



МАДОУ «детский сад Солнышко»

с. Янгельское

Мини проект

«Радуга здоровья»

в рамках образовательной области

«Здоровье»

в подготовительной группе

«Любознайка»

Выполнила: Гибадатова В.З

Содержание	Пояснение
Название проекта	«Радуга здоровья»
Тип проекта	Педагогический
Вид	Познавательный, творческий, игровой, групповой, краткосрочный
Образовательная область	Здоровье
Организатор	Воспитатели
Участники проекта	Педагоги, дети, родители
Целевая группа	Воспитанники подготовительной группы
Сроки реализации	С 19.02.18 – 2.03. 18гг.

Основания для разработки проекта

Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости. Так гласит народная мудрость. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляется отклонения в состоянии здоровья.

Как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье и счастливую жизнь?

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью, формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранение и укреплении своего здоровья. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи. Важно и необходимо обратиться к системе физического воспитания дошкольников, чтобы выявить основные задачи и методы воспитания здорового ребенка и то место, ту роль, которая отводилась самому дошкольнику в деле собственного оздоровления.

Постановка проблемы: Незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей.

Обоснование проблемы:

- неосведомленность родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми.
- недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста.
- нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми.
- невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье.

Левиз проекта:

Цели проекта

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, к своему здоровью.
- воспитать физически развитого жизнерадостного ребенка путем формирования у него осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей
- создание здоровьесберегающей среды
- подготовка ребенка к саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни
- устанавливать тесную взаимосвязь родителей и воспитателей в воспитании здорового образа жизни

Задачи

- развивать физические качества
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенстве
- систематизация мероприятий по организации двигательной активности детей
- формирование интегрированных связей между двигательной, интеллектуальной, коммуникативной способностями
- воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, развитие интереса к физической культуре и спорту
- повысить стремление родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни
- обучение детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.
- обогащать представления детей о том, что такое здоровье и как его сберечь, витаминах, их роли в жизни человека
- расширять представления детей о том, что полезно для организма; что такое микробы и вирусы; как предупреждать болезни; некоторые правила оказания себе первой помощи
- заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье
- воспитывать осознанное отношение их своему здоровью
- развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.
- пропаганда активного, здорового семейного отдыха
- создание условий для тесного продуктивного

Прогнозируемый результат:

Качественная реализация проекта позволит сформировать у детей следующие представления:

- что такое здоровье и как его сберечь;
- что такое витамины, режим, гигиена и закаливание;
- о своих органах, их работе и значении;
- о самых значимых витаминах, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;
- о том, что есть полезные и не полезные продукты, какие они;
- что такое микробы и вирусы;
- какие бывают болезни, что их вызывает;
- как предупреждать болезни;
- некоторые правила оказания себе первой помощи
- что такое аптека, для чего она нужна.
- Формирование активности и заинтересованности в образовательном процессе детей у родителей.
- Развитие у детей активной, самостоятельной, творческой личности.

Тематический план работы с детьми

Разделы работы	Основное содержание
Образовательная деятельность	<p>Художественное творчество:</p> <p><u>Рисование:</u> Мы делаем зарядку», «Чистая окружающая среда»</p> <p><u>Аппликация:</u> «Овощи и фрукты - полезные для организма продукты»</p> <p>Познание: «Сохрани свое здоровье сам», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»</p> <p><u>Конструирование:</u> «Машина скорой помощи».</p>

Совместная деятельность «Беседы»

«В бой с простудой»

«Если бы ты был врачом?»

«Если случилась беда» (воспитывать отзывчивость, стремление прийти на помощь другому)

«Как и чем мы дышим»

«Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»

«Человек и его здоровье» (Уточнить представления детей о строении человеческого тела и назначении отдельных частей тела)

“Что такое здоровье?” (Систематизировать знания детей о составляющих понятия “здоровье”.

Воспитывать чувство ответственности за своё здоровье)

“Режим дня” (Воспитывать необходимость соблюдения режима дня)

“Гигиена - залог здоровья!” (Воспитывать навыки гигиены)

“Как устроено тело человека» (Познакомить детей со значением скелета и внутренних органов для жизнедеятельности человека)

“Одежда и здоровье” (Познакомить с понятием температуры тела человека и опасностями переохлаждения и перегрева. Воспитывать осознанное отношение к подбору одежды по погод)

“Здоровье - главная ценность человеческой жизни”

(Познакомить с формами организации физической активности и их значение для здоровья человека)

“Твоё питание - твоё здоровье” (Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться. Воспитывать ответственность за своё здоровье)

“Карта полезных продуктов” (Систематизировать полученные знания о полезных продуктах)

“Живительные силы” (Рассказать детям о значимости и важности воды для организма)

“Вита - значит, жизнь” (Дать понятие об основных витаминах (“А”, “В”, “С”, “Д”, “Е”)

“Что необходимо для роста и зрения?”

“Наши зелёные друзья”

(Познакомить детей с некоторыми лекарственными растениями, используемых для лечения заболеваний (лимон, мята, петрушка, календула, укроп)

«Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»

Игровая
деятельность

игры:

«Здоровое питание спортсменов»

«Как избежать неприятностей»

«Что купить в магазине?»

«Съедобное – несъедобное»

"В стране, где живут витамины»

«Полезная пища»

«Мяч и я - друзья»

«Меню для сказочных героев

«Правила чистюли»

«Вежливый магазин»

«Загадки повара Поварешкина»

«Фрукты и ягоды»

Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Телефонный разговор» (вызов «Скорой помощи»)

«Кукла заболела» (воспитывать у детей умение сопереживать, сочувствовать, внимательно относиться к больному)

«Магазин» (покупаем продукты, полезные для здоровья)

Моделирование ситуации обыгрывание ситуации "Винни-Пух в гостях у Кролика"

Наблюдение

Экскурсия на кухню детского сада (Закреплять представление детей о значимости сбалансированного питания)

Музыка

Танец с флажками

Чтение
художественной
литературы

Чтение: Е.Пермяк «Про нос и язык», В.Ивенин «Слово врача», Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», Р. Сев «Я сам», И. Семёнова «Я – человек, ты – человек», С. Маршак «Четыре глаза», «О девочках и мальчиках», Е. Пермяк «Как Маша стала большой», «Для чего нужны руки». Чтение произведения: Г.Остер «Вредные привычки»

Рассматривание: альбома «Спорт – это жизнь»
Рассматривание таблицы человека и его внутренних органов и строение пищеварительной системы, плакаты о строении человека
Рассматривание картинок с изображением органов чувств, и предметами по уходу за ними
Заучивание пословиц, поговорок о здоровье
Загадки и стихи о спорте и здоровом образе жизни
Сочинение сказок, загадок, стихов о воде

Физическая
культура

Подвижные игры: «Солнышко и дождик», «Охотники и зайцы», «Покажите мне...» (Дети показывают те части тела, которые называет ведущий)
«Кошки мышки» Игры – эстафеты с мячом

Работа с родителями:

- 1. Папка – передвижка «О здоровье всерьез», «Здоровый образ жизни семьи».
- 2. Консультация: «Закаливание организма дошкольника».
- 3. Рекомендации просмотра мультфильма «Мойдодыр».
- 4. Стендовая информация: папка – передвижка «Правильное питание дошкольников».
- 5. Участие в конкурсе детских рисунков «Я учусь быть здоровым».
- 6. Консультация: «Игры на прогулке».
- 7. Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
- 8. Здоровье детей весной
- 9. Индивидуальные беседы по теме «Как я забочусь о здоровье своего ребенка».

Анализируя проделанную работу можно сделать

ВЫВОДЫ:

- *Дети* знают и называют:
- • что такое здоровье и как его беречь;
- • что такое витамины, их роли в жизни человека;
- • что такое микробы и вирусы; как предупреждать болезни; некоторые правила оказания себе первой помощи;
- • пословицы о спорте и здоровье.
- *Дети* стали более активны, физически развиты. *Родители* получили информацию по укреплению здорового образа жизни в семье. Появился интерес к образовательному процессу, желание общаться с педагогами, участвовать в жизни группы.
- Тема проекта выбрана с учетом возрастных особенностей детей и объема информации, которая может быть ими воспринята, что положительно повлияло на различные виды их деятельности (игровую, познавательную, художественно – речевую, музыкально – игровую).

Художественное слово:

● **Загадки про спорт и здоровый образ жизни:**

- Любого ударишь – он злится и плачет. А этого стукнешь – От радости скачет! То выше, то ниже, то низом, то вскачь. Кто он, догадался? резиновый... (Мяч)
- Силачом я стать решил, к силачу я поспешил: - Расскажите вот о чем, Как вы стали силачом? Улыбнулся он в ответ: - Очень просто. Много лет, ежедневно, встав с постели, поднимаю я... (Гантели)
- Есть лужайка в нашей школе, а на ней козлы и кони. Кувыркаемся мы тут ровно сорок пять минут. В школе – кони и лужайка! Что за чудо, угадай-ка! (Спортзал)
- Зеленый луг, сто скамеек вокруг, от ворот до ворот бойко бегают народ. На воротах этих рыбацкие сети. (Стадион)
- Деревянные кони по снегу скачут, а в снег не проваливаются. (Лыжи)
- На белом просторе две ровные строчки, а рядом бегут запятые да точки. (Лыжня)
- Кто по снегу быстро мчится, провалиться не боится? (Лыжник)
- Он на вид - одна доска, но зато названьем горд, Он зовется... (Сноуборд)
- Есть ребята у меня два серебряных коня. Езжу сразу на обоих что за кони у меня? (Коньки)
- Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки. А несут меня не кони, а блестящие. (Коньки)
- Палка в виде запятой гонит шайбу пред собой. (Клюшка)
- Во дворе с утра игра, разыгралась детвора. Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" - Там идет игра -... (Хоккей)
- Этот конь не ест овса, вместо ног – два колеса. Сядь верхом и мчись на нем, только лучше правь рулем. (Велосипед)
- Эстафета нелегка. Жду команду для рывка. (Старт)
- На квадратиках доски короли свели полки. Нет для боя у полков ни патронов, ни штыков. (Шахматы) .

Стихи про спорт и здоровый образ жизни:

● Зарядка

● Агния Барто

● 1) По порядку стройся в ряд! На зарядку все подряд! Левая! Правая! Бегая, Плавая,

● Мы растем смелыми, на солнце загорелыми.

● Ноги наши быстрые,

● Метки наши выстрелы, крепки наши мускулы и глаза не тусклые.

● По порядку стройся в ряд! На зарядку все подряд! Левая! Правая! Бегая, Плавая,

● Мы растем смелыми, на солнце загорелыми.

● Чтоб здоровым быть сполна физкультура всем нужна.

● 2) Для начала по порядку –

● Утром сделаем зарядку! И без всякого сомненья

● Есть хорошее решение

● - Бег полезен и игра

● Занимайся детвора!

● Чтоб успешно развиваться

● Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

Вот, поэтому ребятки

Будем делать мы зарядку.

Будем вместе мы играть

Бегать, прыгать и скакать

Чтобы было веселее

Мяч возьмем мы поскорее.

Станем прямо, ноги шире

Мяч поднимем – три-четыре,

Поднимаясь на носки.

Все движения легки.

В руки мы возьмём скакалку

Обруч, кубик или палку.

Все движения разучим

Станем крепче мы и лучше.

Чтобы прыгать научиться

Нам скакалка пригодится

Будем прыгать высоко

Как кузнечики – легко.

Обруч, кубики помогут

Гибкость нам развить немного

Будем чаще наклоняться

Приседать и нагибаться. Вот отличная картинка

Мы как гибкая пружинка

Пусть не сразу все дается

Поработать нам придется!

Чтоб проворным стать атлетом

Проведем мы эстафету.

Пословицы и поговорки про спорт и здоровый образ жизни:

- Закаляй свое тело с пользой для дела.
- Холода не бойся, сам по пояс мойся.
- Кто спортом занимается, тот силы набирается.
- Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.
- Кто любит спорт, тот здоров и бодр.
- И смекалка нужна, и закалка важна.
- В здоровом теле здоровый дух.
- Паруса да снасти у спортсмена во власти.
- Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.
- Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.
- Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.
- Крепок телом - богат и делом.
- Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.
- Пешком ходить — долго жить. Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.