Муниципальное дошкольное образовательное учреждение д/с № 47

МО г. Новороссийска

Проект по формированию ЗОЖ

по теме

«Здоровый ребенок»

Выполнили
воспитатели средней группы:

Думоян А.В. Рубанова В.Ф.

Проект «Здоровый ребенок»

Сроки реализации: краткосрочный проект с 14.01.19г. по 18.01.19г.
Участники проекта: педагоги, дети, родители.

Тип проекта: познавательно-игровой.
Вид проекта: информационно-творческий.

Девиз проекта: «Здоровый образ жизни - это то. что обеспечивает здоровье и доставляет радость»
Цель проекта: формирование культуры здоровья у детей 4-5 лет; сохранение и укрепление здоровья детей; приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Актуальность проекта
Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Задачи проекта:
Образовательные:
1. Дать представление о здоровом образе жизни.
2. Продолжать знакомить с правилами личной гигиены.
3. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.
Развивающие:
1. Развивать культурно-гигиенические навыки у детей.
2. Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур.
3. Развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.
Воспитательные:
1. Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни.
2. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.
3. Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным.
4. Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Предполагаемые результаты:

Для детей:

1. Повышение эмоционального психологического, физического благополучия;

2.Сформированность гигиенической культуры;

3.Улучшение соматических показателей здоровья;

4.Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для родителей:

1.Сохранение и укрепление здоровья детей;

2.Педагогическая, психологическая помощь;

3.Повышение уровня комфортности.

Для педагогов:

1.Повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов;

2.Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников;

3.Личностный и профессинальный рост;

4.Самореализация.

Формы работы с детьми:

- НОД познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий, картонажный театр, театр кукол, просмотр презентаций по теме;
- НОД продуктивной деятельности: конструирование, аппликация, лепка, рисование;
- Игровая деятельность: подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемных ситуаций.

Этапы реализации:

1 этап - организационный.

Подбор материала для данного проекта, планирования, привлечения родителей для реализации данного проекта.

2 этап – познавательный.

Подведение тематических НОД, наблюдений, бесед, физкультурно-оздоровительной работы, музыкальное развлечение.

3 этап – практический.

Разучивание элементов дыхательной гимнастики, утренней гимнастики, корригирующей гимнастики, потешек, загадок пальчиковых игр, рисование.

I. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

1. Подборка методического и дидактического материала.
2. Подборка художественной литературы.
3. Оформление папок-передвижек, консультаций, буклетов для родителей по теме проекта.
4. Подбор пословиц, поговорок, загадок по теме проекта.
5. Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме проекта и атрибутов к ним.
6. Памятки для родителей: «Здоровый образ жизни в вашей семье»
7. Привлечение родителей к реализации проекта.

II. ОСНОВНОЙ ЭТАП

Ежедневная работа с детьми:
Утренняя гимнастика.
Артикуляционная, пальчиковая, дыхательная гимнастика
Гимнастика пробуждения. Хождение по «Дорожке здоровья»
Подвижные игры в группе, на улице
Воспитание культурно-гигиенических навыков.
Воспитание культуры поведения за столом.

Содержание работы по образовательным областям:

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Ситуативный разговор о пользе утренней гимнастики.

Дидактическая игра «Правила чистюли».

Цель: закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание), учить показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

Игра «Уложим куклу спать».

Цель: уточнить последовательность раздевания и развешивания одежды; закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.

Игра «Назови части тела».

Цель: формировать представление о своём теле.

Ситуативный разговор «Что нужно делать перед едой?»

Цель: формировать привычку мыть руки перед едой.

Беседа «Безопасность в группе».

Цель: рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут быть опасными. Формировать у детей основы культуры безопасности.

Игровая ситуация на прогулке «Расскажи мишутке, что такое хорошо и что такое плохо».

Цель: закреплять правила безопасного поведения на прогулке.

Сюжетно-ролевая игра «Больница»

Цель: учить детей в игре отражать знания о профессии врача, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре; воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.

Игровая ситуация «Айболит в гостях у детей».

Цель: формировать у детей представления о здоровом образе жизни, учить следить за своим здоровьем.

Игровая ситуация «Филя простудился»

Цель: формировать представление о значении гигиены в сохранении здоровья.

Трудовое поручение «Поможем няне накрыть на столы».

Цель: воспитывать желание помогать взрослым.

Сюжетно-ролевая игра «Полезный завтрак»

Цель: формировать у детей представления о полезных продуктах, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре.

Образовательная область «Физическая культура»

Физкультминутки,
Артикуляционные, пальчиковые, дыхательные гимнастики
Подвижные игры

Физкультминутки

Физкультурные занятия

Утренняя гимнастика

Гимнастика пробуждения.

Цель: развивать физические качества; накапливать и обогащать двигательный опыт детей; формировать у детей потребность к двигательной активности.

Образовательная область «Познавательное развитие»

Экскурсия по детскому саду «Кто заботится о детях в детском саду».

Цель: уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, повар»; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.

Ситуативный разговор «Где живут витамины?»

Цель: рассказать детям о витаминах в доступной форме и их пользе для здоровья, уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья.

Д/и «Угадай на вкус».

Цель: закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их на вкус.

Д/и «Полезно-вредно».

Цель: учить детей выбирать полезные продукты, формировать негативное отношение к вредным.

Д/и «Съедобно не съедобно».

Цель: способствовать пониманию. что грязные овощи и фрукты вредны для здоровья.

Образовательная область «Речевое развитие»

Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах.

Цель: развивать воображение, мышление, речь; закреплять знания о пользе тех или иных продуктов.

Чтение стихотворений: А. Барто «Девочка чумазая», К. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», И. Демьянова «Замарашка», Н. Павловой «Света любит шоколадки…»

Рассматривание и беседа по картинкам «Дети моют руки»; «Мама моет дочку».

Цель: Закрепить культурно-гигиенические навыки умывания.

Беседа: «Кто спортом занимается».

Цель: Знакомить со спортивным оборудованием, воспитывать любовь к спорту.

Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

Лепка «Красиво, вкусно, полезно».

Цель: закреплять знания о полезных продуктах, закреплять приёмы лепки.

Аппликация «Витаминки».

Цель: формировать у детей интерес к знаниям об овощах и фруктах. Учить детей работать в коллективе, познакомить детей с понятием “витамины”, сформировать у них представление о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

Рисование «Витамины -мои лучшие друзья»

Цель: Знакомить с витаминными свойствами овощей и фруктов.

III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Работа с родителями

Консультация «Как правильно одеть ребёнка на прогулку».

Цель: формировать представления у родителей о том, как правильно одевать ребёнка в холодное время года.

Памятки для родителей: «Здоровый образ жизни».

Цель: формирование у родителей устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья своих детей.

Итоговые мероприятия

Развлечение: Инсценировка сказки « Колобок или путь к здоровью».

Цель: вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в развлечении, закреплять двигательные навыки детей, создать атмосферу дружелюбия и радости.

СТРОЕЊЕ ТЕЛА ЧЕЉОВЕКА

СТРОЕЊЕ ТЕЛА ЧЕЉОВЕКА