

Пототова Марина Викторовна,

воспитатель;

Юкланова Светлана Станиславовна,

педагог-психолог,

МБДОУ «Детский сад № 14 «Солнышко»,

г. Шумерля, Чувашская Республика, Россия

ПРОЕКТ «ГНОМИК-КРЕПЫШ»

(воспитание привычки здорового образа жизни у детей 5-6 лет)

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время все большее значение. На ухудшение здоровья влияют многие факторы, в том числе и неправильное отношение населения к своему здоровью и здоровью своих детей. Одной из причин этого является образ жизни семей, где сегодня воспитываются дети.

В настоящее время существуют тенденции снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитии дошкольников.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, полезно, вредно.

Marina V. Pototova,

educator;

Svetlana S. Uklanova,

pedagogue-psychologist,

МБПЕИ "Kindergarten № 14 "Solnyshko",

Shumerlya, Chuvash Republic, Russia

THE PROJECT "DWARF-STURDY CHILD".

(education of habit to a healthy lifestyle in children of 5-6 years)

Today, the preservation and strengthening of children health is one of the main strategic tasks of development of the country. The problem of upbringing of a healthy generation has now become increasingly important. The deterioration of health is influenced by many factors, including the wrong

attitude of the population towards their own health and the health of their children. One of the reasons is families' lifestyles where children are brought up today.

At present, there are declining trends in the health of the younger generation, so the need to form children's ideas about healthy living increases and requires new ways in education, upbringing and development of preschool children.

Keywords: health, healthy lifestyle, healthy, harmful

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основой основ достижения любых успехов. Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

У детей и их родителей не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний о здоровом образе жизни.

Актуальность проблемы.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. На этом этапе важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Следовательно, возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходит интеграция оздоровительной деятельности в образовательную, и это, в конечном итоге, будет способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребёнка, формированию привычки вести здоровый образ жизни.

Назначение проекта: проект «Гномик-Крепыш» рассчитан на детей 6-7 лет.

Разработчики проекта: воспитатели группы «Гномики» МБДОУ «Детский сад №14 «Солнышко»» Пототова М.В.

Участники проекта: в реализации проекта участвовали дети и воспитатель Пототова М.В. (выпускная группа «Гномики»), старший воспитатель Бутузова Е.В., психолог Юкланова С.С.

Задачи проекта:

- дать знания об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене здоровья;
- научить элементарным приемам сохранения здоровья;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста;
- воспитать желание у детей заботиться о своем здоровье;
- формировать у дошкольников потребность в положительных привычках, активной деятельности в выполнении специальных профилактических упражнениях и игр на занятиях и в повседневной жизни.

Условия реализации проекта:

1. Интеграция и дифференциация здоровьесберегающего материала с содержанием базовой программы воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой.

2. Наличие теоретических и практических знаний у педагогов.

3. Накопление, систематизация материалов по здоровьесбережению и создание здоровьесберегающей среды в условиях группы.

4. Активное сотрудничество с семьей и социумом.

Методы реализации:

1. Наблюдение за влиянием образовательного процесса на состояние здоровья детей, их развития.

2. Проведение микроисследований в области соблюдения здорового образа жизни, правильного режима дня, двигательной активности детей (анкетирование, опрос, наблюдение).

3. Анализ научной литературы, нормативно-правовых и программно-методического материалов, продуктов деятельности детей и педагогов.

4. Мониторинг.

Ожидаемые результаты:

- Дети должны получить знания о здоровом образе жизни, о сущности понятия «здоровье»; знать факторы, оказывающие влияние не только на жизнь и здоровье человека, но и на всё живое на Земле; знать о роли правильного питания; о значении гигиенических процедур для здоровья; о роли двигательной активности в повышении работоспособности, о влиянии физкультуры и спорта на секреты долголетия.

- Соблюдать правила питания.

- Выполнять гигиенические процедуры, доступные виды закаливания, комплексы упражнений утренней гимнастики и для разминок на занятиях.

Сроки реализации проекта:

1. Подготовительный этап: август-сентябрь.

2. Основной этап: сентябрь – февраль.

3. Заключительный этап: февраль.

Система проектных мероприятий

I. Подготовительный этап

1.	Проведение диагностики	Август-сентябрь
2.	Обмен информацией с педагогами ДООУ по теме «Воспитание привычки к здоровому образу жизни»	Август-сентябрь
3.	Подбор литературы и пособий	Август-сентябрь
4.	Составление перспективного плана	Август-сентябрь

II. Основной этап. Работа с детьми.

Сентябрь. Тема «Ребенок и здоровье»

Вид деятельности	Содержание	Методическое сопровождение
Беседа	«Чтобы быть здоровым, нужно...»	Иллюстрации с изображением больных людей в больнице.
Чтение	Стихотворение «Чтоб здоровье сохранить...»	
Дидактические игры	Полезные и вредные советы для	Иллюстрации с лесными

	твоего здоровья	ягодами
--	-----------------	---------

Октябрь. Тема «Полезные продукты»

Беседа	«Витамины и здоровый организм.»	Иллюстрации с изображением фруктов, овощей, ягод.
Чтение	Стих «Вы не пейте кока-колу...»	
Сюжетно-ролевые игры	«Продуктовый магазин»	Предметы для игры магазин.

Ноябрь. Тема «Поговорим о наших зубках»

Беседа	«Зубы и уход за ними»	Предметы для игры в парикмахерскую
Чтение	«О зубках»	
Дидактические игры	«Хорошо-плохо»	Сюжетные картинки по правилам личной гигиены
Развлечение	«По дорогам сказок»	Шапочки с фото микробов

Декабрь. Тема «Тело человека»

Беседа	«Какие мы?»	Картинки с изображением частей тела человека
Рисование	«Мальчики и девочки».	
Чтение	Отгадывание загадок на тему «Тело человека»	Иллюстрации о частях тела человека
Дидактические игры	«Составь скелет человека»	Части скелета человека

Январь. Тема «Витамины и здоровый организм»

Беседа	«Здоровая пища»	Свежие и варёные овощи, разделочные доски, ножи, фартуки, косынки
Рисование	«Дары леса»	Иллюстрации с изображением лесных растений
Чтение	Стихи о витаминах	

Февраль. Тема «Мое здоровье»

Беседа	«К здоровью без лекарств»	Конверты с заданиями.
Сюжетно-ролевые	Фитобар «Здоровье»	Дорожные знаки, жезл,

игры		пешеходный переход, машины
Чтение	Сказка о Здоровье и Красоте	Иллюстрации с изображением правил поведения на улице.
Развлечение	«Путешествие в страну «Здоровейка»»	Спортивный инвентарь, дорожные знаки

Работа с педагогами

Консультация для воспитателей «Система работы по формированию культуры здорового образа жизни у дошкольников «Наша традиция – быть здоровыми!»	Октябрь
Информация в уголок родителей «Роль организации проведения прогулок в зимний период для формирования здорового образа жизни детей»	Декабрь
Презентация проекта «Гномик-Крепыш»	Февраль

Работа с семьей

Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»	Октябрь
Родительское собрание по теме: «Здоровый образ жизни»	Ноябрь
Консультация для родителей «Играйте с детьми»	Декабрь
Игра с родителями «Счастливый случай» по теме «Полезная еда»	Февраль

III. Заключительный этап.

Проведение повторной диагностики. Обобщение практического материала	Февраль
---	---------

Полученные результаты. Дети получили знания о здоровом образе жизни, о сущности понятия «здоровье»; знают факторы, оказывающие влияние не только на жизнь и здоровье человека, но и всё живое на Земле; роль правильного питания; значение гигиенических процедур для здоровья; выполняют гигиенические процедуры, соблюдают правила закаливания организма, знают и выполняют комплексы упражнений утренней гимнастики.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. *Безопасность: учебное пособие по основам безопасности.* – СПб.: Детство-Пресс, 2004. – 200 с.
2. Журнал «Воспитатель ДОУ» №3, 2008 г.
3. Пиль А. *Всё обо всём. Мое тело.* – М.: Астрель АСТ, 2002. – 100 с.
4. Тарасова Т.А., Власова Л.С. *Я и мое здоровье.* – М.: Школьная Пресса, 2008. – 150 с.