

Педагогический проект

«Если хочешь быть здоров»

февраль-апрель 2021

Тип проекта: познавательного-игровой.

Возраст детей: подготовительная к школе группа.

Продолжительность проектной деятельности: среднесрочный.

Разделы программы: познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие.

Актуальность: В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

Цели проекта:

1. Всемерное способствование совершенствованию и развитию основных систем жизнеобеспечения организма, формирование привычки заботиться о своем здоровье.
2. Повышение уровня педагогической культуры родителей в вопросах здоровьесбережения.

Достижение целей связано с решением комплекса взаимодополняющих задач:

- Развитие познавательного интереса к компонентам здорового образа жизни;
- Развитие выносливости и физической работоспособности детей;
- Повышение сопротивляемости организма к аденовирусным инфекциям;
- Обеспечение оптимальных темпов прироста физических качеств детей: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты;
- Обогащение двигательного опыта детей посредством формирования устойчивых двигательных навыков в процессе обучения движениям.
- Приобретение навыков сохранения правильной осанки.
- Приобретение детьми знаний и навыков ухода за своим телом, воспитание привычек здорового образа жизни.

Предполагаемые результаты:

- Развитие познавательной активности, творческих способностей, коммуникативных навыков.
- Сформированность умений осуществлять поисково-исследовательскую деятельность.
- Понимание детьми необходимости правильного питания, выполнения гигиенических процедур, занятий спортом для сохранения и укрепления здоровья.
- Повышение речевой активности.
- Снижение заболеваемости.

1 этап подготовительный

- Изучить методическую, научно-популярную и художественную литературу.
- Подобрать иллюстративный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой и театрализованной деятельности.
- Провести социально - гигиенический скрининг семей воспитанников.
- Проинформировать родителей воспитанников о проекте

Создать картотеки дидактических игр, загадок, пословиц и поговорок, подвижных игр по теме.

2 этап основной

содержание	Задачи
Рассматривание иллюстраций по теме «Наше тело»	Ознакомить со строением тела человека
Беседа «Точка, точка, запятая...» (строение тела человека)	Ознакомить со строением тела человека, назначением различных органов, с возможностями движения различных частей тела
Дидактическая игра «Зеркало»	Упражнять в определении количества частей тела и их расположение
Беседа «Зеленая аптека»	Систематизировать и закрепить знания о лекарственных растениях родного края
Дидактическая игра «Измени слово»	Формировать умение изменять слова с помощью суффиксов, повышать речевую активность
Беседа «Радуга здоровья»	Научить заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью
Беседа «Мой друг, позвоночник»	Научить заботиться о своем позвоночнике, продолжать знакомить с гимнастикой йогов.
Дидактическая игра « Назови ласково»	Повышать речевую активность, формировать умение подбирать слова-синонимы
Беседа «Уважайте светофор»	Закрепить правила дорожного движения, учить избегать ситуаций приносящих вред здоровью
НОД (с элементами практической деятельности) «Приключения Чипполино» или «Витамины сажаем сами» (здоровая пища)	Обобщать знания о полезных для здоровья продуктах, способов их получения
Беседа «Жил был крокодил»	Научить ответственно относиться к состоянию зубов, закрепить правила личной гигиены, навыки чистки зубов
Дидактическая игра «Спортсмены»	Расширять знания о видах спорта, учить изменять слова
Загадки о частях тела и предметах ухода ха ним	Закрепить умение по характерным признакам называть части тела и предметы гигиены
Заучивание пословиц и поговорок по теме	Активизировать и пополнять словарь
Библиотека здоровья для родителей (оформление уголка для родителей)	Просвещение родителей по вопросам жизнедеятельности ребенка и формирования его здоровья
Спортивно-	Формировать устойчивую мотивацию и потребность в

патриотическое развлечение «Наша армия сильна»	сохранении собственного здоровья, потребность в двигательной активности, развивать интеллектуальные функции (мышление, память, воображение, внимание, восприятие, ориентировку в пространстве)
Физкультурные занятия	Повысить двигательную активность, формировать умения и навыки.
Индивидуальная работа по физической культуре	Закреплять и совершенствовать навыки выполнения основных движений
Динамические паузы	Учить снимать психоэмоциональную и мышечную нагрузку
Гимнастика после сна, элементы самомассажа	Воспитывать чувство ответственности за свое здоровье, профилактика заболеваний.
Полоскание рта после приема пищи	Прививать навыки соблюдения личной гигиены, осознанного отношения к своему здоровью
Подвижные игры, в том числе и на прогулках	Закреплять навыки выполнения основных видов движения, повышать двигательную активность, развивать эмоционально - волевую сферу
Познавательное занятие «Сохрани здоровье сам»	Учить самостоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приемы самооздоровления, прививать любовь к физическим упражнениям
Поисково-исследовательская деятельность «Как увидеть микробы»	Развивать познавательный интерес, обобщать знания о способах сохранения здоровья
Игры с водой и мыльными пузырями	Снять психоэмоциональную нагрузку, приобретение навыков правильного дыхания (выдох), развитие интеллектуальных функций
Лепка «Зимние виды спорта»	Учить передавать в лепке сюжеты зимних забав
Рисование по теме «Папа, мама, я – спортивная семья»	Продолжать учить рисовать фигуру человека в движении, добиваться четкого изображения пропорций, воспитывать любовь к семье

Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр» А. Барто «Девочка Чумазя» В. Драгунский «Денискины рассказы» С. Михалков «Прививка» З. Александрова «Купание»	Воспитывать бережное отношение к своему здоровью
Сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Больница», «Магазин»	Закреплять знания по лексической теме, повышать речевую активность
3 этап заключительный	
Практическое занятие «Мы готовим винегрет»	Формировать устойчивую мотивацию и потребность в сохранении собственного здоровья, закрепить знания о полезных для здоровья блюдах, учить их готовить.
Спортивный праздник «Мы ребята смелые, ловкие, умелые»	Формировать положительное отношение к занятию физкультурой и спортом, воспитывать дружеские отношения