

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка – детский сад №15 «Семицветик»

Проект «Волшебная книга здоровья»



Автор проекта:

воспитатель высшей

квалификационной категории

Хасанова Елена Рашитовна

г. Озерск

Проект «Волшебная книга здоровья»

Тип проекта: коллективный, практико-ориентированный.

Продолжительность проекта: долгосрочный, реализуется в течение учебного года.

Сроки реализации проекта: сентябрь – май.

Участники проекта: дети средней группы, воспитатели, родители.

Актуальность проекта.

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания дошкольника могут быть реализованы лишь при тесном взаимодействии двух сторон - детского сада и семьи. Совместная деятельность педагогов ДООУ и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей - будущее страны.

Общепризнано, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Несмотря на то, что многие родители признают важность физического воспитания, констатируется явно недостаточная активность родителей в данном элементе семейного воспитания. Между тем семейное физическое воспитание способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата.

С целью выявления представлений родителей о здоровом образе жизни в семье проводился анкетный опрос. Анализ полученных данных показал, что ведут здоровый образ жизни- 75 %;

Не ЗОЖ-25%.

Зависит ЗОЖ от:

- правильное питание -83%;
- занятие спортом-75%;
- режим дня-16, 6%;
- общение с природой- 8, 3%;
- выход в театр, музеи- 8, 3 %;

Закаливание проводят -41 из 100%;

Активные семейные отдыхи (турпоходы, прогулки ит. д.) 75 %из 100%.

Причины заболевания ребенка:

- неудовлетворительное медицинское обслуживание- 16, 6%;
- плохое материальное положение в семье- 0%;
- неблагоприятные экологические условия -75 %;
- недостаток знаний в вопросах сохранения здоровья -8, 3%;
- другие причины- 8, 3%.

Анкетирование показало, что знания родителей дошкольников о мерах по сохранению и укреплению здоровья не достаточны.

Поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ и семье, совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика.

Цель проекта: развитие у детей среднего дошкольного возраста представлений о здоровом образе жизни.

Задачи проекта:

- ❖ Обогащать общие представления о здоровье как ценности, расширить представления детей о состоянии собственного тела.
- ❖ Помочь детям в развитии привычек здорового образа жизни (ЗОЖ, воспитывать потребность в ЗОЖ).
- ❖ Создать условия в группе для активной самостоятельной деятельности детей по развитию представлений о ЗОЖ.
- ❖ Привлечь родителей к взаимодействию с детским садом по развитию у дошкольников представлений о ЗОЖ.

Прогнозируемые результаты (ценность) реализации проекта:

- ❖ Осознание детьми понятия «здоровый образ жизни» как нормы повседневного бытия и его влияния на состояние здоровья.

- ❖ Приобретение определенного объема знаний об организации рационального, здорового питания.
- ❖ Обогащение опыта детей по правилам безопасного поведения дома, на улице, в детском саду.
- ❖ Появление у детей осмысленного и преобразовательного отношения к собственному физическому и духовному здоровью как единому целому; расширение на этой основе адаптивных возможностей детского организма.
- ❖ Повышение заинтересованности родителей в жизни группы и в развитии у детей представлений и навыков ЗОЖ.

Интеграция образовательных областей:

- ❖ «Познавательное развитие»: расширять представления о здоровом образе жизни;
- ❖ «Речевое развитие»: развивать связную, грамматически правильную речь;
- ❖ «Художественно – эстетическое развитие»: развивать эстетические чувства детей, воображение, развивать художественно – творческие способности;
- ❖ «Физическое развитие»: развивать двигательную деятельность детей.

Продукт проектной деятельности:

«Волшебная книга здоровья» (иллюстрированная книга-альбом)

Формы работы с родителями:

— стендовая информация («Как с пользой провести выходной день с ребенком», «Вредные привычки у взрослых и их влияние на ЗОЖ детей» и др.);

— анкетирование («Анкета здоровья»);

— участие родителей в создании «Волшебной книги здоровья»;

Обогащение (или создание) предметно-развивающей среды проекта:

— пополнение уголка детского экспериментирования бросовым и природным материалами;

— оснащение спортивного уголка новыми снарядами: обручи, мячики-ежики;

— приобретение схем-таблиц «Внутреннее строение человека», «Безопасное поведение в транспорте, на улице, дома», соответствующих возрасту и особенностям детей.

Планирование работы с детьми средней группы в рамках проекта

Сентябрь

Непосредственно образовательная деятельность по ознакомлению с окружающим миром «Я человек»

Основное содержание: Человек как часть природы. Элементарное строение человека. Необходимые для жизни условия.

Беседа «Овощи и фрукты – полезные продукты»

Основное содержание: Закрепить представления детей о пользе для здоровья человека овощей и фруктов, познакомить с приготовлением салата.

Беседа «Я и другие люди»

Основное содержание: Внешние различия людей по возрасту, полу, росту, цвету волос и т.д. Моя семья.

Беседа «Здоровье и болезнь»

Основное содержание: Микробы как причина некоторых заболеваний. Грязь-среда обитания микробов. Значение санитарно-гигиенических процедур для здоровья человека.

Октябрь

НОД по ознакомлению с окружающим миром «Что я знаю о себе? Мой организм»

Основное содержание: Органы чувств и их значение. Необходимость заботы о своем организме.

Беседа «Внутренние органы человека»

Основное содержание: легкие, сердце, желудок- их можно почувствовать. Назначение их, забота о них.

НОД «Общение с другими людьми»

Основное содержание: Необходимость общения человека с другими людьми. Умение договариваться, радоваться. Эмоции.

Опыты: «Воздух вокруг нас» Беседа «Воздух»

Основное содержание: Значение воздуха для жизни человека. Свойство воздуха. Наблюдение за осадками на листьях.

Ноябрь

Беседа: «Физкультура и здоровье»

Основное содержание: Двигательные качества человека. Значение физических упражнений для здоровья.

Беседа «Здоровые зубы»

Основное содержание: Роль зубов в переработке пищи. Значение здоровья зубов для здоровья всего организма. Уход за зубами и полостью рта.

НОД по ручному труду «Стаканчик для зубной щетки»

Воспитательно-образовательная задача: закреплять представления о важности для здоровья ухода за зубами.

Выставка плаката «Мой любимый выходной» Воспитатели, родители

Декабрь

Беседа «Прогулка для здоровья»

Основное содержание: значение прогулки для здоровья. Выбор места для прогулки для здоровья, Польза физической подвижности. Тепловой режим.

Кукольное представление «Где Тимоша здоровье искал»

Январь

Беседа «Ребенок дома»

Основное содержание: предметы домашнего быта- источники потенциальной опасности для детей. Правила безопасного поведения для здоровья дома.

Беседа «Встречи на прогулке»

Основное содержание: поведение при контактах с незнакомыми людьми. Встреча с незнакомыми животными.

Февраль

Открытый день здоровья

«Телевизор, компьютер и здоровье»

Основное содержание: формировать представления о вредном воздействии на здоровье компьютера, телевизора, познакомить со способами заботы о здоровье при их использовании.

Беседа «На игровой площадке»

Основное содержание: правила безопасного поведения на игровой площадке. Поведение при контакте на площадке с незнакомыми детьми.

Выставка детских рисунков «Если хочешь быть здоров». Воспитатели, родители

Март

НОД по ознакомлению с окружающим миром «Здоровый образ жизни в большом городе»

Основное содержание: особенности образа жизни в большом городе. Необходимость заботы о здоровье, Физическая подвижность. Организация досуга.

Беседа «Закаливание»

Основное содержание: здоровье и болезнь. Роль закаливающих мероприятий в профилактике простудных заболеваний.

Беседа «Весенняя прогулка»

Основное содержание: безопасное для здоровья поведение во время прогулки весной. Тепловой режим, Забота о собственном здоровье.

Кукольное представление «Как природа помогает здоровым нам быть».

Апрель

Игра «Больница»

Основное содержание: формировать представления детей о важности укрепления здоровья с помощью физических упражнений, точечного массажа, гимнастики для глаз и полезных продуктов.

Беседа «Питание и здоровье»

Основное содержание: полезные для здоровья продукт. Соблюдение санитарно-гигиенических правил при употреблении пищи.

Макет пруда

Воспитательно-образовательная задача: формировать представление о пользе для здоровья прогулок вдали от автомобильных дорог.

Досуг «Кто в лесу живет»

Воспитательно-образовательная задача: продолжить формировать и закреплять представления о правилах безопасного поведения в лесу при встрече с незнакомыми животными, о бережном отношении к природе.

Май

Беседа «Растения в городе»

Основное содержание: защитные функции растений.

Презентация детского альбома «Здоровый образ жизни».