

СП «Детский сад Крепыш» ГБОУ СЛШ №3 г.Похвистнево

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ
НА ТЕМУ:
«Я ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГУ – САМ СЕБЕ Я ПОМОГУ»**

Проект реализует: воспитатель Кудряшова Е.Г.

2016-2017

Актуальность

Здоровье — состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.

Что такое здоровьесберегающие технологии? Это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации различных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию. Мы только тогда можем сказать, что процесс осуществляется по здоровьесберегающим образовательным технологиям, если при реализации используемой педагогической системы решается задача сохранения здоровья дошкольников и педагогов.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить ребенку в условиях комплексной информатизации образования возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Гипотеза проекта – существуют традиционные и нетрадиционные методы оздоровительной работы, как наиболее эффективные средства оздоровления детей, повышающие интерес к физкультурно - оздоровительным мероприятиям у воспитанников и их родителей.

Проблема проекта – как обеспечить детям и родителям в условиях образования возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в жизни.

Проблемный вопрос: «Как и с помощью чего сохранить и укрепить здоровье детей дошкольного возраста?»

Основными целями данного проекта являются:

- снижение заболеваемости;
- сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста;

- качественные преобразования направлений педагогической деятельности, ради достижения нового качества оздоровительной работы и формирование у дошкольников имиджа здорового образа жизни.

Задачи проекта:

- формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;
- прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;
- повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

Тип проекта: практико – ориентированный.

Участники проекта: воспитатели группы, родители и дети логопедической группы.

Сроки выполнения проекта:

Начало: октябрь 2016 г.

Окончание: май 2017 г.

Продолжительность: долгосрочный, один учебный год.

Экспериментальная база – СП «Детский сад Крепыш» ГБОУ СОШ№3 города Похвистнево Самарской области.

Этапы реализации проекта:

1. Организационно-подготовительный (сентябрь – октябрь)
2. Внедренческий (октябрь – май)
3. Заключительный (апрель – май).

Перспективный план работы с детьми

Октябрь

«Я и мое тело».

Познакомить детей со своим телом. Учить называть части тела: голова, руки, ноги, живот, спина, и объяснить значение частей тела. Воспитывать интерес к своему телу. Беседы по теме «Что такое доброта»,

«Известно всем из века в век: не злостью славен человек», «Как хорошо когда вас любит кто-то!»

Сюжетно – ролевая игра «Больница».

Пальчиковая гимнастика: «Части тела», «Осень».

Подвижные игры: «Пузырь», «Птички в гнездышках», «Мыши и кот».

Дыхательная гимнастика: «Часики», «Трубач».

Самомассаж «Мытье головы».

Артикуляционная гимнастика «Окошко», «Чистим зубки», «Месим тесто», «Чашечка». Библиотека семейного чтения «Азбука здоровья»,

Анкетирование: «Условия здорового образа жизни в семье».

Ноябрь

«Витамины»

познакомить детей с понятием «витамины», их значением в жизни человека, закрепить знания об овощах и фруктах.

Беседы: «О пользе витаминов», «Людам забота как воздух нужна стать здоровее поможет она», «Кто скуп и жаден, тот в дружбе не ладен», «Я себе хочу помочь! Уходи обида прочь!»

Аппликация: «Компот».

Сюжетно – ролевые игры: «Научим куклу Катю раздеваться после прогулки», «Аптека», «Больница».

Пальчиковая гимнастика: «Овощи», «Фрукты», «Ягоды».

Дидактические игры: «Витаминный бильярд», «Назови одним словом», «Поварята».

Подвижные игры: «Воробушки и кот», «Догони меня», «Найди свой цвет», «Не опоздай», «В воротики».

Точечный массаж: «Кисонька», «Массаж пальцев».

Артикуляционная гимнастика: «Дудочка», «Заборчик», «Маляр», «Грибочек». Папка-передвижка «Правильное питание детей» Консультация «Бережем свое здоровье или Правила доктора Неболейко»

Декабрь

«Здоровая пища»

Рассказать детям о продуктах питания и о их значении для человека, познакомить с понятиями «питательные вещества», «правильное», или «здоровое питание».

Развивать любознательность, умение выделять правила здорового питания.

Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни. Беседы: «Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать», «Вся боль уходит за ворота, когда сочувствует вам кто-то», «Удивлению есть причина – слон катается в машине», «Долог день до вечера, если делать нечего».

Лепка «Овощи», «Фрукты»

Сюжетно – ролевая игра: «Семья», «Больница».

Пальчиковая гимнастика: «Овощи-фрукты», «Продукты питания», «Грибы».

Дидактическая игра: «Где растёт каша», «Во фруктовом царстве, овощном государстве», «Что изменилось».

Подвижные игры: «С кочки на кочку», «Проползи – не задень», «Пройди Мышкой, проползи Мышкой», «Кто дальше бросит (мяч, мешочек)».

Дыхательная гимнастик: «Паровозик», «На турнике». Самомассаж «Ушки», «Глазки отдыхают».

Артикуляционная гимнастика «Киска», «Поймай мышку», «Лошадка».

Консультация «Как приучить ребенка есть овощи и фрукты»,

папка-передвижка «Комплекс дыхательной гимнастики

Январь

«В гости к больному дедушке»

Знакомство детей с понятием деньги и услуги. Раскрыть значимость жизненно важных потребностей в жизни человека. Закрепить представление детей о содержании труда некоторых профессий: врач, кондуктор, водитель.

Воспитание желания оказывать помощь друг другу, заботиться о близких людях. Беседы: «Очень грустно расставаться – на вокзале оставаться», «Благодарим деда: «Спасибо за победу», «Сумел провиниться - сумей и повиниться».

Сюжетно – ролевая игра:

«Игрушки у врача», «Аптека», «Катя заболела», «Больница».

Пальчиковая гимнастика «Зима», «Зимние забавы».

Подвижные игры: «Подбрось повыше», «Поймай мяч», «Сбей кеглю», «Поймай комара», «К флагу».

Дыхательная гимнастика: «Шагом марш», «Насос».

Самомассаж: «Веселые носики», «Рыбки».

Артикуляционная гимнастика «Слоник пьёт», «Индюки болтают», «Орешки», Буклет

«Точечный массаж»,

Консультация для родителей

«Воспитание основ здорового образа жизни

у детей дошкольного возраста»

Февраль

«Вот я какой»

Познакомить детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма: я умею бегать, прыгать, петь, смотреть, слушать, кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям; воспитывать чувство гордости, что «Я – человек». Вызвать интерес к дальнейшему познанию себя. Беседы: «Если без друзей в лесу остаться, можно не на шутку испугаться», «Успех, здоровье, дружба, сладости... Так много поводов для радости»,

Сюжетно – ролевая игра: «Мы – спортсмены», «Семья».

Пальчиковая гимнастика: «Игрушки»

Подвижные игры: «Карусель», «Котята и щенята», «Наседка и цыплята», «Обезьянки», «Целься вернее», «Школа мяча».

Дыхательная гимнастика «Регулировщик», «Летят мячи».

Самомассаж: «Расслабленное лицо».

Артикуляционная гимнастика «Часики», «Блинчик», «Вкусное варенье», «Шарик». Семейный клуб

«Минутки радости, удовольствия и пользы»,

«Памятка родителям о закаливании детей»

Март

«Путешествие в страну здоровья»

Формировать навыки

здорового образа жизни; закрепить знания о пользе воды; развивать двигательную активность; доставить детям радость от встречи с любимыми героями сказок К. И. Чуковского. Беседы: «Хоть я трусом не зовусь, но чудовища боюсь...», «Ничего что ноет тело, но зато ты сделал дело»

Сюжетно – ролевая игра

«Стирка кукольного белья», «Сделаем Кате красивую прическу».

Пальчиковая гимнастика: «Одежда», «Обувь», «Посуда».

Подвижные игры: «Подбрось-поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Угадай, кто и где кричит», «Найди свое место», «Прятки».

Дыхательная гимнастика

«Вырасти большой», «Лыжник».

Самомассаж «Гибкая шея, свободные плечи», «Сова».

Артикуляционная гимнастика «Гармошка», «Барабанщик», «Парашютик»,

Консультация «Воспитание правильной осанки у ребенка»,

консультация «Когда и сколько заниматься»

Апрель

«Сохраним свое здоровье»

Учить детей само-стоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приемы самооздоровления, уметь оказывать себе элементарную помощь.

Развивать разговорную речь детей, умение употреблять антонимы, понимать смысл пословиц. Словарь: здоровье, дегустатор, закаливание, самомассаж.

Прививать и воспитывать любовь к физическим упражнениям, самомассажу.

Беседы: «Как можно играть в игрушки», «Не нужно гордости стыдиться, когда у вас есть чем гордиться», «Хочу все знать, хоть я и кроха. А хорошо ли это? Может плохо?»

Сюжетно – ролевая игра: «Мы спортсмены», «Парикмахерская»,
«Купание куклы Кати».

Пальчиковая гимнастика: «Весна», «Наш дом».

Подвижные игры: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Найди себе пару»,
«У медведя во бору», «Ловишки», «Пилоты».

Дыхательная гимнастика: «Маятник», «Гуси летят».

Самомассаж «Теплые ручки».

Артикуляционная гимнастика «Ворота», «Замок закрыли», «Замок открыли»,
«Ключик». Консультация «Режим дня дошкольника в выходные и
праздничные дни».

Май

«Органы чувств помощники человека»

Формировать у детей понятие о здоровом образе жизни, дать детям сведения
об элементарных функциях и защите организма, об органах чувств. Беседы:
«Так много в мире есть чудес - все вызывает интерес», «Чтобы мечты своей
добиться, нужно к этому стремиться»

Сюжетно – ролевая игра: «Больница», «Семья».

Пальчиковая гимнастика: «Цветы», «Насекомые»

Подвижные игры: «Пройди-не упади», «Цветные автомобили», «Бездомный
заяц», «Лошадки», «Через ручеек»,

Артикуляционная гимнастика «Спрятали ключик», «Пора спать», «Лопатка»,
«Булькает тесто». Консультация «О летнем отдыхе детей»

Ожидаемые результаты от проекта

Вызвать интерес к физкультурно - оздоровительным мероприятиям у
воспитанников СП «Детский сад Крепыш» и их родителей. Познакомить с
различными методами оздоровления детей, традициями их проведения.

Пополнить дидактическую копилку группы фотоальбомами о различных
видах спорта.

У воспитанников - повысить уровень физической подготовленности, укрепить здоровье.

У родителей - повысить интерес к жизни детского сада, к совместным мероприятиям с детьми.

Список использованной литературы:

1. Г. И. Кулик, Н. Н. Сергиенко. «Школа здорового человека» Сфера, 2010
2. Т. В. Пятница «Рабочая тетрадь логопеда»: загадки, рифмовки, скороговорки / Феникс, 2010.
3. М. Н. Щетинин «Дыхательная гимнастика Стрельниковой», Метафора, 2007 г.
4. «Здоровьесберегающие технологии в образовательно — воспитательном процессе» И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова.
5. В. И. Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников», ВАКО, 2011 г.
6. Н. А. Мелехина, Л. А. Колмыкова. «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ», Детство-Пресс, 2012 г.