Проект «Мы здоровью скажем – ДА!!!»

Аннотация

Проект представляет собой систему мероприятий, которые содержат оздоровительные и познавательные элементы, формируют внутренние потребности физиологического, психического и личностного роста детей. Преимуществом проекта является формирование представлений о здоровом образе жизни на уровне знаний, умений и стойких привычек.

Актуальность: Наше будущее – это наши дети. Задача охраны, сохранения и укрепления здоровья детей одна из ключевых в построении и развитии системы дошкольного образования. Вот почему так важно сформировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

Проблема:

Очень часто родители и педагоги, развивая детей интеллектуально и эстетически, забывают о физическом воспитании, о формировании привычек здорового образа жизни, относятся к этому, как к чему-то второстепенному, происходящему само по себе.

Я заметила, что из года в год в детский сад приходят малоподвижные дети. Наши воспитанники также малоактивны, любят засиживаться у экранов телевизоров и мониторов, плохо бегают, уровень их ловкости недостаточен.

В связи с этим я разработала проект «Мы здоровью скажем – ДА!!!»

Цель:

Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни через систему здоровье сберегающих технологий.

Задачи:

- Расширять знания детей о здоровье и здоровом образе жизни;

- Развивать самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

- Формировать интерес и любовь к спорту, представление о значении двигательной активности в жизни человека;

- Создать благоприятные условия для физического развития детей;

- Привлечь родителей к совместной работе по воспитанию культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста.

Тип проекта: познавательно - творческий, групповой

Продолжительность: краткосрочный

Сроки реализации: с 12.02.18г. по 28.02.18г.

Возраст: 5-6 лет

Участники: дети и родители старшей группы, воспитатели, старшая медицинская сестра.

Ожидаемые результаты:

- У детей сформированы представления о здоровом образе жизни, о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);

- Дети используют специальные упражнения для укрепления своего организма;

- Имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека;

- Проявляют творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях.

Интеграция образовательных областей: «Физическое развитие», «Познание», «Художественно – эстетическое развитие», «Речевое развитие».

Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей

- Книжный уголок (художественная литература по теме недели, иллюстрации различных видов спорта, энциклопедия для дошкольников, и т. д.);

- Центр развивающих игр («Средства личной гигиены», «Полезные и вредные продукты», «Что помогает быть здоровым», набор разрезных картинок «Виды спорта»);

- Центр сюжетно - ролевых игр («Олимпийские игры»);

- Центр театрализованной деятельности (настольный театр «Мы спортсмены» атрибуты для драматизации сценки);

- Центр художественного творчества (Беседа, просмотр картин на тему «Мы любим спорт!», фотографий, презентаций, и т. д.);

Этапы реализации проекта:

I этап - подготовительный

Определение темы проекта, постановка цели и задач.

Изучение методической литературы по данной теме.

Разработка и накопление методических материалов по проблеме.

Выбор форм работы с детьми и родителями.

Выбор основных мероприятий, определение объёма и содержание работы для внедрения проекта.

Определение и формулировка ожидаемых результатов.

II этап - основной (практический)

Внедрение в воспитательно-образовательный процесс эффективных методов и приёмов по расширению знаний дошкольников о здоровье и здоровом образе жизни.

III этап – заключительный

Оформление результата проекта в виде презентации.

Выступление на педагогическом совете.

Проведение итогового мероприятия: КВН «Мы здоровью скажем да!» (интеллектуальная игра с участием родителей).

Оформление выставки детских работ.

Содержание работы в процессе реализации проекта.

Начался наш проект с проблемной ситуации наших воспитанников: «Где взять витамины зимой?». Ребята предложили множество вариантов, поэтому мы отправились с ними в долгосрочную игру-путешествие «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу». В ходе этой игры мы просмотрели энциклопедии, побеседовали с родителями и медицинской сестрой и даже изучили интернет-источники. Витамины мы нашли в молочных продуктах, фруктах и овощах, но этого не достаточно, чтобы наше здоровье укрепилось.

И тогда мы позвали родителей на совместную зарядку и провели с ними познавательный час здоровья.

Неоднократно беседуя с детьми о здоровье, совместно с ними мы изобрели новые учебные презентации «Все о витаминах», «Части тела».

В ходе режимных моментов мы систематически делали ритмическую гимнастику, игровой массаж, релаксацию, физкультурные минутки, дыхательную и корригирующую гимнастику.

На прогулке дети самостоятельно организовывали подвижные и спортивные игры, привлекая к этим играм и младших дошкольников.

Работа с родителями

Вместе с родителями мы в первую очередь определились с тем, что они знают о здоровье и как они привлекают детей к здоровому образу жизни.

В ходе круглого стола «Укрепление и сохранение здоровья дошкольников», мы с родителями договорились о совместных усилиях для сохранения здоровья детей, узнали о способах закаливания, научились техникам игрового массажа.

Многие из родителей создали авторские памятки, в которых описали свой опыт формирования здорового образа жизни: «Закаляемся правильно», «Красивая осанка – залог здоровья», «Лечим плоскостопие – игрой».

Итоговый результат проекта:

В итоге дети нашей группы стали более активными, ловкими, подвижными, индекс их здоровья повысился, дети стали реже заболевать ОРВИ и другими простудными заболеваниями.

В результате совместной работы детей и родителей мы разработали систему мероприятий, позволяющую укрепить здоровье детей в семье и в условиях детского сада.

У детей развились самостоятельность, инициатива в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Очень важным результатом, я считаю, то, что у детей сформировался стойкий интерес к спорту и представление о значении двигательной активности в жизни человека.

Литература:

1. «Здоровье дошкольника», научно-практический журнал; ООО Издательский дом «Воспитание дошкольника», Москва

2.«Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников» Н. Ф. Дик, Е. В. Жердева. Ростов – на – Дону 2005г.

3.«Спортивные праздники в детском саду» З. Ф. Аксенова. Москва 2003г.

4.«Дошкольное воспитание», научно-методический журнал; ООО Издательский дом «Воспитание дошкольника», Москва.

5.Картушина М. Ю. «Быть здоровыми хотим». – М.: ТЦ Сфера, 2004 (программа развития).