

Паспорт проекта

«Путешествие в страну здоровья»

Подготовительная группа

Дуванова Л.Р – воспитатель высшей категории,
Обособленное структурное подразделение
Детский сад №2 «Сказка»

В настоящее время актуальной является проблема, связанная с приобщением людей к здоровому образу жизни. Трудно поспорить с тем, что физическое воспитание, правильное питание – это основа для формирования здорового, крепкого, закаленного, жизнерадостного, отзывчивого, инициативного ребенка. Поэтому очень важно, чтобы подрастающие дети дошкольного возраста любили физические и спортивные упражнения, хорошо владели своими движениями, самостоятельно ориентировались в окружающей действительности, умели правильно организовать свой распорядок дня. Для успешного будущего наших детей, в дошкольном возрасте следует заложить основы здоровья, сформировать правильное представление о здоровом образе жизни.

Вид проекта: познавательный – творческий, длительность проекта – 3 месяца (декабрь, январь, февраль)

Участники проекта: дети подготовительной группы, воспитатели, воспитатель по физической культуре, родители.

Цель: Формирование представлений у детей об организме человека, его здоровье как ценности, о которой необходимо постоянно заботиться.

Задачи:

Сформировать у детей и их родителей осознанное отношение к своему здоровью, потребность к здоровому образу жизни

Обеспечивать условия для максимальной физической активности детей и для самостоятельного познания мира.

Изучить особенности отношения каждого ребёнка к своему здоровью и выявить уровень его представлений о здоровом образе жизни;

Дать представление о пользе правильного питания, различать полезные и вредные продукты. Проявлять интерес к изучению своего организма и укреплению его здоровья.

Расширить и углубить представления детей о правилах личной гигиены, путях охраны своего здоровья и способах безопасного поведения в различных ситуациях;

Помочь детям освоить навыки здорового образа жизни;

Значимость проекта

Проект необходим для того, чтобы сформировать у детей и их родителей навыки здорового образа жизни, воспитать осознанное отношение к своему здоровью.

План работы по подготовке проекта:

1. Постановка задач проекта.

2. Разработка плана достижения задач (обсуждение с родителями).
3. Составление плана проекта.
4. Привлечение родителей к осуществлению разделов проекта.
5. Сбор, накопление материала.
6. Включение в план проекта занятий, игр и других видов детской деятельности.
7. Домашние задания.
8. Презентация проекта: оформление выставок, праздник «Мама, папа, я – спортивная семья».

Интеграция образовательных областей:

Познание, коммуникация, чтение художественной литературы, художественное творчество, физическая культура, здоровье, социализация, безопасность.

Подготовительный этап:

Анкетирование родителей: «О здоровье всерьёз», «Какое место занимает физкультура в вашей семье?»

Рассматривание иллюстраций, фотографий о спорте;

Подбор стихотворений, пословиц о спорте;

Консультативно-информационная работа с родителями: статья «Движение и здоровье»

Консультации для родителей; «Роль семьи в физическом воспитании детей», «Здоровье ребёнка в наших руках»

Подбор необходимой литературы;

Основной этап:

Основные направления работы с детьми:

физкультурно-оздоровительная работа и образовательная деятельность:

диагностика здоровья детей;

занятия по физической культуре (традиционные, тренировочные, занятия-соревнования, интегрированные, спортивные праздники);

система закаливающих процедур (воздушное закаливание, хождение по «дорожкам здоровья», прогулки, соблюдение режима дня, утренняя гимнастика, физкультминутки); оздоровительные технологии цикл бесед о здоровье, человеке и его поступках, привычках, правильном питании;

Беседы: «Мы за здоровый образ жизни», «Почему нужно много двигаться», «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу», «Здоровое питание», «Личная гигиена», «Чистота – залог здоровья»

«Я и дома и саду с физкультурой дружу», «Олимпийские игры – Сочи-2014»

Неделя здоровья – (зимние каникулы) – интегрированные занятия «Где живут витамины», «Навстречу Олимпиаде», «Правильное питание – залог здоровья»

Занятия: Открытое занятие по здоровьесберегающей технологии «Откуда берутся болезни?», «Доктор Айболит в гостях у ребят», «Где прячется здоровье?», «Неболейка»

Рассматривание альбома «Зимние виды спорта»

Викторина: «Полезные и вредные продукты», «В гостях у сказки»

Игры: «Чудесный мешочек» - загадки о средствах личной гигиены, серия игр по валеологии, «Режим дня», «Загадки на грядке», «Назови и покажи по порядку», «Опасно – неопасно»,

Сюжетно – ролевые игры: «На приёме у врача», «Скорая помощь», «Семья», «Магазин овощей», «Маленькая хозяйка»

Художественное творчество: рисование «Мы – спортсмены», «Здоровье глазами детей», выставка рисунков «Полезные продукты», «Олимпийские символы – мишка, заяц, леопард», «Фигуристка», аппликация – «Бегущий лыжник», лепка «Как мы гуляем на участке»

Развлечения: «В здоровом теле – здоровый дух», «Мы простуды не боимся», «Давайте расти здоровыми»

Праздники: «Малые Олимпийские игры», «Зарница»



Газеты и стенды: «Полезные и вкусные продукты», «Где живут витамины?», фото – «Быть здоровыми хотим», плакат «Сочи – 2014» - логотипы олимпийских игр.

Тематические дни: «День чистых тарелок», «День каши», «День чистюль», «Готовим сами» -приготовление полезного винегрета детьми.

Чтение художественной литературы: рассматривание энциклопедии «Моя первая книга о человеке», плакат «Моё тело». Легенда «Где прячется здоровье»

К.Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»; А.Барто «Девочка чумазная»;

Вадим Коростылёв «Королева зубная щетка»; Е.Шкловский «Как вести себя во время болезни»;

Работа с родителями:

индивидуальные устные консультации,

папки-передвижки: «Растим детей здоровыми»; «Ставим ребёнка на лыжи»

Рекомендации родителям по питанию детей.

Сундучок полезных советов «Полезное блюдо моей семьи» - рецепты

Спортивный праздник с мамами

Субботник на участке детского сада «Снежные постройки»

Создание предметно – развивающей среды: дополнение атрибутами центра спорта (дорожки здоровья, скакалки, обручи, кольцебросы). Пополнение картотек

«Подвижные игры в подготовительной группе», «Гимнастика для глаз и пальчиков», «Физкультминутки», «Пальчиковая гимнастика», «Считалки».

Комплексы игровых массажей, гимнастики для глаз, бодрящей гимнастики после сна, пальчиковой гимнастики. Дыхательная гимнастика по А.Н. Стрельниковой

Подобран материал по закаливанию детей в детском саду.

Заключительный этап:

Праздник «Мама, папа, я – спортивная семья».

Выставка семейных фото «Мы со спортом крепко дружим»

Посещение урока физкультуры в 1 классе школе №3

Просмотр мультимедийной презентации «Олимпийские игры»

Открытое занятие «Откуда берутся болезни» - создание коллажа «Полезные и вкусные продукты», приготовление фруктового шашлычка.



В конце проекта у детей должны сформироваться следующие представления:

- что такое здоровье и как его сберечь;
- что такое режим, гигиена;
- о самых значимых витаминах, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;
- о том, что есть полезные и неполезные продукты, какие они;
- что такое микробы и вирусы;
- какие бывают болезни, что их вызывает;
- правила оказания первой помощи.

Сформировать у детей понятие о здоровом образе жизни.

