

Проект «Я хочу здоровым быть» (подготовительная группа)
Татьяна Четвертакова
Проект «Я хочу здоровым быть» (подготовительная группа)

Актуальность.

Быть здоровым – естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное

Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей. «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка в младенческом возрасте» (п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании»).

благополучие.

Цели:

1. Пропагандировать здоровый образ жизни.
2. Подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и своём здоровье.
3. Учить детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.

Задачи:

- прививать любовь к физическим упражнениям;
- познакомить детей с правилами правильного питания;
- продолжать знакомить с правилами гигиены;
- воспитывать умение бережного отношения к своему организму, оценивать себя и своё состояние.

Паспорт проектной работы:

Возраст детей, на которых рассчитан проект: 6-7 й год жизни.

Направленность развития детей, в рамках которого проводится работа по проекту: комплексное (разные виды детской деятельности: познавательно-речевая, изобразительная, ручной труд, театрализованная, игровая, физическая).

Участники проекта: дети, воспитатели группы, инструктор ЛФК, родители.

Тип проекта: практико - ориентированный, групповой.

Форма проведения: занятия, экскурсии, походы, самостоятельная деятельность детей, игры, занятия с инструктором ЛФК, работа с родителями.

Продолжительность: долгосрочный.

Цель- результат: фотовыставка, макет спортивной площадки, физкультурно-театрализованное развлечение.

Этапы работы с детьми над проектом "Я хочу здоровым быть".

1 Этап

1. Анкетирование родителей. -Выявить участие родителей в оздоровлении детей в семье.
2. Создание сюжетной ситуации. -Развитие образного мышления, способность принимать решения.
3. Поход в осенний лес. -Радость,эмоциональный подъём, созерцание красоты природы.
4. Родительское собрание. Фотрепортаж. -Знакомство с результатами анкетирования, пропаганда ЗОЖ.
5. Спортивные игры. -Формирование глубокого, ритмичного вдоха и выдоха, развитие координации движений, укрепление мышц позвоночника.
6. Консультация "Здоровье-дело престижное".-Познакомить родителей с зональным массажем ног.
7. Рекомендация родителям "Какую обувь покупать детям".-Правильный подбор обуви.

2 этап

1. Изготовление нестандартного оборудования. -Создание необходимой развивающей среды.
2. Заучивание пословиц. -Знакомство с пословицами о спорте и физкультуре.
3. Занятие с детьми "Сохрани своё здоровье сам".-Учить самостоятельно следить за своим здоровьем.

4. Игры, которые лечат. -Способствовать всестороннему, гармоничному, физическому и умственному развитию.
5. Консультация для родителей "Какими видами спорта можно заниматься".
6. Занятие с детьми "Подружись с зубной щеткой".-Продолжить знакомить с правилами личной гигиены и с методами ухода за зубами.
7. Консультация для родителей "Уход за волосами, зубами и телом".-Необходимость гигиенических процедур в семье.
8. Занятие лечебной физкультурой. -Развитие координации движений, укрепление связочно-мышечного аппарата.
9. "Круглый стол" с родителями "Физическое развитие ребёнка в семье и в ДОУ".-Ознакомление с методической литературой по физическому развитию ребёнка в семье.

3 этап

1. Занятие с детьми "Спорт-это здоровье"-Закрепление знаний о различных видах спорта, об олимпиаде.
2. Викторина с родителями "Спорт-это жизнь".-Активное участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.
3. Экскурсия на стадион. -Воспитывать стремление заниматься спортом и приобщение к месту проведения спортивных соревнований.
4. Занятие с детьми "Осанка-зеркало здоровья".-Учить следить за своим здоровьем, побуждать к выполнению физических упражнений, радоваться достигнутым результатами.
5. Занятие с инструктором ЛФК. -Развитие координации движений, равновесия, укрепление стопы ног.
6. Консультация для родителей "Больше внимания осанке".-Знакомство родителей с причинами нарушения осанки.
7. Поход в зимний лес. -Обучение детей катанию на лыжах.
8. Семейный час "Спортивное развлечение с родителями и детьми".-Побуждать родителей к совместному участию в спортивных мероприятиях.

4 этап

1. Занятие с детьми (лепка человека).-Закрепление знаний о частях тела человека.
2. Разработка пакета рекомендаций оЗОЖ. -Привлекать детей к созданию советов, рекомендаций для героя (Бабы-Яги.)
3. Занятие с детьми "Скелет и мышцы человека".-Познакомить детей с мышцами и их ролью. Продолжать воспитывать у детей потребность знать о себе и о своём теле.
4. Изготовление макета спортивной площадки. -Развитие творческого воображения.
5. Занятие с детьми "Зачем человек ест".-Познакомить детей с правилами здорового питания.
6. Презентация проекта "Я хочу здоровым быть".-Подготовка к презентации проекта:распределение ролей между детьми, изготовление костюмов,атрибутов,пригласительных билетов.