

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад №23 Ст. Старолеушковской

Познавательный проект

с использованием здоровьесберегающих технологий

«Знать должны и взрослые, и дети,
что здоровье — главное на свете»

Выполнила
воспитатель: Н.А.Пинтусова

2019 г.

Тип проекта: познавательный, оздоровительный.

Продолжительность: краткосрочный, 1 неделя

Участники: воспитатель, дети, родители воспитанников.

Интеграция образовательных областей: "Познавательное развитие", "Социально-коммуникативное развитие", "Речевое развитие", "Физическое развитие", "Художественно-эстетическое развитие".

Девиз проекта: «Здоровый образ жизни – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость»

Актуальность проекта:

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье и детском саду на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребенка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Понимая важность здорового образа жизни, мы, воспитатели средней группы, решили запустить проект. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед ДООУ. Семья и детский сад – те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка.

Цель проекта:

повышать уровень знаний детей о здоровом образе жизни и умений оберегать, поддерживать и охранять своё здоровье;
обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через взаимодействие с воспитателями группы.

Задачи проекта:

для детей:

укреплять и сохранять здоровье детей, предупредить заболеваемость;
формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.
развивать самостоятельность, инициативность, любознательность и познавательную активность у детей.

для педагогов:

установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника,
объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблемы друг друга;
активизировать и обогащать воспитательные умения родителей,
поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

для родителей:

дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т.д.;
способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;

изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Ожидаемый результат:

для детей:

у большинства детей сформированы основы культурно-гигиенических навыков, дети знают правила личной гигиены;

дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пищи для здоровья человека (во время завтрака, обеда, полдника, ужина), о ценности здоровья (оздоровительные упражнения, подвижные игры, физминутки, различные виды гимнастик).

для родителей:

выразили желание в изготовлении массажных варежек для детей, приобретение мячей для группы.

для педагогов:

установлены партнерские отношения с семьями детей группы;
создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей.

Продукт проектной деятельности:

изготовление нестандартного оборудования;
изготовление дидактических игр;
создание фотоальбома «Минутки здоровья».

Этапы осуществления проекта.

I этап - подготовительный

II этап -основной

III этап -заключительный

План реализации проекта

I этап – подготовительный

Цель: ознакомление и изучение теоретических материалов инновационных методик и педагогических технологий по ЗОЖ, изучить особенности отношения детей к здоровью, и мотивации здорового образа жизни.

- разработать календарно- тематический план,
- подобрать и систематизировать наглядный материал,
- подобрать художественную литературу по теме для чтения детям (стихи, сказки, потешки, рассказы),
- подобрать музыку для релаксации и отдыха,
- подбор консультаций для родителей .
- изготовление папки-передвижки для родителей «Режим дня – это важно»
- изготовление картотек по 30Ж,
- разработка дидактических игр, бесед, оздоровительных мероприятий,
- образовательная деятельность "Поможем Буратино стать здоровым"
- **II этап - основной**

Цель: выполнение основных мероприятий, необходимых для достижения поставленной цели.

III этап. Заключительный.

- анализ полученных результатов реализации проекта в соответствии с поставленной целью и ожидаемыми результатами.
- оформление фото альбома по проекту.
- презентация на педсовете ДООУ.

Совместная деятельность педагогов и детей

Дата	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	
	1 половина дня	2 половина дня
Понедельник	<p>Девиз дня: «Знать должны и взрослые, и дети, что здоровье – главное на свете»</p> <p>Цель: формировать знания детей о культуре гигиены; формирование положительного отношения к здоровому образу жизни.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседа «Полотенце пушистое» ➤ Дидактическая игра «Чистоплотные дети» ➤ Пальчиковая гимнастика «Это я» ➤ Зрительная гимнастика «Любопытные глазки» ➤ Прогулка. Подвижная игра «Птичка, раз! птичка, два!» 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Минутки здоровья «Ждём вас на дорожке...» (профилактика плоскостопия) ➤ Чтение художественной литературы К.Чуковский «Мойдодыр» ➤ Сюжетно- ролевая игра «Парикмахерская» ➤ Физ. минутка «Будь здоров» ➤ Дыхательная гимнастика «Ушки»
Вторник	<p>Девиз дня: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»</p> <p>Цель: Закреплять у детей представления о пользе овощей и фруктов для здоровья.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседа «Витамины» ➤ Дидактическая игра «Чудесный мешочек» ➤ Пальчиковая гимнастика «Салат из моркови» ➤ Зрительная гимнастика «Овощи» ➤ Прогулка. Подвижная игра «Овощи и фрукты» 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Упражнения с массажными мячиками «Будь здоров» ➤ Минутки здоровья «Капуста» (массаж спины) ➤ Физ. минутка «Овощи и фрукты» ➤ Сюжетно- ролевая игра «Овощной магазин» ➤ Хороводная игра «Горошина» ➤ Пальчиковая гимнастика «Мнём капусту»
Среда	<p>Девиз дня: «Если хочешь быть здоров-закаляйся!»</p> <p>Цель: продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседа «Закаляйся, если хочешь быть здоров» ➤ Дидактическая игра «Одень ребят на прогулку» ➤ Пальчиковая гимнастика «Заботливое 	<p>Самомассаж сухой рукавичкой.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Минутки здоровья «Весёлые спортсмены» (укрепление мышц стопы) ➤ Просмотр развивающего мультфильма «Азбука здоровья» («Смешарики»)

	<p>солнышко»</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Зрительная гимнастика «Лучик солнца» ➤ Прогулка. Подвижная игра ➤ «Попади мешочком в круг» 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Физ. минутка «Время суток» ➤ Чтение стихов про спорт и здоровый образ жизни ➤ Дыхательная гимнастика «Насос»
Четверг	<p>Девиз дня: «Нет рецепта в мире лучше – будь со спортом неразлучен!»</p> <p>Цель: Способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни: заниматься спортом очень полезно для здоровья человека.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседа «Моё здоровье» ➤ Дидактическая игра «Найди и назови» ➤ Пальчиковая гимнастика «Новые кроссовки» ➤ Зрительная гимнастика «Тренировка» ➤ Прогулка. Подвижная игра «Зайцы и волк» 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Упражнения с массажными мячиками «Футбол» ➤ Загадывание загадок про спорт и здоровый образ жизни ➤ Физ. минутка «Семёйная зарядка» ➤ Хороводная игра «Мы теперь пойдём...» ➤ Дыхательная гимнастика «Растём»
Пятница	<p>Девиз дня: «Наш девиз четыре слова –мы здоровы – это клево!»</p> <p>Цель: дать детям представление о понятии «Здоровье», необходимости осознанного бережного отношения к своему здоровью.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Беседа «Детям о чистоте и здоровье» ➤ Дидактическая игра «Что сначала- что потом» ➤ Зрительная гимнастика «Весёлая неделька» ➤ Упражнения с массажными мячиками «Прокати по ладошке» ➤ Прогулка. Подвижная игра «Найди себе пару» 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Минутки здоровья «Любопытная Варвара» (расслабление мышц шеи) ➤ Спортивное развлечение «Быть здоровым -это замечательно» ➤ Сюжетно- ролевая игра «Больница» ➤ Дыхательная гимнастика «Пузырьки»
Работа с родителями воспитанников	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Консультация для родителей «Заботимся о здоровье ребенка» ➤ Газета для любознательных родителей ➤ Тема: Если хочешь быть здоров... ➤ Буклет "В здоровом теле - здоровый дух" ➤ Индивидуальные беседы с родителями по теме проекта (ежедневно). ➤ Привлечение родителей воспитанников к обогащению РППС группы по теме проекта: изготовление массажных варежек, а также помощь в изготовлении альбома "Здоровья". 	

Анализ проведенной работы по реализации проекта:

В ходе реализации проектной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий «Знать должны и взрослые, и дети,

что здоровье – главное на свете» выявлено, что дети стали более осознанно относиться к своему здоровью, активно взаимодействуют со взрослым по вопросам применения культурно-гигиенических навыков. Повысилась познавательная активность.

В процессе работы с родителями воспитанников прослеживается заинтересованность к использованию инновационных здоровьесберегающих технологий : родители советуются с педагогом, как можно применять формы работы с детьми по формированию здорового образа жизни в домашних условиях, определили для себя важность соблюдения режима ДОУ и режима сна и бодрствования в домашних условиях. А также родители помогли в обогащении развивающей предметно-пространственной среды группы: смастерили массажные рукавицы для детей.

Список используемой литературы:

1. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под редакцией : Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. 2014г.
2. С.Н.Теплюк. Занятия на прогулке с малышами. 2005г.
3. Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. 2014г.
4. Г.А. Прохорова Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. 2009г.
5. М.А.Павлова, М.В. Лысогорская . Основы здорового образа жизни. 2004г.
6. М.А.Павлова, М.В. Лысогорская . Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения -Волгоград, Издательство «Учитель», 2012г.
7. В.А. Доскин. Л.Г. Голубева. Растём здоровыми. 2008г.
- 8.Т.Г. Кобзева. Организация деятельности детей на прогулке. 2013г.
9. М.М.Борисова. Малоподвижные игры и игровые упражнения. 2014г.
10. Методическое пособие «Организация работы ДОУ по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни». 2013г.