

Проект «Азбука здоровья»



Воспитатель:
Фролова А.А.
МБДОУ №101

Тип проекта:

По доминирующему методу: информационно- творческий.

По числу участников: групповой.

По времени проведения: краткосрочный.

Участники проекта: родители, дети, воспитатели.

Цель: сформировать у детей представление о здоровом образе жизни, привить навыки осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи:

- Обогащать общие представления о здоровье, как ценности.
- Помочь детям в развитии привычек здорового образа жизни.
- Создать условия в группе для активной самостоятельной деятельности детей по развитию представлений о ЗОЖ.
- Привить навыки профилактики и гигиены, первой медицинской помощи, развивать умение предвидеть возможные опасные для жизни последствия своих поступков для себя и своих сверстников.

Предполагаемый результат

- Дети имеют представление о здоровье, здоровом образе жизни, о способах сохранения и укрепления здоровья;
- В сознании детей сформированы чувства: эмпатии, сопереживания, желания прийти на помощь;
- Повышение компетентности родителей в вопросах сохранения здоровья и здорового образа жизни.

Стратегия реализации проекта «Азбука здоровья»

Подготовительный (Декабрь 2017г)

- Документально-организационная работа;
- Выбор темы и составление паспорта проекта;
- Подбор иллюстративного материала по теме, художественных произведений для чтения, загадок, аудиозаписей;
- Подготовка памяток, рекомендаций, консультаций для родителей по теме проекта.

Практический (основной) (Январь-Апрель 2018г)

Работа с детьми

- Тематические беседы, занятия по теме проекта с использованием ИКТ;
- Организация игровых ситуаций;
- Рассматривание иллюстраций, плакатов, альбомов о ЗОЖ;
- Чтение и обыгрывание художественных произведений;
- Творческая деятельность: рисование «Я- человек», «На зарядку становись!», дидактическая игра «Хорошо- плохо», просмотр альбомов «Зимние виды спорта», «Лекарственные растения».
- Развлечение

Работа с родителями

- Информация на стенде: «Режим дня», «Зарядка- это весело», «Гигиена и мы».
- Оформление папки- передвижки «Уход за зубами».
- Памятка «Растим детей здоровыми», «Вредные привычки у взрослых и их влияние на ЗОЖ».

Итоговый

- Подведение итогов работы над проектом;
- Оформление материалов, подготовка отчётности.

НОД «Чистота – залог здоровья!»

**Каждый раз перед едой,
Нужно фрукты мыть водой !
Чтобы быть здоровым,
сильным,
Мой лицо и руки с мылом.
Будь аккуратен, забудь лень !
Чисти зубы каждый день !**



Секреты закаливания:

**Утром - бег и душ бодрящий,
Как для взрослых, настоящий!
На ночь окна открывать,
Свежим воздухом дышать!
Ноги мыть водой холодной,
И тогда микроб голодный
Вас во век не одолеет!**



Тематическое занятие «Олимпийские игры»



Беседа Полезные и вредные продукты:

Надо кушать помидоры,
Фрукты, овощи, лимоны,
Кашу – утром, суп – в обед,
А на ужин – винегрет.



Ну, а если свой обед
Ты начнешь с кулька конфет,
Жвачкой импортной закусишь,
Шоколадом подсластишь,



То тогда наверняка
Ваши спутники всегда -
Близорукость, бледный вид
И неважный аппетит.



Беседа «Зимние виды спорта»



Какие бывают привычки?

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ

- соблюдать режим дня
- соблюдать гигиену
- правильно и регулярно питаться
- заниматься спортом
- вовремя и самостоятельно делать уроки
- бывать на свежем воздухе
- делать утреннюю зарядку
- следить за чистотой своей одежды и своего жилища
- слушать родителей и близких людей
- закаляться
- посещать кружки
- читать книги

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

- прогуливать занятия в школе
- грубить и не уважать старших
- много сидеть у телевизора или за компьютером
- гулять в неположенных местах, где есть опасность для жизни
- пробовать незнакомые вещества
- есть много сладкого
- грызть ногти
- драться
- курить
- злоупотреблять спиртными напитками

Компоненты здоровья:



Результат работы над проектом

- С детьми проведены тематические занятия, беседы по формированию навыка здорового образа жизни.
- Разработан цикл игровых занятий «Изучаем свой организм».
- Оформлен дидактический материал по теме проекта.
- Оформлена картотека игр по формированию у дошкольников навыков ЗОЖ.

Спасибо за внимание!