полезней овощи или фрукты.
- ✓ Что вредит организму.

Откуда узнать?

- ✓ Спросить у родителей.
- ✓ Расскажет воспитатель.
- ✓ Прочитать в книге.
- ✓ Посмотреть телепередачу.

1. «Я такой»(развитие представлений о мире и о себе)

ЗАДАЧИ: Дать детям представление о себе: о своем теле, здоровье, безопасности и эмоциях.

2.«Творческая мастерская»

ЗАДАЧИ: Проведение оздоровительной работы с детьми и обогащение развивающей среды в группе при взаимодействии воспитателей, детей и их родителей.

1. Пополнение уголка Здоровья в группе.

2. Коллективные и индивидуальные работы детей.

3. Размещение информации для родителей о здоровье и его сохранении.



3.«На книжной полке»

(чтение детской литературы, заучивание стихотворений, потешек).

ЗАДАЧИ: Воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы. Использование русских народных потешек, приговорок, пестушек. Заучить стихотворения о здоровье.

1. Чтение детской литературы «Закаляйся» Лебедев-Кумач, «Дрема и зевота» Маршак С.Я., «Про девочку которая плохо кушала», «Прививка», «Прогулка» Михалков С., «Прогулка» Барто А., «Запрещается-разрешается» Семернин В.
2. Заучивание потешек, приговорок, пестушек.
3. Заучивание стихотворений.
4. Рассматривание иллюстраций.



4.«Веселись детвора»

ЗАДАЧИ: Воспитывать бережное отношение к своему и чужому здоровью.

Развивать двигательную активность детей.

Создавать психологический и эмоциональный комфорт в группе.

1. День здоровья

2. Игровая деятельность:

- Дидактические игры «Вредное-полезное», «Где живут витамины»
- Сюжетно-ролевые «Поликлиника», «Аптека»
- Подвижные «Делай как я», «Школа мяча», «Ловишка в кругу»

3. Конкурс рисунков «Путешествие в страну Здоровья»

4. Беседы «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Уроки безопасности», «Чистота – залог здоровья», «Друзья Мойдодыра»



Микробы есть в воздухе, воде, на земле, на нашем теле.

Слово «микроб» произошло от двух греч. слов «микрос», что означает «малый», «биос» - «жизнь». Не все микробы вредные. Многие полезные, например, с помощью молочнокислых бактерий можно приготовить кефир, ряженку. А вредные болезнетворные микробы, попадая в организм человека, размножаются, выделяя яды. От них возникают разные болезни.



-Как попадают микробы в организм?

-(при чихании, кашле не прикрывая рот; если не мыть руки перед едой, после туалета; не мыть овощи, фрукты.)

- Что нужно выполнять, чтобы уберечься от них? (ответы детей)

Вместе с детьми воспитатель делает вывод, который дети должны хорошо усвоить:

- не есть и не пить на улице;*
- всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета, есть только мытые овощи и фрукты;*
- когда чихаешь или кашляешь, закрывать рот и нос платком; есть только из чистой посуды.*

У здоровья есть враги,
С ними дружбы не води!
Среди них тихоня лень,
С ней борись ты каждый день.

Чтобы ни один микроб
Не попал случайно в рот,
Руки мыть перед едой
Нужно мылом и водой.

РЕЖИМ ДНЯ

Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.



ПИТАНИЕ

Кушать овощи и фрукты,
Рыбу, молокопродукты—
Вот полезная еда,
Витаминами полна!



Мы - жители планеты Здоровье



ЗАКАЛИВАНИЕ

На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

ИГРЫ

Ну, а если уж случилось—
Разболелся, получишь
Знай, к врачу тебе пора!
Он поможет нам всегда!



Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

СПОРТ

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться—
На зарядку становиться!



ЧИСТОТА

По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров,
Тут не нужно лишних слов.

Чистить зубы, умываться,
И почаще улыбаться,
Закаляться, и тогда
Не страшна тебе хандра.

