

Проект «Копилка здоровья»

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А.Сухомлинский.

Тип, вид проекта	Оздоровительный, практико-ориентированный
Продолжительность проекта	Долгосрочный
Участники	Педагоги, воспитанники детского сада, родители, представители социума: ГУЗ "Большенагаткинская РБ", МОУ Большенагаткинская средняя школа, ДЮСШ МО "Цильнинский район, ФОК «Цильна».
Цель, направление деятельности проекта	Формировать у детей старшего дошкольного возраста активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья, через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы в тесном сотрудничестве с семьей и социумом в сельской местности.
Задачи:	<ol style="list-style-type: none">1. Сохранять и укреплять здоровье детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности при помощи нетрадиционных форм и методов;2. Повышать эмоциональное благополучие ребёнка за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных мероприятий физкультурной направленности с родителями воспитанников и представителями социума;3. Расширять кругозор в вопросах спортивной жизни села, района, страны;4. Воспитывать социально значимые личностные качества: целеустремлённость, организованность, инициативность, трудолюбие;
Актуальность	Каждый из нас хочет видеть своих детей здоровыми, счастливыми, но не все задумываются о том, как сделать так, чтобы дети, вырастая, жили в ладу с собой, окружающим миром, другими людьми. А ведь за всем этим стоит здоровый образ жизни. Именно он дает физические и духовные силы, здоровую нервную систему, способность

	<p>противостоять вредным влияниям, чувствовать радость от того, что живешь.</p> <p>Мы пришли к выводу, что именно в дошкольном возрасте необходимо формировать здоровый образ жизни (ЗОЖ), прививать детям интерес к занятиям физической культурой, следить за их физическим развитием, закаливать организм ребенка, создавая, тем самым, крепкую базу здоровья.</p>
Гипотеза	<p>Здоровье детей будет сохраняться, укрепляться и развиваться, а физические качества будут эффективно совершенствоваться при условии, если будет разработана система работы с детьми и их родителями по физическому воспитанию и оздоровлению с использованием инновационных здоровьесберегающих технологий, новых активных форм работы с родителями, социумом по формированию привычки к здоровому образу жизни.</p>
Краткое содержание проекта:	<p>1. Поисковый. Поиск и анализ проблемы -Что мы знаем о здоровье ? -Что хотим узнать? -Что нужно сделать, для того, чтобы....</p> <p>2. Аналитический. Анализ и подбор ресурсов.</p> <p>3. Практический.</p>
1. Поисковый. Поиск анализ проблемы:	<p>После чтения произведения М. Литвишко «Волшебные деньги» у детей были сформулированы проблемные вопросы: -«Бывают ли другие копилки, кроме денежных?», -«Существует ли "копилка здоровья"? - «Как она может выглядеть? Может ли человек стать "копилкой здоровья"? - «Что нужно складывать в " копилку здоровья"? Наметить темы и пути исследования.</p>
Варианты решения:	<p>-Осознанно относиться к своему здоровью,</p>
2. Аналитический. Анализ и подбор	<p>Беседы о ЗОЖ: "Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!", "Витамины я люблю - быть здоровым</p>

ресурсов:

я хочу", "Беседа о здоровье, о чистоте, «Полезные и вредные привычки», «Снег - для игры, а не для еды». «Режим дня»; «Таблетки растут на грядке», «Виды спорта», «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу», «Утренняя зарядка», «Зачем соблюдать режим дня», «Польза дневного сна» и др.

Чтение художественной литературы:

К. Чуковский "Мойдодыр", А. Барто "Девочка чумазя", Алхазова Ф. "Что такое витамины", Благинина Е. "Почему кот моется после еды?", Степанов А. "Гигиена", Коростелев Н. "А ты не забыл носовой платок?", Афонькин С. "Почему щиплет мыло?"

Настольные игры : Лото "Режим дня", "Полезные и вредные продукты", «Виды спорта»

Игра-драматизация: «Уроки Мойдодыра», «Путешествие в страну здоровья».

Рассматривание иллюстраций: «Виды спорта»

Самомассаж: «Поиграем с ушками»; «Массаж личика», «Массаж головы», «Массаж спины», «Поиграем с глазками», «Поиграем с ручками».

Игры на развитие двигательной активности:

«Пузырь»; «Кот в мешке», «Найди себе пару», «Солнышко и дождик», «Воробушки и автомобиль», «Догони свою пару», «Огуречик...огуречик», «У медведя во бору».

Малоподвижные игры:

«Шарик»; «Пузырь», «Караблик», «Веселый поезд», «Лови не лови», «Ласковые слова», «Огонь, вода», «Покажи животных».

Разучивание стихов, пословиц и поговорок на «Здоровье, спорт».

Аппликация «Разные мячи».

Просмотром мультфильмов «Смешарики- азбука здоровья».

Прослушивание и разучивание песен о спорте:

«На зарядку становись», «Если хочешь быть здоров», «Я буду чемпионом», «Трус не играет в хоккей».

Разучивание спортивного танца под музыку песни «Герои спорта».

С/р игры: «Поликлиника», «Семья», «Спортивный магазин».

Просмотр презентации: «Что такое олимпийские

	<p>игры?»</p> <p>Наблюдение за работой медсестры; за школьниками на стадионе;</p> <p>Экскурсии : ДЮСШ, Встречи с представителями социума в ДОУ.</p> <p>Анкетирование родителей: «Условия ЗОЖ в семье».</p> <p>Консультации для родителей: -Как с пользой для здоровья проводить выходные»: - «Режим дня»; - «Утренняя зарядка для детей»; - «Советы по укреплению здоровья детей»; - «Как приучить ребенка чистить зубы»; - «Полезные привычки»; - «Здоровье и питание детей дошкольного возраста».</p>
<p>Сбор и изучение информации</p>	<p>Дети и родители выполняют задания:</p> <ul style="list-style-type: none"> -составление презентации о семейных традициях, реликвиях, взаимоотношениях, - привлечь к организации выставки фотоматериалов, семейных альбомов; -привлечь к созданию презентаций: «Спортивные достижения нашей семьи»; - Анкетирование родителей с целью выявления их опыта в сохранении и приумножении здоровья детей; - Сбор родителями информации и наглядного материала ; - Помощь родителей в создании нетрадиционного спортивного оборудования для физкультурного уголка; -Помощь родителей в проведении спортивных мероприятий.
<p>3. Практический</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Оформление выставки детских работ «Мы здорово скажем «Да»; - конкурс рисунков «Спорт»; - фотоколлаж «Мы дружим со спортом». - создание картотеки «Подвижные игры для детей дошкольников»; -участие родителей в создании презентации

	<p>«Спортивные достижения моей семьи», «Здоровый образ жизни»;</p> <p>-спортивное мероприятие «Папа, мама, я -спортивная семья», «Лыжня зовет !», «Сильные, ловкие, смелые»</p>
Продукт проекта	<p>Участие в спортивных мероприятиях: «Велотрек», велопрогулки «Папа, мама, я- спортивная семья», «Легкоатлетическая эстафета», «Лыжня России», «Кросс наций», спартакиада «Малышок».</p> <p>Сотрудничество</p> <p>- с Детской юношеской спортивной школой (вольная борьба, футбол, волейбол, легкая атлетика)</p> <p>- «Встречи с интересными людьми(тренеры)» ;</p> <p>-посещение в школе уроков физ-ры .</p>
Ожидаемые результаты:	<p>В результате проведенной работы дети поняли, почему необходимо беречь свое здоровье, пополнять его "копилку". У детей повысился познавательный интерес к своему здоровью, появилось понимание его ценности, сформировались полезные привычки, укрепляющие здоровье. Произошло развитие их исследовательской, практической, продуктивной деятельности. Укрепилось сотрудничество родителей с детским садом. Самое главное, дети стали меньше болеть.</p> <p>Реализация проекта познакомила детей с возможностями самим добывать информацию по интересующему вопросу. Дети узнали, почему здоровье необходимо беречь с детства. Дети стали бережнее относиться друг у другу, заботиться друг о друге.</p>

Анкета для родителей

Уважаемые родители! Просим Вас оказать нам содействие, заполнив анонимную анкету, на тему «Условия ЗОЖ в семье».

1. Читаете ли вы литературу о здоровом образе жизни?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
2. Используете ли Вы полученные знания в воспитании ребёнка?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
3. Можно ли назвать образ жизни в Вашей семье здоровым?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

4. Делаете ли Вы утреннюю зарядку?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
6. Как Вы организуете питание в вашей семье?
А) полноценное питание;
Б) предпочтение отдаёте каким-то одним видам продуктов;
В) питаетесь регулярно;
Г) нерегулярно.
7. Как воздействует на вашего ребёнка климат в семье?
А) положительно;
Б) отрицательно;
В) не воздействует.
8. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
9. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе с детьми?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
10. Занимаетесь ли Вы закаливанием детей?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
11. Вы сами здоровы?
А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.
12. Часто ли болеет Ваш ребёнок?
А) ДА; Б) Нет.
13. Каковы причины болезни Вашего ребёнка;
А) недостаточное физическое воспитание в детском саду;
Б) недостаточное физическое воспитание в семье;
В) наследственность;
Г) предрасположенность к болезням.
14. Что, по вашему мнению, будет способствовать укреплению его здоровья?
а) Физкультурные занятия в детском саду;
б) закаливание;
в) прогулки на свежем воздухе в любую погоду;
г) совместные физкультурные занятия детей и взрослых в детском саду и дома;
д) утренняя гимнастика;
е) соблюдение режима дня;
ж) другие варианты.
-
15. Что Вы считаете здоровым образом жизни? (напишите)