

Проект с детьми подготовительной к школе группы «Мы здоровье бережём!»

Актуальность проекта:

«Здоровый дух в здоровом теле - вот краткое, но полное описание счастливого состояния в этом мире».

Джон Локк

Тема здоровья детей на современном этапе считается очень актуальной. Здоровье детей, его охрана является приоритетным направлением не только образовательных и медицинских учреждений, но и всего общества в целом, поскольку лишь здоровые дети в состоянии заниматься разными видами деятельности, обучаться, развиваться. Только полноценное здоровье способствует становлению гармонически всесторонне развитой личности.

Однако научными медицинскими исследованиями отмечено, что уже при рождении большинство детей имеют отклонения в здоровье, абсолютно здоровых детей практически нет.

Поэтому встаёт необходимость самых неотложных мер по здоровьесбережению, оздоровливанию детей, по профилактике и коррекции различных отклонений в их здоровье. В связи с этим востребованными на сегодня являются специальные педагогические методики, программы, направленные на сохранение и укрепление здоровья, которые называются здоровьесберегающими образовательными технологиями - ЗОТ. В данном проекте мы широко использовали их для решения поставленных задач.

	Этапы проекта	Содержание Формы и методы работы
I.	Подготовительный этап	
	Название проекта	«Мы здоровье бережём!»
	Участники проекта	Дети подготовительной группы, старший воспитатель, инструктор ФИЗО, воспитатели, родители воспитанников

Вид, тип проекта	Практико - ориентированный
Длительность проекта	Долгосрочный – декабрь 2019 г. – февраль 2020г.
Проблема (мотивация)	Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Практически все дети имеют отклонения в своём развитии, слабое здоровье. Поэтому в дошкольном возрасте должно уделяться как можно больше внимания передаче детям необходимых знаний, умений и навыков сохранения и укрепления своего здоровья.
Цель проекта	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, безопасном поведении, воспитание культурно- гигиенических навыков.
Интеграция образовательных областей	«Физическое развитие» - двигательная деятельность «Познавательное развитие» - познавательно-исследовательская деятельность; «Социально – коммуникативное развитие» - игровая деятельность; «Речевое развитие» - коммуникативная деятельность; «Художественно-эстетическое развитие» - продуктивная деятельность.
Задачи	Сохранять, поддерживать и обогащать здоровье детей. Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку. Развивать коммуникативные навыки детей. Закреплять знания о полезных и вредных продуктах питания. Расширять знания о влиянии режима дня, закаливания на здоровье человека.

	Сплотить детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта. (консультации, информационные буклеты, создание фотогазет, папок - передвижек о положительном опыте физического воспитания в семье, участие в совместных спортивных вечерах досуга)
II. Основной этап <i>(разработка проекта (планирование))</i>	
Анализ проблемы (что мы знаем? что мы хотим узнать?)	<p>Что мы знаем?</p> <p>Болезнь – это плохо, скучно. (Даня)</p> <p>Когда я болею, мне очень грустно, я скучаю по друзьям. (Даша)</p> <p>Я не люблю таблетки, не люблю болеть. (Кирилл)</p> <p>У нас все в семье болеют всегда. (Глеб)</p> <p>Моя мама очень не любит, когда мы с сестрой болеем, сердится. (Арина)</p> <p>Что мы хотим узнать?</p> <p>Что надо делать, чтобы быть здоровым. (Миша)</p> <p>Какая еда полезная для здоровья, а какая вредная? (Кирилл)</p> <p>Почему одни люди мало и легко болеют, а другие болеют много и сильно? (Лёша)</p> <p>Кого называют здоровяками? (Даша)</p> <p>Почему добрые и весёлые люди болеют меньше? (Даня)</p> <p>Почему говорят – чистота залог здоровья? (Арина)</p> <p>Как помочь моей маме быть здоровой и весёлой? (Миша)</p>
Обсуждение альтернатив. (что нам поможет узнать?)	<p>Чтение книг и энциклопедий. (Миша)</p> <p>Просмотр детских телепередач о здоровье. (Даня)</p> <p>Рассматривание иллюстраций, картин о различных видах спорта. (Даша)</p> <p>Прослушивание весёлых песен о спорте и зарядке. (Денис)</p>

Найдем в интернете со взрослыми много интересного для сохранения здоровья. (Лёша)

Сходим в детскую библиотеку и найдём там много книг о здоровье. (Глеб)

Будем участвовать в спортивных праздниках. (Даша и Кирилл)

Спросим у взрослых, что же надо делать, чтобы быть здоровым и сильными. (Денис, Даня, Глеб)

Перспективный план мероприятий:

Социально-коммуникативное развитие

1. Чтение художественной литературы о здоровье - К. И. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе»; Е. Благинина «Девочка чумазая»; С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», «Как у нашей Любы».
2. Беседы на тему «Мы здоровье бережём!», «Вкусная и полезная еда», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!», «Различные виды спорта», «Мы играем – здоровье улучшаем!», «Что такое режим»
3. Игровая деятельность: сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Аптека», «Скорая помощь», «Магазин продуктов», «Физкультурное занятие», «Парикмахерская»; игровые, проблемные ситуации, созданные воспитателем.
4. Создание книжек малышек «Вкусная здоровая пища», «Мы любим спорт», «Любимые виды спорта», «Витаминная еда и полезна, и вкусна»
5. Создание дидактических игр «Режим дня», «Полезное и не полезное», «Массаж и самомассаж», «Волшебные лабиринты», «Яблоко здоровья», «Правила безопасного поведения», «Школа мяча», «Учимся вкусно готовить», «Какой суп?», «Красиво сервируем столы», «Цветик – семицветик».
6. Игры – этюды на развитие эмоционального благополучия - «Детский сад», «Зеркало», «Художники», «Шалтай – болтай», «Доброе сердце», «Дракончик» и д.р.
7. Утренний сбор «Я хочу здоровым быть» (см. приложение)
8. Организация правильного питания (конспект режимного момента «Обед» см. в приложении)

Познавательное развитие

9. Просмотр видео презентаций из серии «Лечебные игры», «Уроки Айболита», «Школа мяча»

Рассматривание альбомов: «Различные виды спорта», «Мы со спортом дружим», «Весёлый мяч», «Витаминная еда и полезна, и вкусна!»

10. Беседы: «Где чистота, там и здоровье», «Даёт силы нам всегда витаминная еда»; «Олимпийские виды спорта».

11. Отгадывание загадок о здоровье - «Помощники Мойдодыра», «Спортивный инвентарь».

12. Заседание клуба «Здоровейка» на тему «Путешествие в страну здоровья» (см. приложение)

13. Чтение детской энциклопедии «Организм человека», знакомство с электронными плакатами «Наше тело», «Правила безопасного поведения»; худ. литературы - «Про Мимозу»; Е. Кан «Наша зарядка»; В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо»; Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»; В. Лебедев-Кумач «Закаляйся!».

14. Проведение мероприятий недели здоровья (см. приложение).

15. Настольно-печатные игры: «Четвёртый лишний», «Готовим обед», «Полезные и вредные продукты», «Угадай вид спорта», «Чудесный мешочек»; «Аскорбинка и ее друзья».

16. Дидактические игры: «Различные виды спорта», «Спортивный инвентарь – что для чего», «Что лишнее», «Собери картинку», «Яблоко здоровья», «Волшебные лабиринты» (см. приложение)

17. НОД познавательного цикла на тему «Чистота – залог здоровья», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Наши Олимпийские чемпионы».

18. Рассматривание проблемных ситуаций - Почему важно соблюдать режим дня? Кого называют успевайками? Почему надо правильно мыть руки с мылом? Когда надо мыть руки с мылом? и т.д.

19. Обучение приёмам самомассажа с использованием нестандартного оборудования.

20. Экспериментальная деятельность: послушать, как бьется сердце; рассмотреть под микроскопом кожу руки, знакомство с различными сортами мыла, зубной пасты, по запаху, свойствам выбрать лучшие.

Речевое развитие	<p>21. Составление описательных рассказов о различных видах спорта, о здоровье, о полезной пище.</p> <p>22. Придумывание детьми сказки «Если был бы я волшебником...»</p> <p>23. Разгадывание ребусов, кроссвордов о здоровье.</p> <p>24. Составление правил здоровья.</p> <p>25. Разучивание пословиц и поговорок о здоровье, поговорок о питании; потешек - «Водичка, водичка», «Расти, коса, до пояса» и д.р.</p> <p>26. Отгадывание загадок о различных видах спорта, спортивном оборудовании. Придумывание загадок детьми о ЗОЖ.</p> <p>27. Чтение стихов, рассказов, сказок о здоровье - «Мимоза» Носова, отрывки из книги Т. Пименова «Приятного аппетита!» - тема «Чем питается человек?», «Мойдодыр» Чуковского.</p> <p>28. Заучивание стихотворений, скороговорок, чисто говорок с движениями о здоровье. (см. приложение)</p>
Художественно эстетическое развитие	<p>29. Аппликация- коллективные творческие работы - «Страна здоровья», «Мы любим спорт».</p> <p>30. Конструирование. Строительство из различных видов конструкторов спортивных площадок, пляжа, бассейна. Тема ЗДОРОВЬЕ.</p> <p>31. Рисование на тему «Зубы любят твёрдую пищу», «Витаминная еда и полезна, и вкусна!»</p> <p>32. Лепка. Творческая работа из пластилина «Дети на спортивной площадке»,</p> <p>33. Ручной труд. Творческая работа «Мы выбираем спорт!» (из солёного теста).</p>
Физическое развитие	<p>34. НОД по физическому развитию детей, утренние, вечерние гимнастики, физкультминутки</p> <p>35. Дни здоровья «В жизни нам необходимо очень много витаминов» (декабрь), «Богатырские забавы» (февраль). (см. приложение)</p>

		<p>36. Спортивно - развлекательные вечера клуба «Здоровейка» Тема: «Мы здоровье сбережём», «Мой весёлый звонкий мяч», «Мы выбираем спорт», «Путешествие в страну Здоровейка» (см. приложение).</p> <p>37. Знакомство с новыми нестандартными пособиями для самомассажа – ладошками и следочками, варежками.</p> <p>38. Комплексы специальных упражнений, игр для профилактики нарушений осанки. (см картотеку), для профилактики плоскостопия в самостоятельной деятельности детей.</p> <p>39. Подвижные игры, спортивные развлечения на прогулках, спортивных площадках детского сада, города (см картотеку подвижных игр).</p> <p>40. Клуб выходного дня - совместные экскурсии в городской парк, подвижные игры, катание на лыжах, санках, наблюдение за спортсменами.</p>
	<p>Взаимодействие с семьей</p>	<p>41. Участвовать в создании нестандартного оборудования – следочков, ладошек, варежек для детского массажа, самомассажа.</p> <p>42. Участвовать в создании детских книжек - малышек о здоровье.</p> <p>43. Участие в совместном вечере досуга «Наши лечебные игры».</p> <p>44. Знакомство с материалами консультаций «Здоровье сберегающие технологии в работе с детьми с ОВЗ», «Что такое Суджокотерапия?», «В гостях у Песочной феи», «Подвижные, лечебные игры в нашем клубе Здоровейка» и др. (см. приложение)</p> <p>45. Презентация фотогазет о работе клуба «Здоровейка».</p> <p>46. Обмен опытом по физическому воспитанию семей через фотогазеты «Будущая олимпийская чемпионка - Арина!», «Спорт в семье Саши К.».</p> <p>47. Оформление папки – передвижки «Я выбираю спорт!» (из опыта семейного воспитания Саши К.)</p> <p>48. Участие в городских соревнованиях «Лыжня России».</p>
<p>Выполнение</p>		

	<p>проекта</p> <p>1. Старший воспитатель, инструктор ФИЗО и дети.</p> <p>2. Старший воспитатель, воспитатели, дети.</p> <p>3. Инструктор ФИЗО, родители, дети.</p> <p>4. Дети, родители.</p> <p>5. Инструктор ФИЗО, дети, общественными организациями.</p>	<p>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,39,40.</p> <p>6, 21,22,23,24,25,26,27,28, 34, 35, 36,40.</p> <p>2,3,6,10,11,12, 38,39,40,41,42,43,44, 45, 46, 47, 48</p> <p>2,4,10,13, 40,41,42,43,44,45,46,47,48.</p> <p>39,40,48</p>
III	Заключительный этап	
	Презентация	<p>Выставка дидактических игр, пособий, нестандартного оборудования, книжек –малышек, результатов продуктивных видов деятельности по здоровье сбережению детей.</p> <p>Выставка фото газет клуба «Здоровейка».</p>

<p>Результат (продукт) проектной деятельности</p>	<p>Видео презентация «Здоровье сберегающие технологии в работе с детьми с ОВЗ» Спортивно- оздоровительное мероприятие совместно с родителями «Наши любимые игры в клубе Здоровейка»</p>
<p>Мероприятие, на котором будет презентоваться продукт проектной деятельности</p>	<p>Спортивный вечер досуга с использованием здоровье сберегающих технологий «Путешествие в страну Здоровья»</p>
<p>Результаты (выводы)</p>	<p>Дети Наблюдается снижение заболеваемости у детей. Имеют представление, откуда берутся болезни, о роли витаминов в жизни человек. Умеют поддерживать беседу по вопросам сохранения здоровья, умеют высказывать свою точку зрения владеют знаниями, как устроен человек, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья. С интересом участвуют в подвижных, лечебных. дидактических играх на заседаниях клуба «Здоровейка» и в свободной деятельности; Выражают положительные эмоции (интерес, удивление, восхищение) при прочтении литературного произведения, прослушивании музыкального произведения.</p> <p>Педагоги</p>

	<p>Заинтересованы внедрением современных оздоровительных технологий, методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников в свою образовательную деятельность;</p> <p>Личностный и профессиональный рост;</p> <p>Установление социально-коммуникативных контактов между педагогами, детьми и родителями.</p> <p>Родители</p> <p>Ориентированы на повышение педагогической культуры в вопросах здорового образа жизни.</p>
Список литературы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анохина И.А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: методические рекомендации. - Ульяновск: УИПКПРО, 2007. -80с. 2. Аверина И.Е. Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ. -М: Айрис-Пресс, 2006. -136с. 3. Анохина И.А. Модель формирования у дошкольников культуры здоровья в ДОУ: методические рекомендации. - Ульяновск: УИПКПРО, 2008. -44с. 4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2008. - 160с. 5. Сековец Л.С. Программа комплексной физической реабилитации детей с нарушением опорно- двигательного аппарата из-во «Школьная Пресса», 2008г 6. Е. И. Гуменюк Недели здоровья в детском саду «Детство-Пресс», 2013г. 7. Е. И. Гуменюк Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в детском саду Первые уроки здоровья «Детство-Пресс», 2013г.
Информационное обеспечение проекта	Интернет ресурсы
Методическое обеспечение проекта	<p>Приложения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Игровой тренинг для детей с использованием здоровьесберегающих технологий 2. Перспективный план мероприятий недели здоровья в подготовительной группе

3. Спортивный вечер досуга на тему «Путешествие в страну здоровья»
4. Спортивный вечер досуга «Мы здоровье сбережём»
5. Утренний сбор «Я хочу здоровым быть»
6. Вечер досуга «Мой весёлый звонкий мяч»
7. Конспект режимного момента «Обед»
8. Каталог дидактических игр
9. Информационный материал в родительский уголок на тему «Здоровье сберегающие технологии в работе с детьми с ОВЗ», «Что такое Суджокотерапия?», «В гостях у Песочной феи», «Подвижные лечебные игры в нашем клубе Здоровейка»
10. Художественное слово (стихи, загадки о спорте.)