

МАДОУ №15 «Югорка»

Проект «Здоровье»

Группы №16 компенсирующей
направленности для детей от 6 до 7 лет с
тяжелыми нарушениями речи.

Подготовили: Олейникова С.Н.
Фасхутдинова Е.Е.

Паспорт проекта

Тип проекта: познавательный,
оздоровительный.

Продолжительность: краткосрочный
(Март- Апрель)

Участники: воспитатели, дети группы,
родители воспитанников.

Актуальность

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 малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

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

- укреплять и сохранять здоровье детей, предупредить заболеваемость;
- дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни ,о полезной и вредной пищи для здоровья человека.
- развивать самостоятельность, инициативность, любознательность и познавательную активность у детей.
- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

Ожидаемый результат

Сохранение и укрепление здоровья детей, через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы; совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур; формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.

Этапы проекта

I этап – подготовительный

Цель: ознакомление и изучение теоретических материалов инновационных методик и педагогических технологий по ЗОЖ, разработать календарно- тематический план, подобрать и систематизировать наглядный материал, подобрать художественную литературу по теме. подбор консультаций для родителей .

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 ДОУ.**

**Здоровье – это достояние
всего общества, которое
невозможно оценить.**

**Мы желаем друг другу крепкого
здоровья, когда встречаемся
или прощаемся, потому что это
основа счастливой и
полноценной жизни.**

Беседы с воспитанниками на темы:

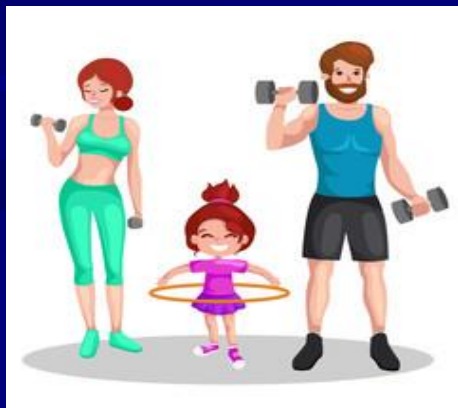
«Если хочешь быть здоров!»

«Где живут витамины»

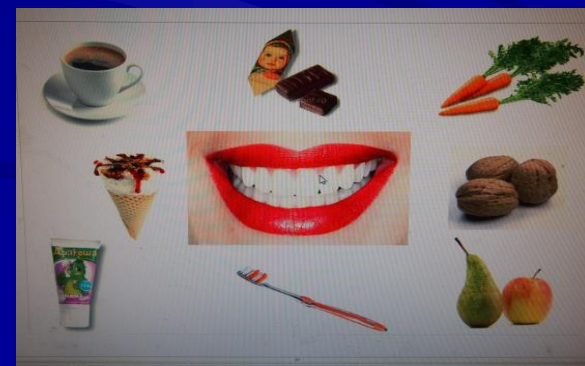
«Чистота – залог здоровья»

«Что вредно, что полезно»

«Как мы укрепим здоровье»



Дидактические игры



Разучивание пословиц

ПОСЛОВИЦЫ

- В здоровом теле здоровый дух.
- Здоровье дороже золота.
- Здоровья не купить.
- Болезнь человека не красит.
- Курить – здоровью вредить.
- Здоров будешь – все беды забудешь.
- Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.



Просмотр презентации

В здоровом теле – здоровый дух.



У природы есть закон – счастлив будет только тот, кто здоровье бережет.
Прочь гони-ка все хворобы!
Поучись-ка быть здоровым!



КАК ПРАВИЛЬНО ЧИСТИТЬ ЗУБЫ



1. Наружные поверхности зубов



2. Внутренние поверхности зубов



3. Внутренние поверхности передних зубов



4. Жевательные поверхности зубов



5. Язык



6. Зубная нить



Мы дружим со спортом



В здоровом теле

здоровый дух



НОД по физической культуре на улице



Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше
спать.
Ну а утром не лениться—
На зарядку становиться!



Участие в Международном конкурсе рисунков «Мама, папа, я спортивная семья»



ЕВРАЗИЙСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
ИМЕНИ ЯНУША КОРЧАКА

www.evrazio.su info@evrazio.su

ДИПЛОМ

№ RS 338 - 163184

Награждается

Глазачева Полина

Руководитель - Олейникова Светлана Николаевна
МАДОУ №15 "Югорка" г.Мегийон ХМАО-ЮГРА

Участник

финального (очного) тура
Международного конкурса для детей и молодежи
"Талантливое поколение"
(г.Москва)

Номинация:

"Изобразительное творчество"

Конкурсная работа:

"Мама, Папа-Я спортивная семья"

Список участников и победителей конкурса размещен на сайте
Евразийского института развития образования имени Януша Корчака по
адресу: <https://evrazio.su/result>

Свидетельство Роскомнадзора о регистрации СМИ №ФС77-56431

18.02.2020



Председатель Оргкомитета
Авдеев И.С.



Мы за
здоровое
питание !!!



Чисти зубки, руки
мой!!!
О врачах тогда
забудешь,
и здоровеньким ты
будешь...





Марафон «Зарядка дома»

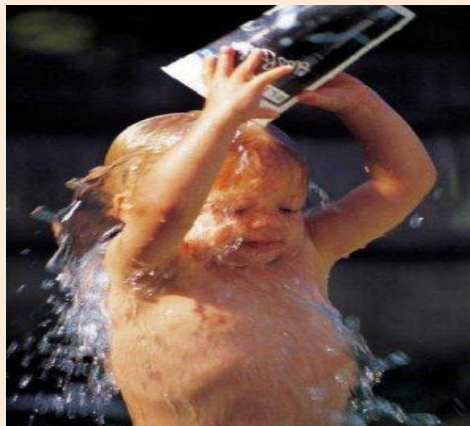


Нестандартное оборудование своими руками



Консультации для родителей

***** В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ *****



Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья
Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.
Ну а утром не лениться—
На зарядку становиться!



*БЫТЬ ЗДОРОВЫМ _
ЭТО МОЖНО!!!*



**В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ - ЗДОРОВЫЙ
ДУХ!**



Бережем свое здоровье Соблюдаем режим дня



О чем рассказать ребенку

— Знаешь ли ты, что организм человека имеет одну особенность, о которой нельзя забывать: он старается соблюдать свое внутреннее расписание и страдает, если этот порядок нарушается. Например, ты заигрался и совсем забыл, что уже время обедать. И вдруг что-то начинает беспокоить в животе, посасывать в желудке, урчать в кишечнике. Это твой организм дает сигнал, что пора обедать. Или вечером ты рассматриваешь интересную книжку и вдруг зеваешь, глаза начинают слипаться. Это организм сообщает, что он устал и пора спать.

В природе все повторяется в определенной последовательности, как и в режиме дня. Растения и животные приспосабливаются к смене времени суток и года. Ночью все живое спит: не поют и не летают птицы, некоторые цветы закрываются на ночь, а утром снова распускаются. Бурый медведь с наступлением холодов впадает в зимнюю спячку. Заяц каждую осень сменяет свою серую шубку на белую, чтобы зимой быть незаметным на белом снегу.

Человек тоже реагирует на изменения окружающей среды. Его «внутренние часы» (биоритмы) подсказывают, в какое время можно потрудиться, а когда необходимо отдохнуть, поесть, чтобы восстановить силы. Если их не послушаться, можно заболеть, так как организм ослабнет и не сможет бороться с различными инфекциями.



Режим дня подразумевает правильное чередование различных видов занятий и отдыха в течение суток, регулярное питание, соблюдение правил личной гигиены. Он строится на основе биологических ритмов человека, то есть на возможности организма приспосабливаться к естественным ритмам окружающей среды.

Воспитать у ребенка чувство ритма несложно. Дети легко привыкают к предлагаемому им режиму. Важнее родителям не сбиться с заведенного распорядка.

Соблюдение режима дня способствует нормальному развитию ребенка, укрепляет его здоровье, воспитывает волю, приучает к дисциплине.

При организации режима дня ребенка родителям нужно помнить и учитывать:

- состояние здоровья ребенка, его возрастные и индивидуальные особенности;
- необходимость четко соблюдать всегда и все без исключения правила режима дня;
- необходимость составлять распорядок дня так, чтобы ребенку всегда было чем заняться;
- важность личного примера родителей.



Вопросы и задания

- Расскажи о своем режиме дня, отвечая на вопросы.
- В какое время ты утром просыпаешься? Что делаешь? (Зарядка, умывание, завтрак, одевание.)
- В какое время ты завтракаешь, обедаешь, полдничаешь, ужинаешь?
- Перечисли основные блюда, которые ты ешь на завтрак, на обед и ужин.
- В какие игры во время прогулки ты играешь со своими друзьями?
- Назови свои любимые занятия.
- Ты помогаешь маме в работе по дому? Что входит в твои обязанности?
- Назови свои любимые телепередачи.
- Что необходимо делать перед сном?
- В какое время ты ложишься спать?
- Расскажи о том, что такое режим дня и для чего он нужен.

Наблюдения, экспериментирование

Летом наблюдайте с ребенком за тем, в какое время закрывают свои лепестки разные цветы.



Для ночного сна отводится время с 9 часов вечера до 7 часов утра. Дети-дошкольники спят днем один раз, 2 - 2,5 часа. Поведение ребенка в детском саду, его настроение, работоспособность находятся в прямой зависимости от того, как организованы его деятельность и сон в семье в обычные, а также в выходные дни. Если режим составлен правильно, то малыш активен в отдельные периоды для бодрствования, у него отличный аппетит, он находится в уравновешенном состоянии и легко засыпает, а просыпаясь снова весел и активен. Режим дня не только необходим для малыша но и облегчит жизнь его родителям!

Разместили информацию на сайте для родителей

Газета для любознательных родителей

Тема: « Если хочешь быть здоров»

<https://15ugorka.tvoyasadik.ru/site/pub?id=1877>

Марафон «Зарядка - дома»

https://15ugorka.tvoyasadik.ru/?section_id=195

Результативность проекта

В ходе реализации проектной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий «Знать должны и взрослые, и дети, что здоровье – главное на свете» в разновозрастной группе ДОУ 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: изготовили атрибуты в спортивный уголок группы: мешочки для метания, бельбоки, мешки для прыжков для детей.