

Муниципальное автономное Дошкольное Образовательное Учреждение
Дубневский детский сад общеразвивающего вида «Полянка
городского округа Ступино Московской области.

Краткосрочный проект в средней - старшей группе (4–5 лет) «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»

Воспитатель Бакотина Елена Дмитриевна

Актуальность:

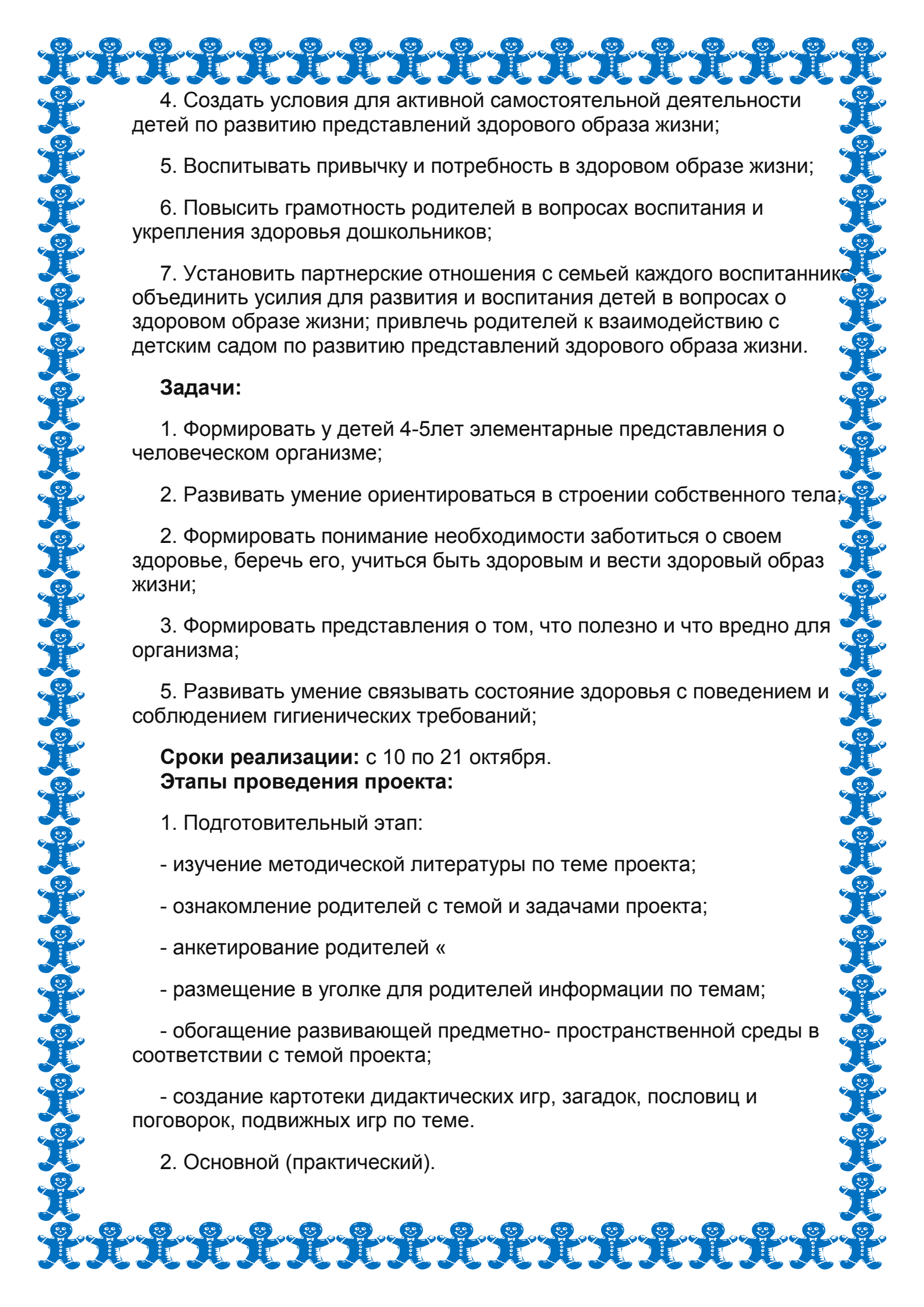
Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время все большее значение. Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и состояние полного душевного и социального благополучия. Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведет человек, поэтому главной задачей является обучение принципам здорового образа жизни, а также создание условий для сохранения и укрепления их здоровья.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Цель проекта: сформировать первоначальные представления у детей об охране жизни и здоровья.

Задачи:

1. Формировать у детей 4-5 лет элементарные представления о человеческом организме;
2. Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни;
3. Формировать представления о том, что полезно и что вредно для организма;



4. Создать условия для активной самостоятельной деятельности детей по развитию представлений здорового образа жизни;

5. Воспитывать привычку и потребность в здоровом образе жизни;

6. Повысить грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников;

7. Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни; привлечь родителей к взаимодействию с детским садом по развитию представлений здорового образа жизни.

Задачи:

1. Формировать у детей 4-5 лет элементарные представления о человеческом организме;

2. Развивать умение ориентироваться в строении собственного тела;

2. Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни;

3. Формировать представления о том, что полезно и что вредно для организма;

5. Развивать умение связывать состояние здоровья с поведением и соблюдением гигиенических требований;

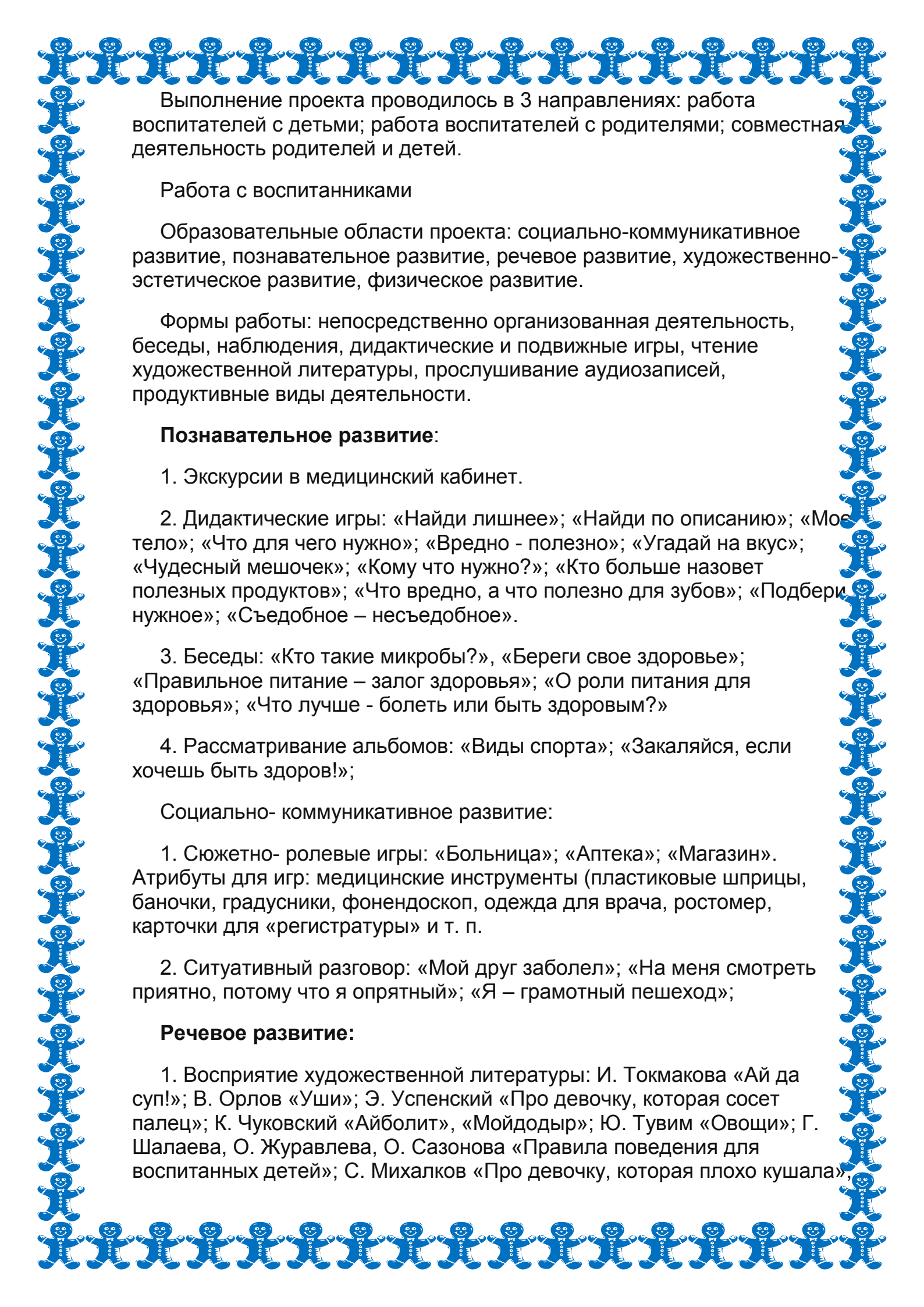
Сроки реализации: с 10 по 21 октября.

Этапы проведения проекта:

1. Подготовительный этап:

- изучение методической литературы по теме проекта;
- ознакомление родителей с темой и задачами проекта;
- анкетирование родителей «
- размещение в уголке для родителей информации по темам;
- обогащение развивающей предметно- пространственной среды в соответствии с темой проекта;
- создание картотеки дидактических игр, загадок, пословиц и поговорок, подвижных игр по теме.

2. Основной (практический).



Выполнение проекта проводилось в 3 направлениях: работа воспитателей с детьми; работа воспитателей с родителями; совместная деятельность родителей и детей.

Работа с воспитанниками

Образовательные области проекта: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Формы работы: непосредственно организованная деятельность, беседы, наблюдения, дидактические и подвижные игры, чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей, продуктивные виды деятельности.

Познавательное развитие:

1. Экскурсии в медицинский кабинет.

2. Дидактические игры: «Найди лишнее»; «Найди по описанию»; «Мое тело»; «Что для чего нужно»; «Вредно - полезно»; «Угадай на вкус»; «Чудесный мешочек»; «Кому что нужно?»; «Кто больше назовет полезных продуктов»; «Что вредно, а что полезно для зубов»; «Подбери нужное»; «Съедобное – несъедобное».

3. Беседы: «Кто такие микробы?», «Береги свое здоровье»; «Правильное питание – залог здоровья»; «О роли питания для здоровья»; «Что лучше - болеть или быть здоровым?»

4. Рассматривание альбомов: «Виды спорта»; «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»;

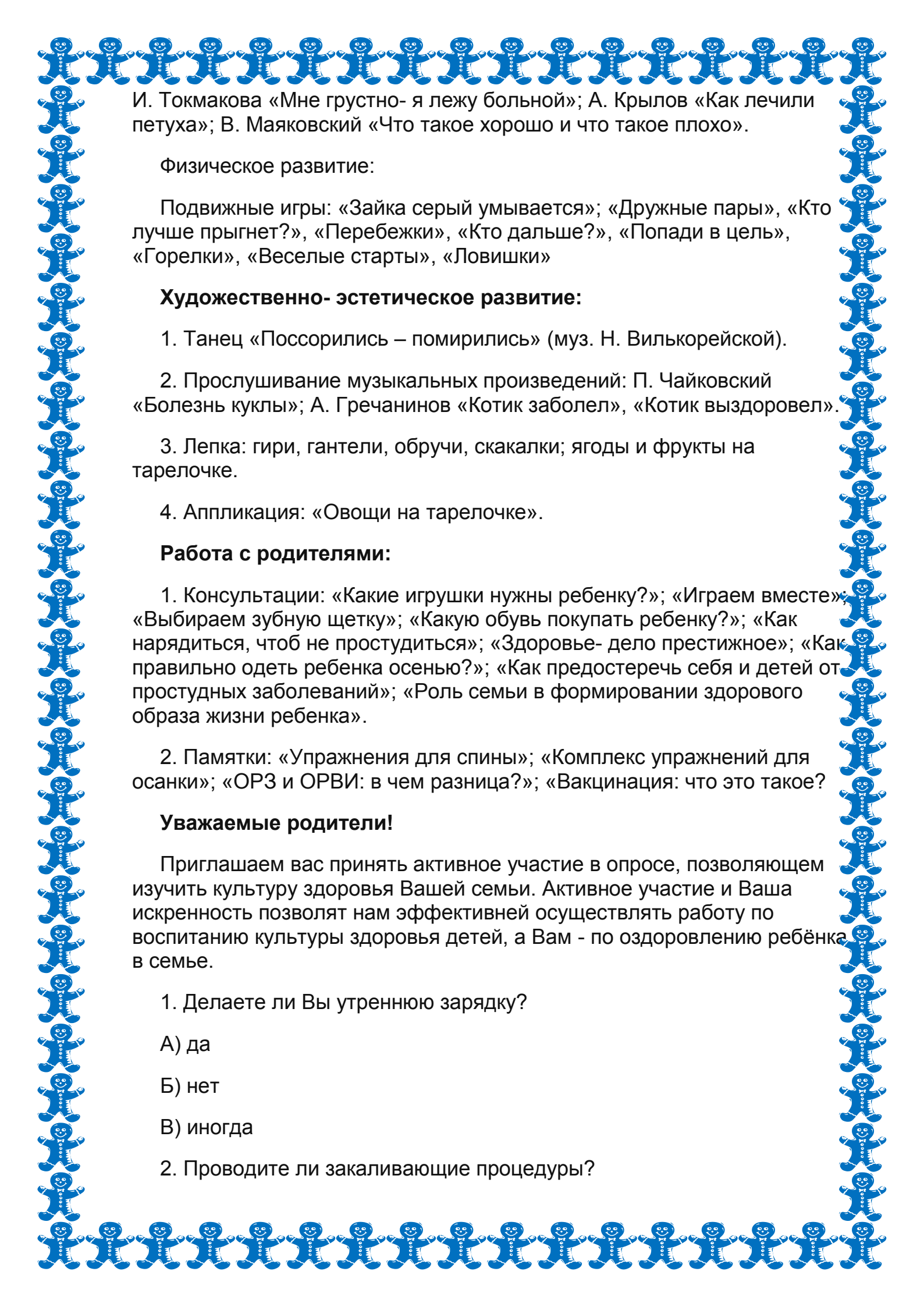
Социально- коммуникативное развитие:

1. Сюжетно- ролевые игры: «Больница»; «Аптека»; «Магазин». Атрибуты для игр: медицинские инструменты (пластиковые шприцы, баночки, градусники, фонендоскоп, одежда для врача, ростомер, карточки для «регистратуры» и т. п.

2. Ситуативный разговор: «Мой друг заболел»; «На меня смотреть приятно, потому что я опрятный»; «Я – грамотный пешеход»;

Речевое развитие:

1. Восприятие художественной литературы: И. Токмакова «Ай да суп!»; В. Орлов «Уши»; Э. Успенский «Про девочку, которая сосет палец»; К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр»; Ю. Тувим «Овощи»; Г. Шалаева, О. Журавлева, О. Сазонова «Правила поведения для воспитанных детей»; С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»;



И. Токмакова «Мне грустно- я лежу больной»; А. Крылов «Как лечили петуха»; В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо».

Физическое развитие:

Подвижные игры: «Зайка серый умывается»; «Дружные пары», «Кто лучше прыгнет?», «Перебежки», «Кто дальше?», «Попади в цель», «Горелки», «Веселые старты», «Ловишки»

Художественно- эстетическое развитие:

1. Танец «Поссорились – помирились» (муз. Н. Вилькорейской).
2. Прослушивание музыкальных произведений: П. Чайковский «Болельщик куклы»; А. Гречанинов «Котик заболел», «Котик выздоровел».
3. Лепка: гири, гантели, обручи, скакалки; ягоды и фрукты на тарелочке.
4. Аппликация: «Овощи на тарелочке».

Работа с родителями:

1. Консультации: «Какие игрушки нужны ребенку?»; «Играем вместе»; «Выбираем зубную щетку»; «Какую обувь покупать ребенку?»; «Как нарядиться, чтоб не простудиться»; «Здоровье- дело престижное»; «Как правильно одеть ребенка осенью?»; «Как предостеречь себя и детей от простудных заболеваний»; «Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка».

2. Памятки: «Упражнения для спины»; «Комплекс упражнений для осанки»; «ОРЗ и ОРВИ: в чем разница?»; «Вакцинация: что это такое?»

Уважаемые родители!

Приглашаем вас принять активное участие в опросе, позволяющем изучить культуру здоровья Вашей семьи. Активное участие и Ваша искренность позволят нам эффективней осуществлять работу по воспитанию культуры здоровья детей, а Вам - по оздоровлению ребёнка в семье.

1. Делаете ли Вы утреннюю зарядку?

- А) да
- Б) нет
- В) иногда

2. Проводите ли закаливающие процедуры?



А) да

Б) нет

В) иногда

3. Есть ли у Вас вредные привычки?

А) да

Б) нет

В) иногда

4. Знает ли об этом Ваш ребёнок?

А) да

Б) нет

В) иногда

5. Соблюдаете ли Вы режим дня (сон, питание, прогулка)?

А) скорее да

Б) скорее нет

В) по-разному

6. Придерживаетесь ли Вы здорового рациона питания?

А) да

Б) нет

В) не знаю

7. Как часто Вы бываете на свежем воздухе?

А) часто

Б) редко

В) как получится

8. Посещаете ли Вы спортзал?

А) да

Б) нет

В) иногда

9. Стараетесь ли Вы соблюдать правила безопасного поведения в быту, на улице, в транспорте?

- А) всегда
- Б) нет, не стараюсь
- В) иногда, в зависимости от ситуации

10. Считаете ли Вы свою семью здоровой и ведущую здоровый образ жизни?

- А) скорее да
- Б) скорее нет
- В) не могу ответить.

Дидактическая игра «Запомни – положи»



Дидактическая игра «Что лишнее»





ООД Художественное творчество Рисование
«Овощи на тарелке»

Октябрь 2020 г