

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образования Ленинского района
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 50

620144, Российская Федерация, г. Екатеринбург, ул. 8 Марта, 144 А, тел. (343) 257 32 16
e-mail: mdou50osa@yandex.ru



Проект
«Полезные привычки»
(старший возраст дошкольный возраст)

Разработчики:
инструктор по ФК Губанова К.А.
воспитатель Александрова Е.И.



Актуальность	<p>Все люди на земле хотят быть здоровыми, потому, что, когда человек здоров – у него хорошее настроение, он счастлив и смеется, ему хочется заниматься разными делами и дома и на работе. Как сделать так, чтобы человек не болел?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья; 2. Системное рассогласование отношений человека с внешней природной средой; 3. Во имя полноценного развития ребенка дошкольника необходимо взаимодействие семьи, ДОУ и социальных партнеров.
Место реализации проекта:	МАДОУ «Детский сад № 50».
Участники проекта	Дети, педагоги, родители
Цель проекта	Создание психолого-педагогических условий для развития и укрепления здоровья детей, повышение осознанности и понимания дошкольниками необходимости заботы и активной деятельности по формированию своего здоровья.
Задачи проекта	<ul style="list-style-type: none"> - формировать представления о здоровье человека и способах его укрепления; о гигиене здоровья. - формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, желание у детей заботиться о своем здоровье. - формировать осмысленное отношение к необходимости занятий физкультурой и спортом, важных для нормального роста и функционирования всех органов и систем организма. - формировать уравновешенное активное поведение и преобладание бодрого, хорошего настроения, способности быстро адаптироваться к новой обстановке; - формировать представления об основах безопасности жизнедеятельности и развитие способности принимать правильное решение в опасных для жизни ситуациях; - развитие у дошкольников познавательных и исследовательских интересов, творческих способностей, самостоятельности и активности. - развитие коммуникативных навыков в ходе совместной деятельности детей и взрослых.
Условия	<p>Комплексный интегративный подход в содержании и организации образовательной деятельности.</p> <p>Наличие теоретических и практических знаний у педагогов.</p> <p>Накопление, систематизация материалов по здоровьесбережению и создание здоровьесберегающей среды в условиях группы.</p> <p>Активное сотрудничество с семьей и социумом.</p>
Тип проекта	Информационно – практико ориентированный
Содержание проекта	<p>Обоснование проблемы.</p> <p>Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.</p> <p>Приобщение к здоровьесберегающему и здоровьесберегающему осознанному поведению детей с дошкольного возраста является актуальной проблемой дошкольного воспитания, т.к. именно в этом возрасте в силу высокой активности детей формируется поведение, складываются привычки. Возникает потребность в поиске практических путей по формированию у детей дошкольного</p>

возраста здорового образа жизни. Необходимость воспитания культуры здоровья подчеркивают исследования отечественных и зарубежных ученых подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7 - 8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. Решение задач по воспитанию осознанного отношения к своему здоровью может идти как в непосредственно образовательной деятельности, так и реализоваться в процессе образовательной деятельности в ходе режимных моментов.

Система обучения знаниям, умениям и навыкам обеспечения и поддержания здоровья позволит успешно решать задачу формирования собственной философии здоровья и сформировать укрепляющие здоровье привычки, пока вредные еще не приобретены, и тогда поведенческие навыки ЗОЖ станут неотъемлемой частью бытия.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

Здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Возраст	6 – 7 лет
Продолжительность проекта	краткосрочный
Ожидаемый результат	Ценностное, активное отношение ребенка к своему здоровью, развитость интегративных качеств личности.
Девиз проекта	Жить здоровым – здорово!
Этапы реализации проекта	<p>1. Подготовительный этап</p> <p>Задачи этапа: подбор литературы, подбор иллюстраций, игр; составление анкет для родителей; проанализировать имеющиеся в научной литературе подходы к формированию у дошкольников здоровьесберегающего поведения;</p> <p>1) Определение педагогом темы, целей и задач, содержание проекта, прогнозирование результата.</p> <p>2) Обсуждение с родителями проекта, выяснение возможностей, средств, необходимых для реализации проекта, определение содержания деятельности всех участников проекта.</p>
	<p>II Основной этап</p> <p>Этап включает в себя интеграцию образовательных областей: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», которая осуществляется в процессе организации совместной деятельности взрослого с ребенком и самостоятельной деятельности детей.</p> <p>Образовательная область « Физическое развитие»</p> <p>«Веселые эстафеты»</p> <p>Закреплять умение активно участвовать в играх с элементами соревнования; совершенствовать ОВД: бег, прыжки; развивать ловкость, быстроту; создать хорошее настроение.</p>

П/И «Беги к тому, что назову»

Заинтересовать детей к выполнению упражнений, вызывать положительные эмоции.

Беседы «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!», «Заболевания», «Что такое здоровье?», «Личная гигиена», «Режим дня», «Закаливание».

Разучивание потешки «Вода – водичка»

Закрепить культурно-гигиенические навыки».

Рассматривание плаката: «Правила поведения за столом», «Гигиена».

Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.

Безопасность

Ситуативная беседа «Как вести себя за столом»

Закрепление столового этикета.

Ситуативные беседы «Как вести себя на улице», «Если ты дома остался один», «Опасные предметы»

Рассмотрение плаката: «Безопасность дошкольников», «Дорожные знаки».

Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие»

Д/И «Узнай на ощупь», «Травянистые растения», «Овощи и фрукты», «Законы улиц и дорог», «Лото осторожностей», «Как избежать неприятностей», «Хорошо или плохо», «Вредные или полезные», «Это можно или нет»

Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Кафе», «Овощной магазин», «Парикмахерская».

Труд

Самообслуживание, умывание, дежурство по столовой.

Закрепить с детьми навыки личной гигиены, этикет.

Образовательная область «Познавательное развитие»

Беседы: «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!», «Что такое здоровье?», «Части тела»

Формирование целостной картины мира. «Человек и его здоровье»

Оздоровление детей и создание условий, которые помогут каждому ребенку стать телесно и психически здоровым, радостным и счастливым.

Рассмотрение сюжетных картин, наглядных пособий.

Учить находить предметы по просьбе воспитателя.

Образовательная область: «Художественно – эстетическое развитие»

Рисование «Хочешь быть здоровым – закаляйся»

Воспитывать интерес к здоровому образу жизни, формировать устойчивый интерес к изобразительной деятельности формировать умения рисовать по памяти; развивать умение рисовать фигуру человека, передавать характерные особенности.

Рисование «Овощной суп»

Вызвать у детей интерес, эмоциональный отклик на предложенную тему, желание изображать овощи.

Аппликация «Витаминная корзина»

Учить детей работать в коллективе, вырезать детали аппликации по предварительной разметке; познакомить детей с понятием «витамины», воспитать у детей потребность правильно питаться.

Образовательная область «Речевое развитие»

Рассматривание сюжетных картин, наглядных пособий.

Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», А. Барто «Девочка чумазая»

Пересказ рассказа В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо».

Учить пересказывать текст рассказа последовательно, без пропусков и повторений; учить объяснять значения слов; подбирать антонимы и синонимы.

	<i>Загадки о разных частях тела, лица; о фруктах и овощах; о здоровье.</i>
Работа с родителями	<ol style="list-style-type: none"> 1. Консультации «Здоровый образ жизни семьи», «Разговор о правильном питании», «Закаливание: тише едешь – дальше будешь». 2. Анкетирование родителей «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье». 3. Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т.д. 4. Наглядность в виде информационных файлов «Высказывания о здоровье», «Пословицы и поговорки о ЗОЖ», «Кодекс здоровья», Памятки для родителей «Быть здоровым – это здорово!»
Совместная деятельность родителей и детей	Выставка рисунков.
	<p>III Заключительный этап:</p> <p>1. Акция «Нет вредным привычкам» Результат проекта: Проект «Вредные привычки» разрешит проблему, реализуя поставленные задачи. С позиции ребенка – высокий и средний уровень достижения планируемых показателей: сформированности представлений о здоровом образе жизни, соблюдение элементарных правил ЗОЖ, любознательности-активности, творческих способностей, самостоятельности, способности принимать правильные решения в ситуации выбора, что позволяет сделать вывод о высокой степени удовлетворенности образовательных потребностей. С позиции педагога – решение задачи создания здоровьесберегающей среды в группе, разработка комплекса мероприятий интеграции образовательной познавательной-исследовательской деятельности и занятий физической культурой, комплексно-тематическая С позиции родителя – участие в совместной деятельности; в конкурсе рисунков «Безопасная зима» и «Зимние забавы», «Правильное питание».</p> <p>Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего «Я», правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу и им помогают родители.</p> <p>Педагогическая задача состоит в том, чтобы не задавить ребенка потоком пока еще неосознанной информации, а дать возможность поразмышлять, подумать, прислушаться к своему организму.</p> <p>Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Особое внимание следует уделять следующим компонентам ЗОЖ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Занятия физкультурой, прогулки; - «Безопасность дошкольников», «Правильное питание»; - Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены: закаливание, создание условий для полноценного сна - Дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды <p>Бережное отношение к окружающей среде, к природе.</p>

:

