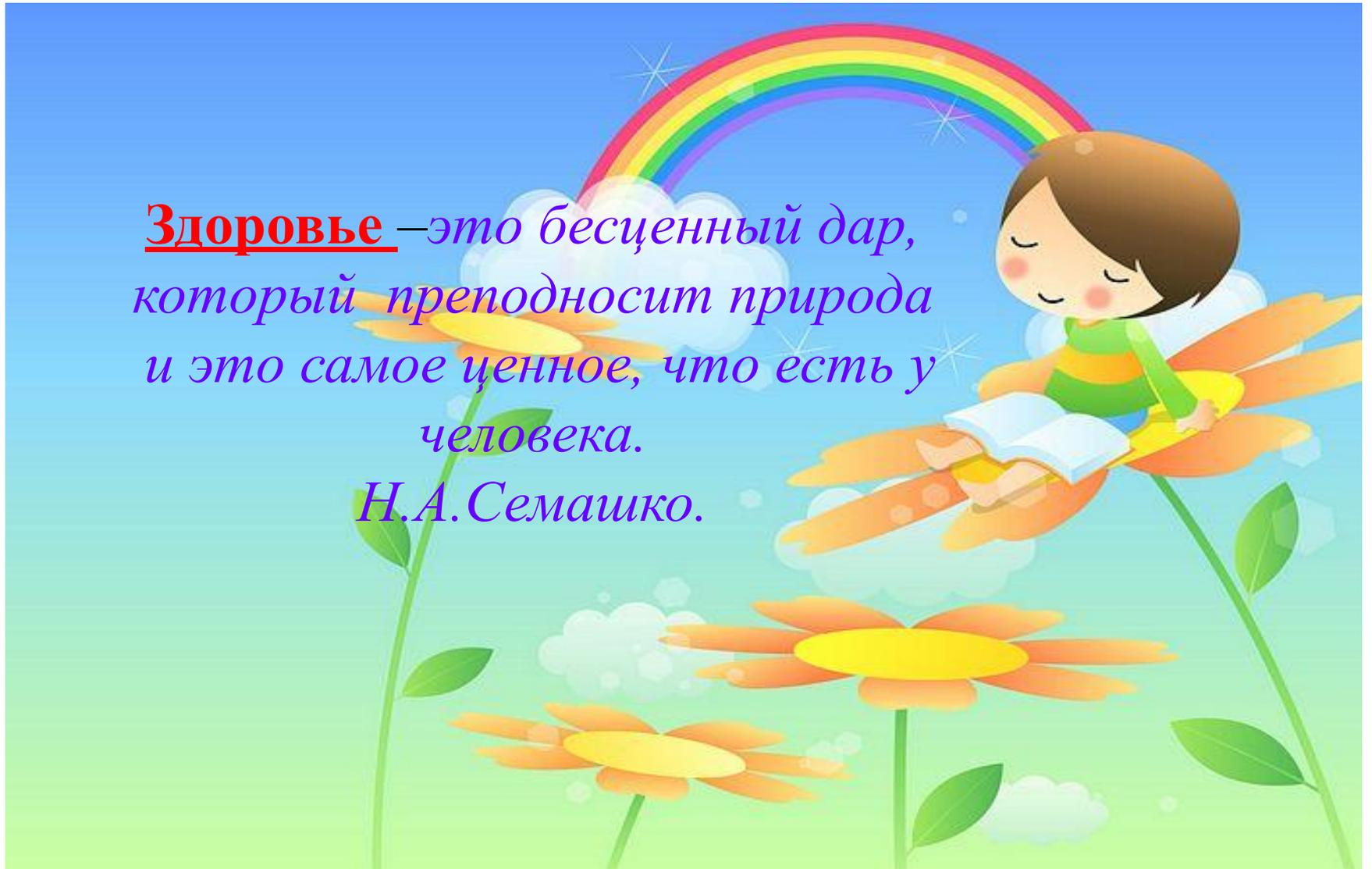


Здоровье – это бесценный дар,
который преподносит природа
и это самое ценное, что есть у
человека.

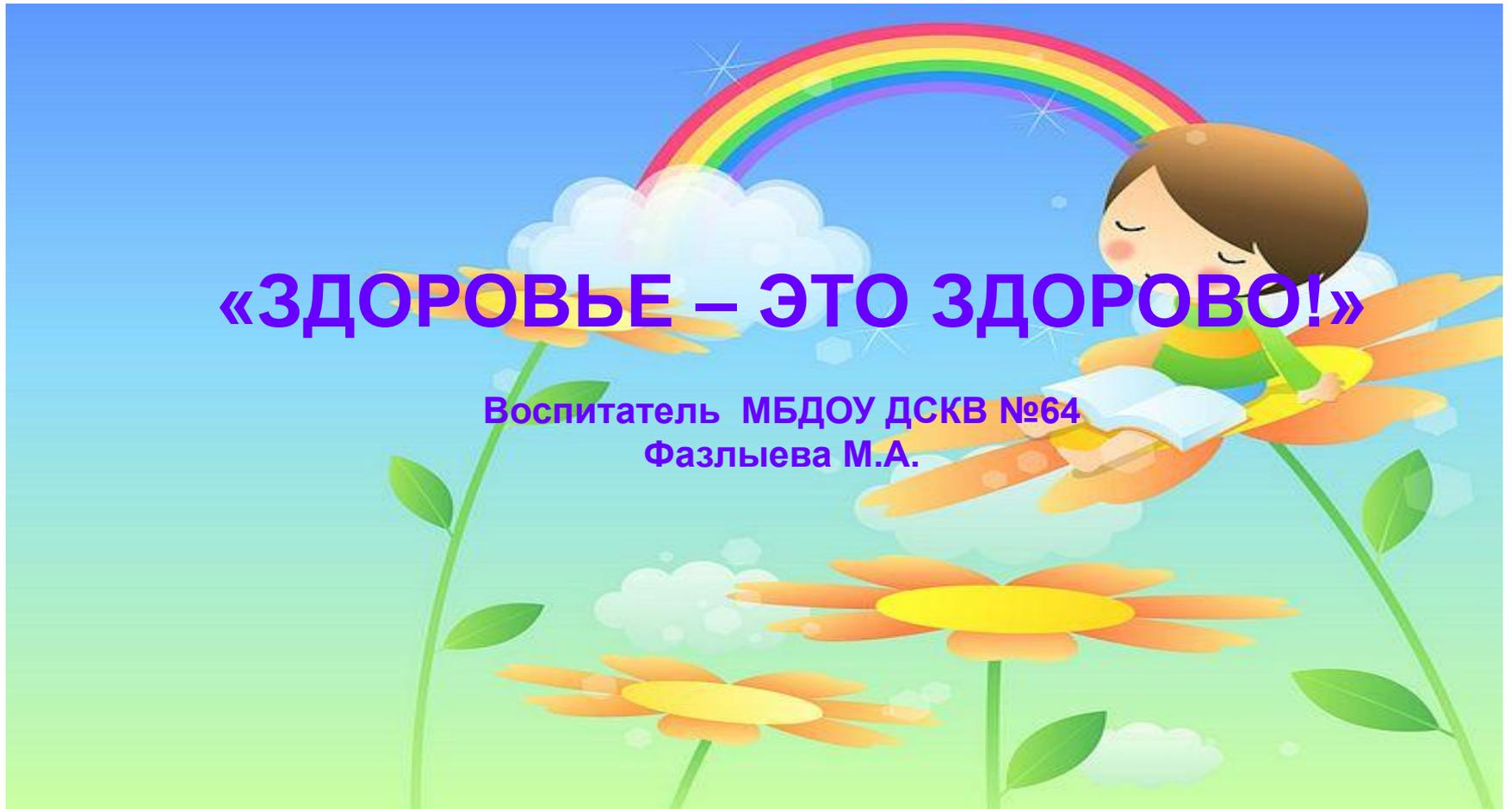
Н.А.Семашко.



ПРОЕКТ

«ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО!»

Воспитатель МБДОУ ДСКВ №64
Фазлыева М.А.



ПАСПОРТ ПРОЕКТА



Вид проекта: познавательный, практико-ориентированный.

Продолжительность проекта: долгосрочный (4 месяца)

Участники проекта: дети подготовительной группы, воспитатели, специалисты, родители воспитанников.

Образовательная область: физическое развитие и оздоровление.

Актуальность. В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок. Важнейшей задачей дошкольного образовательного учреждения является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.

Перед педагогами ДООУ стоит важная задача- дать ребенку информацию, которая сохранит свою значимость на всю жизнь; организовать педагогический процесс, сберегающий здоровье ребенка и воспитывающий ценностные отношения к здоровью; сформировать у них сознательную установку на здоровый образ жизни, научить жить в гармонии с собой и окружающим миром.



ПРОБЛЕМА

Воспитание здорового ребёнка – наиглавнейшая задача дошкольной педагогики. Здоровье населения России находится в опасности. Практически все показатели здоровья и социального благополучия претерпели резкое ухудшение. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляются отклонения в состоянии здоровья. Отсюда вытекает важная проблема: Как помочь ребёнку реализовать своё право на здоровье, на счастливую жизнь.

Что влияет на наше здоровье?

Здоровый
образ
жизни

60 %

10%

Наследственность

20 %

Экология

10%

Медицина



ЧТО ВЛИЯЕТ НА ЗДОРОВЬЕ?

- Предполагаемые риски :

- отсутствие в семье режима дня и режима питания; не в каждой семье ведется здоровый образ жизни; гиподинамия детей (долгое сидение у компьютера и телевизора). Пути преодоления рисков: через консультации, индивидуальные беседы с родителями, наглядные примеры доказать, что для здорового образа жизни ребенка очень важен режим дня и правильное питание, побуждать родителей больше времени проводить с детьми на открытом воздухе, контролировать время, которое ребенок проводит у компьютера и телевизора.

- Предполагаемый результат:

- Дети должны получить первичные представления о некоторых внутренних органах и знать их основную функцию: Знать несложные приёмы самооздоровления. Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (Соблюдения режима дня, чистота тела, правильное питание). Умение детей применять полученные знания на практике. Снижение уровня заболеваемости среди детей группы.
- Активное участие родителей в жизни детского сада, в том числе оздоровительных мероприятий.

ЗАКАЛИВАНИЕ

ПРАВИЛЬНОЕ

ДВИЖЕНИЕ ПИТАНИЕ

**РЕЖИМ
ДНЯ**

ГИГИЕНА



О здоровье сложено множество пословиц и поговорок



Здоров будешь - все добудешь.

Здоровье дороже денег, здоров буду и денег добуду.

Здоровье не купишь - его разум дарит.

Люди тратят здоровье, зарабатывая деньги,
а затем теряют деньги, пытаясь вернуть
здоровье.

Что такое здоровье, знает лишь тот,
кто его утратил. (Бауржан Тойшибеков)

При помощи физических упражнений
и воздержанности большая часть людей может
обойтись без медицины. **Джозеф Аддисон**

ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА



- биологические
- экологические
- социально-гигиенические
- методы педагогических воздействий



Цель:

Обеспечение оптимальных физических, интеллектуальных и эмоциональных нагрузок на ребенка в ходе образовательного процесса

Помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы взрослея, каждый из них осознал свою индивидуальность, был готов вести здоровый образ жизни, ценил своё здоровье и здоровье окружающих и мог приобщиться к занятиям любым видом спорта

Система моей работы, изложенная здесь, формировалась поэтапно.

ПЕРВЫЙ ЭТАП. Диагностический

- ❖ *Анализ программ оздоровления дошкольников*
- ❖ *Анализ материально-технической базы*
- ❖ *Анализ состояния предметно-развивающей среды детского сада*
- ❖ *Изучение передового педагогического опыта*
- ❖ *Подбор методов отслеживания результатов работы*
- ❖ *Постановка*

Второй этап.

- ❖ *Определение содержания работы с детьми и родителями*
- ❖ *Составление планов работы с детьми и родителями*
- ❖ *Обогащение содержания предметно-развивающей среды физкультурного зала*
- ❖ *Пополнение методического материала*
- ❖ *Составление подробного плана дальнейших действий*

Третий этап

- ❖ *Осуществление намеченных целей и планов.*

*На каждом этапе работа велась по
нескольким направлениям*



*работа с детьми
родителями
по созданию предметно-развивающей
среды физкультурного зала.*

В зависимости от степени подвижности детей делят на подгруппы:

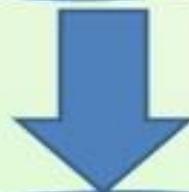
Дети с высокой
двигательной
активностью



Высоко подвижные дети

Хороший уровень развития основных видов движений, богатый двигательный опыт. Но невнимательны, при объяснении, не достаточно координации и ловкости

Дети с низкой
двигательной
активностью



Малоподвижные дети

Отставание показателей развития основных видов движения, физических качеств, не уверены в своих возможностях, проявляют медлительность, нерешительность

Психогигиена и психопрофилактика на физкультуре



элементы древних гимнастических движений

упражнения для снятия стресса

гимнастика и игры гимнастика



Известно, что занятия на открытом воздухе (в любое время года) – это мощный закаливающий фактор, так как все обменные процессы в организме ребенка протекают более интенсивно





Валеологическое сопровождение физкультурных занятий является основой для формирования у ребенка сознательного стремления к здоровью. На познавательных физкультурных занятиях ребенок получает сведения о частях тела, представления о правильной осанке, о пользе занятий на воздухе, о значении техники физкультурных упражнений, о нормах личной и общественной гигиены. Таким образом, ребенку предоставляется возможность осознать самому для чего он делает это, какую пользу он приносит своему здоровью.





Все это оборудование дети с удовольствием используют и самостоятельно, они активны, им интересно, а эмоциональные переживания во время выполнений упражнений с данным оборудованием благотворно влияют на функциональное состояние мозга, повышают тонус всех систем организма.



НАШЕ ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО!



Библиография

- Журналы "Дошкольное воспитание" №12 за 2000 г.; №3,10,12 за 2001г.; №4,12 за 2002г; № 9 за1996.
- Ильина М.В. «Воображение и творческое мышление». Серия «Психологическая служба». Книголюб. М. 2005
- Кирьянова. Р.А. Комплексная диагностика дошкольников.Спб.Каро 2002
- Колодяжная Т.П «Управление современным ДООУ» Ростов-н/Д, Учитель.2003
- Наглядно-дидактическое пособие Ткаченко Т.А.
- «Составление описательных рассказов по опорным схемам» Метод. руководство, картинный комплект. М.: Книголюб, 2005.
- Наглядно-дидактическое пособие «Открой для себя мир». Августин. Германия
- Тихомирова Л.Ф. "Познавательные способности детей 5-7 лет". М. 2005
- Юзбекова Е.Ю. «Ступеньки творчества» Место игры в интеллектуальном развитии дошкольника. М. Линка-пресс. 2006.