

Проект «Азбука здоровья»

группа среднего возраста



*Воспитатели: Качало М.В.
Ганина Н.В..*

г. Сургут-2022г.

Паспорт совместного проекта с детьми и родителями на 2022 учебный год

«».

Руководитель проекта	Воспитатель Качало Мария Васильевна Воспитатель Ганина Наталья Владимировна
Базисный компонент	Проектная деятельность с детьми и родителями на 2022 учебный год «Азбука здоровья».
Срок реализации	Краткосрочный с 01.12 по 08.12.2021 год
Возраст участников проекта	Дети от 4 до 5 лет
Состав проектной группы	Воспитатели, дети, родители воспитанников
Тип проекта	По продолжительности: краткосрочный По составу участников проекта: групповой. По направленности деятельности участников проекта: познавательный, творческий, информационный. Интеграция образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, речевое развитие.
Проблема проекта	Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепление его с помощью приобщения к здоровому и безопасному образу жизни. Значимость применения данной работы определяется решением задач оздоровления дошкольников, воспитания культуры безопасного и здорового образа жизни – создания прочной основы для воспитания здорового ребёнка.
Цель проекта	Формирование у дошкольников основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здорового образа жизни и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.
Задачи проекта	- Научить элементарным правилам сохранения здоровья; - Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста; - Воспитывать желание у детей заботиться о своем здоровье; - Развивать у детей потребность в активной деятельности. - Формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания; - Рассказать детям о витаминах и полезных продуктах.
Актуальность проекта	Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости. Так гласит народная мудрость. Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная Ознакомление детей дошкольников с основами здорового образа жизни - важная педагогическая задача.

Создание развивающей предметно-пространственной среды (необходимое оборудование)	Материалы и оборудование: дидактические пособия. Литературный ряд: чтение художественной литературы: Благинина Е. "Прогулка", Грозовский М «Распорядок дня», Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым», Зайцев Г. «Уроки Мойодыра», Кан Е. "Наша зарядка", Михалков С. "Про девочку, которая плохо кушала", «Овощи». Беседы «Что я знаю о здоровье?», «Мое тело», «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу», «Кто такие микробы?», «Чистота – залог здоровья», «Если хочешь быть здоров - закаляйся»; загадки, пословицы и поговорки о здоровье; сюжетно-ролевые игры «Поликлиника», «Лечим куклу», «Витаминный обед»; дидактические игры «Полезно-вредно», «Что нам нужно для здоровья» (с мячом). Раскрашивание картинок с овощами и фруктами. Утренняя гимнастика, гимнастика после сна, пальчиковая гимнастика, подвижные игры на улице
Продукты проекта	- лепка «Витаминный салат»; - интегрированное занятие «Доктор Айболит в гостях у ребят»; - развлечение «Я здоровье берегу».
Предполагаемый результат	- Дети должны знать элементарные правила сохранения здоровья: - правильное питание; - гигиена тела и рук; - режим дня; - активный образ жизни.
Предварительная работа над проектом (если есть)	- Изучение методической, познавательной и художественной литературы; - подбор дидактических, подвижных игр; - оформление информационного уголка для родителей - изучение Интернет-ресурсов по теме проекта
Взаимодействие с родителями	- Оформление папки передвижки «О пользе физкультуры»; консультация «Как оздоровить ребенка дома?»; - Анкетирование «Условия здорового образа жизни в семье», - Информация на стенде: «Здоровый образ жизни семьи», «Уход за зубами». - Памятка «Растим детей здоровыми», «Вредные привычки у взрослых и их влияние на ЗОЖ». - Анкетирование родителей «О здоровье всерьёз» - Консультация «Закаляемся правильно»;

Список используемой литературы:

1. Алямовская В.Т. «Как воспитать здорового ребенка». - М.:Линка Пресс , 1993г.
2. Бабенкова Е.А. «Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье». - М.: Вентана-Граф 2004г.
3. Баль Л.В. "Букварь здоровья" Москва, 1995г.
4. Белоке К.Ю. "Формирование основ безопасности у дошкольников", Москва, 2012 г.
5. Шорыгина Т.А. "Беседы о здоровье", Москва, 2005г.
6. Щукина С.Е. "Я и мое тело", 2004г.
7. Безруких М.М., Филиппова Т.А. «Разговор о правильном питании». Издательство: ОЛМА-ПРЕСС, 2005г.
8. Буянова Н. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина. – М.: АСТ, 1998 г.
9. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье»: Методическое пособие. М: ТЦ Сфера, 2004 г.

Анкета для родителей «О здоровье всерьёз!»

1. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?

а) постоянно; б) часто; в) очень редко; г) не занимаюсь.

2. Часто ли болеет ваш ребенок? а) часто б) редко в) не болеет

3. На что на Ваш взгляд, должны семья и детский сад обращать внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребенка:

а) соблюдение режима; б) рациональное питание; в) полноценный сон;

г) достаточное пребывание на свежем воздухе; д) здоровая гигиеническая среда;

е) благоприятная психологическая атмосфера; ж) наличие спортивных и детских площадок; з) физкультурные занятия; и) закаливающие мероприятия.

4. Какие закаливающие процедуры наиболее применимы для Вашего ребенка:

а) облегченная форма одежды на прогулке; б) облегченная одежда в группе;

в) обливание ног водой контрастной температуры; г) хождение босиком;

д) систематическое проветривание помещений группы; е) прогулка в любую погоду;

ж) полоскание горла водой комнатной температуры;

з) умывание лица, шеи, рук до локтя водой комнатной температуры.

5. Есть ли в Вашем доме спортивные снаряды? а) да; б) нет.

Если есть, то какие? _____ **6.**

Делаете ли Вы с ребёнком дома утреннюю гимнастику? а) да; б) нерегулярно; в) нет. **7.**

Считаете ли Вы питание Вашей семьи рациональным? а) да; б) отчасти; в) нет;

8. Установлен ли для Вашего ребёнка режим дня? а) да; б) нет.

9. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям? а) да; б) отчасти; в) нет;

10. Знаете ли Вы, как укреплять здоровье ребенка дома? а) да б) нет в) частично.

Фотоотчет по проекту:

