

«Энциклопедия здоровья»

Педагогический проект для средней группы №2

Ахмадулина Т.В., инструктор по ФИЗО

Старикова Л.А., воспитатель

Вид проекта: информационно-практико-ориентированный

Актуальность проекта: Охрана жизни и укрепление физического и психического **здоровья** детей – одна из основных задач ДООУ. Чтобы быть **здоровым**, нужно научиться сохранять и укреплять **здоровье**, воспитывать желание вести здоровый образ жизни и заниматься физической культурой. Этому и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении, так как именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию ЗОЖ.

Современные методы **здоровьесбережения** присутствуют во всех видах педагогической деятельности. Задача педагогов - найти методы и приёмы сохранения и укрепления **здоровья детей**, создать благоприятные условия для их внедрения.

Цель проекта: воспитание у детей дошкольного возраста активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья.

Задачи для детей:

- 1) Получить первоначальные простейшие представления о здоровье и здоровом образе жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.
- 2) Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.
- 3) Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания, их полезных свойствах, формировать представление детей о здоровом питании.
- 4) Создать условия для благотворного физического развития детей.

Задачи для педагогов:

- 1) Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни.
- 2) Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблемах друг друга.
- 3) Активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.
- 4) Повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Задачи для родителей:

- 1) Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т. д.
- 2) Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
- 3) Заинтересовать родителей укреплять **здоровый образ жизни в семье.**
- 4) Воспитывать уважительное отношение не только к своему здоровью, но и к здоровью детей и окружающих.

Продукт проекта

- Спортивный досуг: Квест *«В поисках клада»*
- Выставка поделок из бросового материала *«В здоровом теле здоровый дух»*
- *«Дерево здоровья»*
- Ролик «Зарядка с папой и мамой»
- Анкетирование родителей

Подготовительный этап

- Материально-техническое и дидактическое обеспечение проекта. Прогнозирование рисков и результата.
- Изучение программно-методических материалов по ЗОЖ.
- Анкетирование родителей.
- Разработка плана работы с родителями.
- Корректировка рабочих программ по организации проекта о ЗОЖ, комплексно–тематического планирования.

Основной этап

Ежедневно / первая и вторая половина дня

- утренняя гимнастика;
- ходьба по массажным дорожкам;
- пальчиковые игры («Компот», «Капуста», «Этот пальчик хочет спать», «Вышла Люба в огород», «Прогулка», «Это я»)
- подвижные игры («Съедобное- несъедобное», «Собери урожай»)
- физкультминутки («Сбережем здоровье», «Семейная зарядка», «На лесной полянке звери делают зарядку», «Каждый день по утрам делаем зарядку», «Держим ровно все мы спинку», «Рано утром на зарядку»)
- прогулки на свежем воздухе;
- гимнастика после сна;
- массаж с помощью массажных мячиков;

Дети и воспитатель группы. Получение заряда бодрости и хорошего настроения через выполнение комплекса утренней гимнастики, направленного на предупреждение нарушений осанки, плоскостопия, в процессе выполнения различных видов ходьбы и бега, общеразвивающих упражнений.

Беседы

- *«Здоровье и болезнь»*
- *«Режим дня»*
- *«Витамины и полезные продукты»*
- *«Я и мое тело»*
- *«Микробы и вирусы»*
- *«Полезные и вредные продукты»*
- *«Зачем нам делать зарядку»*
- *«Здоровые зубки» и т.д.*

Чтение художественной литературы

- А. Барто «Девочка чумазая»
- «Бегемотик Буби-бу» (из серии «Лучшие мультсказки»)
- Ю. Тувим «Овощи»
- К. И. Чуковский «Айболит»
- К. Чуковский «Федорино горе»
- А. Кутафин «Вовкина победа»
- Стихи и загадки о здоровье, витаминах, предметах личной гигиены

С/р игры, дидактические игры

- *«Семья. Дочка заболела»*
- *«Магазин полезных продуктов»*
- *«На приеме у врача»*
- *«Не ошибись»*
- *«Овощи и фрукты — полезные продукты»*
- *«Предметы личной гигиены»*
- *«Правильно, правильно, совершенно верно»*

Художественное творчество

- *«Витамины с грядки»*
- *«Зубная щетка для мальчика Пети»*
- *«Фрукты»*
- *«Я делаю зарядку»*
- *«Борщ»*
- *Коллаж «Зимние забавы»*
- *«Дерево Здоровья»*

Для родителей

- *«Бережем свое здоровье, или правила доктора Неболейко».*
- *Консультация «Телевидение и дошкольник, или что смотрит ваш малыш»*
- *Оформление уголка для родителей «Одежда детей в зимний период»*
- *Консультация «Формирование гигиенических навыков и привычек*

Физическая культура

- Ежедневная утренняя зарядка
- Занятия по физической культуре
- Е. А. Тимофеева «*Подвижные игры*»
- Эстафеты
- Массаж
- Аэробика

Заключительный этап

- Квест «В поисках клада»
- Выставка поделок из бросового материала
- Ролик «Зарядка с папой и мамой»
- Анкетирование родителей
- «Дерево Здоровья»

Анкетирование родителей

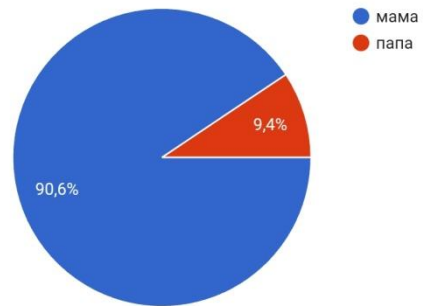
Анкета по здоровому образу жизни

Вопросы **Ответы 33** Настройки

Кто заполняет анкету

32 ответа

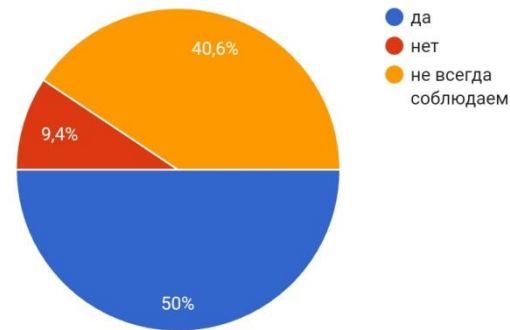
 Копировать



Установлен ли для Вашего ребенка дома режим дня?

32 ответа

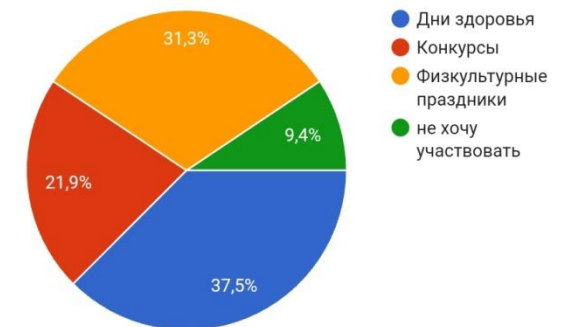
 Копировать



Хотели бы Вы участвовать со своим ребенком в мероприятиях, проводимых в детском саду по ЗОЖ? Укажите, какие?

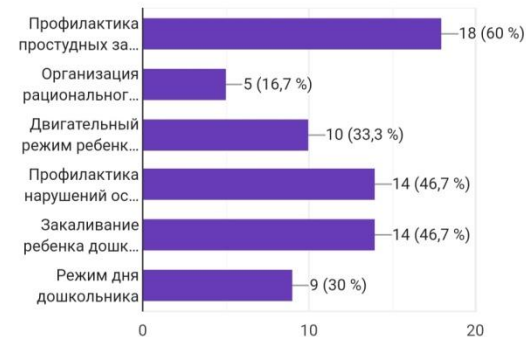
32 ответа

 Копировать



В какой информации по ЗОЖ детей Вы нуждаетесь?

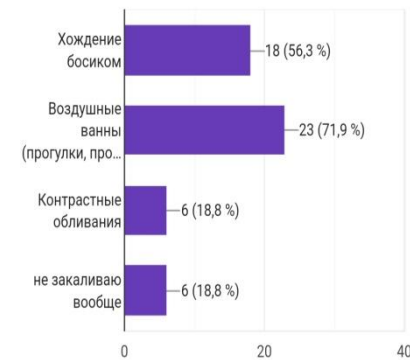
30 ответов



Копировать

Как вы закаляете вашего ребенка?

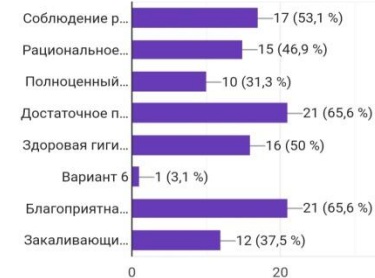
32 ответа



Копировать

На что, по Вашему мнению, должны обратить особое внимание воспитатели, сотрудники детского сада, заботясь о здоровье ребенка?

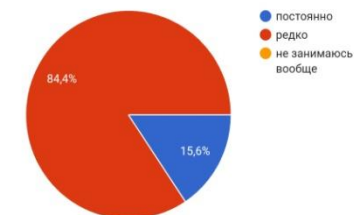
32 ответа



Копировать

Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

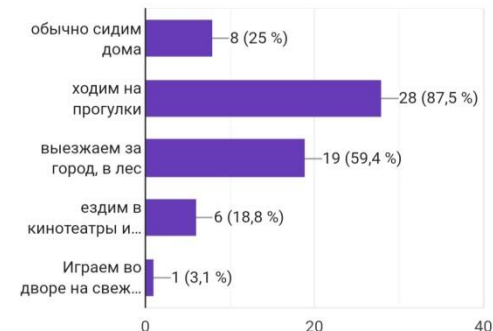
32 ответа



Копировать

Как вы проводите выходные с ребенком?

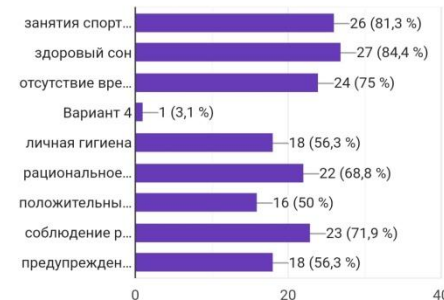
32 ответа



Копировать

Что такое здоровый образ жизни в вашем представлении? (можете выбрать несколько вариантов)

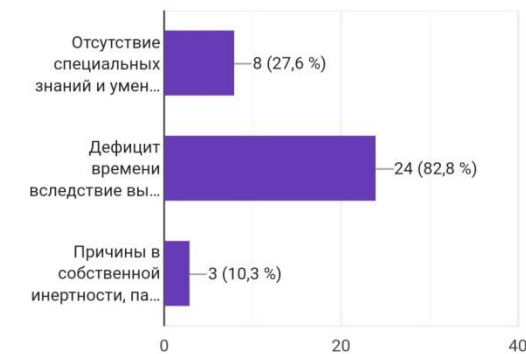
32 ответа



Копировать

Есть ли причины, мешающие вам уделять достаточное внимание здоровью вашего ребенка? Если есть, то какие?

29 ответов



Копировать









