Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска Детский сад № 86 «Былинушка»

Познавательно-исследовательский проект
в подготовительной к школе группе «Б»

«Быть здоровым я хочу»

Подготовила воспитатель:
Хусаинова З.Р.

Нижневартовск

Краткосрочный проект в подготовительной к школе группе «Быть здоровым я хочу»

Актуальность проекта:

Проблема рождения здорового ребенка, его воспитания и обучения вышла за рамки медицинской и превратилась в педагогическую. По статистическим данным, только 10 % детей поступают в школу абсолютно здоровыми. Среди основных причин сложившейся ситуации ряд ученых как Г.К. Зайцев, В.П. Казначеев, Е.А. Овчаров и другие, видят в недостаточной осведомленности в вопросах здоровья и здорового образа жизни большей части населения страны, в том числе и детей дошкольного возраста. Особое значение приобретает задача формирования представлений о здоровом образе жизни и воспитании у них ценностного отношения к здоровью.

Приобщение ребенка к здоровому образу жизни приоритетное направление в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Здоровье – это вершина, на которую каждый должен подняться сам. Совершенно очевидно, что всему важному и необходимому для формирования здорового образа жизни нужно учиться. Формирование знаний чрезвычайно важно, но не менее важна мотивация, развитие навыков ведения здорового образа жизни и умения оценивать и предотвращать негативные воздействия, отражающиеся на здоровье человека.

Формирование основ здорового образа жизни необходимо закладывать с дошкольного возраста. Полученные ребенком представления о себе и своем здоровье позволят ему найти способы укрепления и сохранения здоровья. Эффективность организации педагогической деятельности по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей зависит от ряда условий: четкости понимания целей, задач, принципов реализации данного процесса, грамотной организации педагогического процесса.

Желание быть здоровым есть у каждого человека, но для того, чтобы сохранить и укрепить здоровье, одного желания мало. Надо хорошо знать свой организм, его физические возможности, иметь представление о том, что полезно и что вредно для него. А главное – активно о нем заботиться.

Цель проекта: Формирование у детей дошкольного возраста интереса к своему организму и здоровью, создание устойчивой мотивации, внутренней активности и потребности в здоровом образе жизни.

Задачи проекта:

- Изучить современные технологии по ЗОЖ; отобрать методический материал, методы и приёмы работы в данном направлении
- Изучить и проанализировать представления детей о здоровом образе жизни.
- Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.
- Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей
- Познакомить детей с организмом человека, приемами укрепления и сохранения здоровья.
- Приобщить детей к оздоровительным мероприятиям, направленным на сохранение и укрепление здоровья
- Развивать у детей желание заниматься спортом.
- Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, умение применять имеющиеся знания в повседневной жизни.

Предполагаемый результат:
Появление интереса детей к здоровому образу жизни;
сохранение и укрепление здоровья детей;
активное включение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

Участники проекта: Дети 6-7 лет, родители, родители
Тип проекта: творческий.
Срок реализации: краткосрочный.
Вид проекта: познавательно – творческий.
Состав участников: групповой.
Масштаб проекта: в группе с детьми.
Ресурсы:
Материально – технические: интерактивная доска, ноутбук, дидактические и настольные игры, иллюстративный материал, спортивный инвентарь
Информационные: методическая литература, интернет порталы, различные энциклопедии для дошкольников.

Этапы проекта:

1. *Подготовительный.*

1. Постановка проблемы, определение цели и задач работы.
Активизировать интерес детей к здоровью человека и своему собственному.
2. Подбор методической литературы, подвижных и дидактических игр, иллюстрированного материала по данной проблеме.
3. Привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми.

2. *Основной.*
1. Использование разработанных мероприятий в работе с детьми. 2.Организация работы с родителями.

3. *Заключительный.*
1. Защита проектов «Здоровый образ в моей семьи»
2. Тематическая выставка детских рисунков.
3. «Рассуждалки» видео интервью о здоровье
4. Создание книги «Сказки о здоровье»

План реализации проекта:
1этап – подготовительный (09.11. – 13.11.)
1.Подбор методической литературы, загадок, бесед, стихотворений, пословиц, песен, дидактических игр, иллюстрированного материала.
2.Анкетирование родителей.
3.Подбор подвижных игр.

2 этап - основной (16.11. - 29.11.)

Беседы

1. Беседа с детьми «Секреты здоровья»
2. Беседа «в гости к Аскорбинке»
3. Беседа «Я со спортом подружусь»
4. Беседа «Путешествие к Королеве зубной щетке»
5. Беседа «Маленькая страна внутри меня»
6. Беседа «Проделки простуды»
7. Беседа «Чистота – залог здоровья»
8. Беседа «Растения, которые лечат»

Презентации

1. Правила личной гигиены

2. О пользе и вреде жвачки
3. Почему нужно есть много овощей
4. Полезные привычки

5. Все о витаминах
6. Мое тело

Игровые ситуации

1. Игровая ситуация «Как защититься от микробов?»
2. Игровая ситуация Что такое пульс и его найти
3. Игровая ситуация «Белые перчатки»
4. Ситуация «Как вести себя если что то болит»
5. Ситуация «Легко ли выполнить задание с закрытыми глазами?»
6. Ситуация «Что может почувствовать кожа?»
7. Игровая ситуация «Если случилась беда»

Игры

1. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты»
2. Дидактическая игра «Неболейка зуб»
3. Дидактическая игра «Аскорбинка и ее друзья»
4. Лото - Первая помощь
5. Работа с макетом челюсти,
6. Дидактическая игра «Мое тело»
7. Дидактическая игра «Вижу, слышу, чувствую»
8. Настольная игра Я – хирург
9. Настольная игра Я - ветеринар
10. Дидактическая игра «Пирамида здоровья»
11. С/ролевые игры «Больница», «Ветеринарная клиника», «Аптека»

Художественно-эстетическое развитие

1. Рисование на тему «Дети делают зарядку».
2. Лепка на тему «Спортивный инвентарь».
3. Рисование «Портрет Здоровья и Болезни»
4. Лепка «Дети гуляют на прогулке»
5. Слушание песен о ЗОЖ

Физическое развитие

1. Подвижные игры, эстафеты на участке
2. Закаливание
3. Физкультурные занятия в зале и на улице

4. Утренняя гимнастика
5. Прогулка
6. Ходьба по массажным коврикам, упражнения на профилактику плоскостопия

7. Самомассаж
8. Дыхательная гимнастика
9. Упражнения на профилактику зрения

Речевое развитие

1. Чтение художественной литературы: валеологические сказки, рассказы, стихи о ЗОЖ
2. Загадки о здоровом образе жизни
3. Чтение и заучивание пословиц о здоровом образе жизни
4. Составление детьми рассказов «Мой любимый вид спорта».
5. Составление рассказа «Правила Неболейки»
6. Составление рассказа «Правила Чистюли»

Работа с родителями

1. Консультации
- Роль семьи в воспитании здорового ребенка
- Соки – напитки «защиты»
- Солнце, воздух и вод – наши лучшие друзья
2. Памятка для родителей «Массаж – путь к здоровью»
3. Беседы
- Правильная осанка – здоровье ребенка
-Упражнения для профилактики плоскостопия
4. Сочинение сказок о здоровье
5. Создание презентаций «ЗОЖ в моей семье»
6. Создание герба здоровья семьи

3 этап - заключительный (30.11 -04 .12.)

1.Тематическая выставка детских рисунков.

4. Защита проектов «Здоровый образ в моей семьи»
5. «Рассуждалки» видео интервью о здоровье