

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №79 комбинированного вида»

Мир вокруг — здоровью друг
Эколого-оздоровительный проект
с детьми старшего дошкольного возраста
среднесрочный
Срок реализации: 1 год

Составители проекта:

воспитатели :Павлова Татьяна Андреевна
Лисицинская Нина Валентиновна
I квалификационная категория

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОКТА

«Я узнал, что у меня
Есть огромная родня:
И тропинка, и лесок,
В поле - каждый колосок,
Речка, небо надо мною-
Это все мое, родное!»
В. Орлов

Экологическое состояние нашей планеты требует от человеческого общества понимания сложившейся ситуации и сознательного к ней отношения. Очень важен в экологическом воспитании начальный этап дошкольного воспитания и образования.

Основы экологического сознания и навыки здорового образа жизни должны закладываться с детства, тем не менее, оно не должно рассматриваться как изолированное направление работы

Экология и здоровье неразрывно связаны между собой. Основа здоровья человека – это экологическое мышление, от которого зависит образ его жизни, взаимодействие с окружающим миром. В этой связи актуальным является ведение эколого-оздоровительной работы.

Цели и задачи

Объект исследования: физическое и экологическое воспитание детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: процесс физкультурно-оздоровительной работы экологической направленности со старшими дошкольниками.

Цель: формирование основ экологической и валеологической культуры, сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья детей дошкольного возраста.

Основные задачи:

Обучающие: сформировать представления о

- позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- рациональной организации режима дня;
- ежедневной потребности в двигательной активности;
- о ценности природы и правилах поведения в ней;
- негативных факторах (с учётом принципа информационной безопасности) риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.);
- создание развивающей среды для физкультурно–экологического развития дошкольников;

Цели и задачи

Развивающие:

- развивать соблюдение правил личной гигиены и на их основе самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- оздоровлению организма посредством приобретения навыка правильного дыхания, физических упражнений, использования природных факторов;
- оценивать состояние природных объектов, степень их опасности для здоровья

Воспитывающие:

- воспитывать у детей представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- активность в решении экологических проблем в здоровом образе жизни;

Планируемые результаты

- Приобретение детьми навыков бережного, созидательного отношения к окружающему миру и своему здоровью;
- Формирование у дошкольников основ эколого-оздоровительной культуры;
- Овладение детьми, родителями и педагогами элементарными навыками оздоровления факторами ближайшего природного окружения.

Участники:

дети старшего дошкольного возраста;
воспитатели;
родители.

Этапы проекта

Организационный этап.

- Подготовка предметно-развивающей среды, создание условий для продуктивной учебно-познавательной деятельности, оздоровления детей.
- подбор методической литературы, иллюстративного материала по данной теме;
- разработка серии конспектов, комплекса мероприятий по оздоровлению детей,
- методических рекомендаций для родителей по формированию здорового образа жизни детей и анкет для родителей;
- привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми;
- введение участников в проект;
- составление плана работы, разработка содержания проекта, изучения необходимой литературы, подборка художественных произведений, подвижных и экологических игр, словесных игр, наглядных пособий.

Этапы проекта

Основной этап (перспективный план работы).

- Выполнение плана работы, совместная образовательная деятельность с детьми, родителями для решения поставленных задач.

План работы над проектом

Сбор информации: подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины) экологической направленности, знакомства с методической литературой по вопросам эколого-оздоровительной работы.

Утренняя гимнастика

Способствует развитию у детей правильной осанки, тренирует и усиливает деятельность всех органов и систем (сердечно – сосудистой, дыхательной, нервной системы и т. д), подготавливает организм ребенка к тем нагрузкам, которые предстоит ему преодолеть в течении дня.



Физкультурные занятия

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ - ЭТО ОСНОВНАЯ ФОРМА ОРГАНИЗОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ. НА ЗАНЯТИЯХ ФОРМИРУЮТСЯ НАВЫКИ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ: ХОДЬБЫ, БЕГА, ПРЫЖКОВ, МЕТАНИЯ С ПОСТЕПЕННЫМ ИХ УСЛОЖНЕНИЕМ И ПОВЫШЕНИЕМ КАЧЕСТВЕННЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОТ МЛАДШЕГО К СТАРШЕМУ ВОЗРАСТУ.



Ходьба по корригирующим коврикам

ХОДЬБА ПО КОРРИГИРУЮЩИМ КОВРИКАМ ОСНОВАНА НА СТИМУЛЯЦИИ АКТИВНЫХ ТОЧЕК, РАСПОЛОЖЕННЫХ НА ПОДОШВАХ НОГ. СТИМУЛИРУЕТ ВЕГЕТАТИВНУЮ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ, УСИЛИВАЕТ АРТЕРИАЛЬНОЕ КРОВΟΣНАБЖЕНИЕ, СНИЖАЕТ НЕРВНЫЕ И МЫШЕЧНЫЕ НАПРЯЖЕНИЯ.



Гимнастика после сна



Позволяет пробудить организм, нормализовать кровообращение, снять вялость и сонливость, быстрее прийти в бодрое состояние и настроение



Огород – круглый год!



Экологические игры



Занятия, проекты



Итог

Взаимосвязь экологического и физического воспитания отражается в комплексном использовании средств физической культуры (физических упражнений, оздоровительных сил природной среды и гигиенических факторов), которые с одной стороны содействуют развитию двигательных умений и навыков воспитанников, укрепляют их здоровье, а с другой – воспитывают глубокое понимание многогранного значения природы для жизни людей, их здоровья, духовного и физического совершенствования.

