

Проект на тему:
**«Влияние развития инфраструктуры
города Сасово на формирование ЗОЖ
детей старшего дошкольного возраста»
МБДОУ ДС N11 «РАДУГА»**

Авторы: педагог-психолог Фатина Н.А.

Воспитатель: Елесина О.Н.

2013г.

г. Сасово



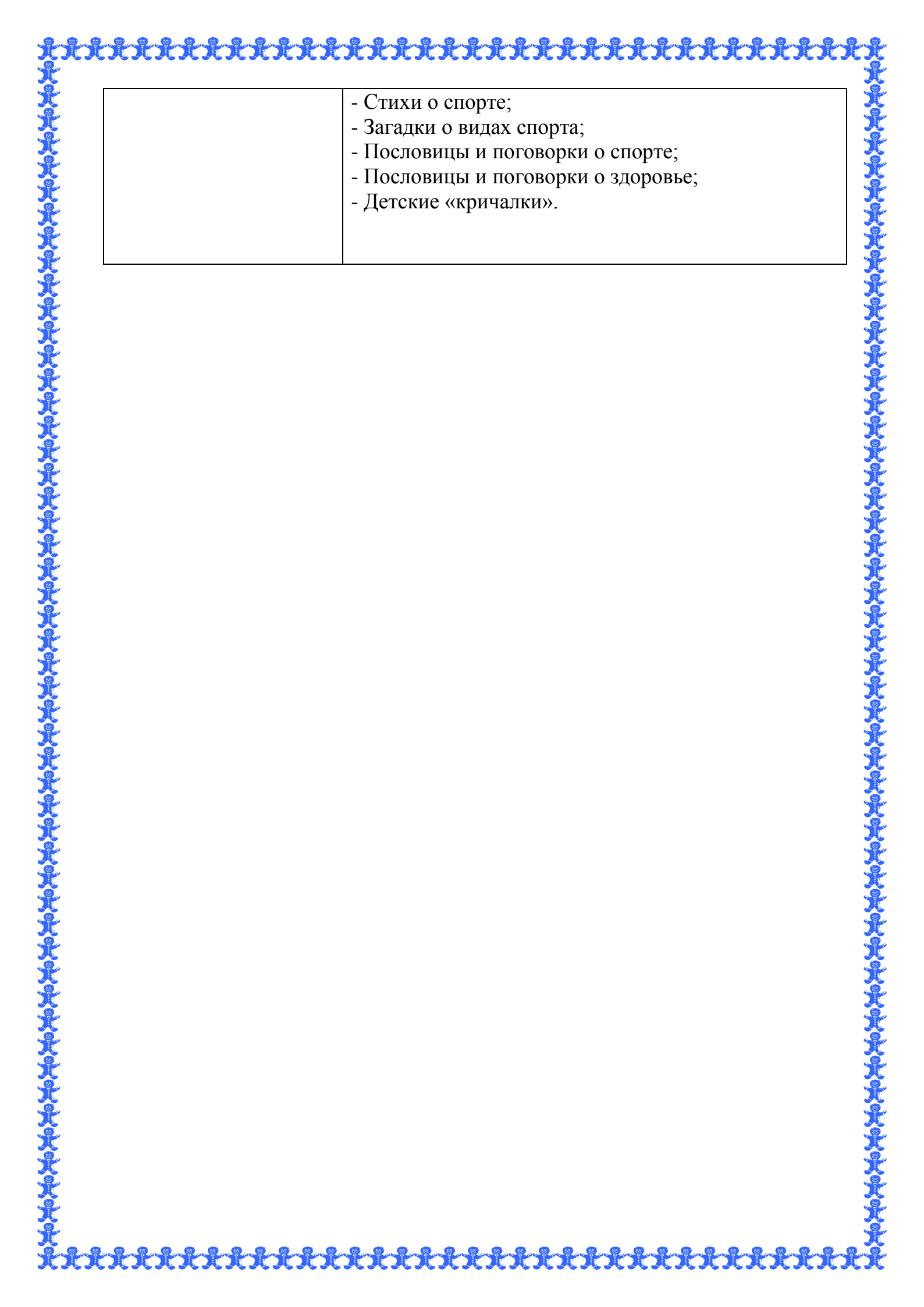
Содержание:

1. Паспорт проекта.
2. Методы и приёмы обучения.
3. Перспективный план.
4. Приложение.
 - конспекты занятий;
 - консультации для родителей;
 - дидактический материал.

Паспорт проекта

Полное название проекта	«Влияние развития инфраструктуры города Сасово на формирование ЗОЖ детей старшего дошкольного возраста»
Автор проекта	Фатина Н.А., Елесина О.Н.
Вид проекта	Информационно-познавательный, групповой.
Актуальность	Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа, и беречь его нужно с молодости. Поэтому нет для взрослых задачи актуальнее и важнее, чем сохранение и укрепление здоровья детей.
Новизна	Использование инновационных технологий, взаимодействие педагога, детей и родителей; участие педагогов и родителей в достижении поставленных целей – формировании здорового образа жизни.
Проблема	Отсутствие у детей знаний о строении своего организма и влиянии занятий спортом на формирование ЗОЖ. Неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, несформированность основных навыков сохранения здоровья.
Цель проекта	Формирование навыков здорового образа жизни в рамках своего города.
Задачи проекта	<ol style="list-style-type: none">1. Формировать потребность в ЗОЖ.2. Формировать представление о строении своего тела, умение «слушать» и «слышать» свой организм.3. Воспитывать умение сочувствовать, сопереживать чужой боли.4. Познакомиться с учреждениями города, спортивными секциями, в которых можно укрепить здоровье детей.5. Развивать интерес к спортивным занятиям.

Особенности проекта	<ul style="list-style-type: none"> - по составу участников: детско - взрослый; - по виду: информационно - познавательный; - по сроку: краткосрочный.
Участники проекта	<ul style="list-style-type: none"> -дети старшего дошкольного возраста; -воспитатель; -педагог - психолог; - родители.
Условия реализации проекта	<ul style="list-style-type: none"> - заинтересованность педагога, детей, родителей; - методические разработки; - интеграция педагога; - наличие материальной базы; -методическая литература.
Предполагаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> - дети знают о строении своего тела, о роли здоровья в жизни человека; - знают об учреждениях города, в которых можно заниматься различными видами спорта.
Этапы работы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определение темы (проблемы проекта). Вызвать интерес детей и родителей к теме проекта. 2. Составление плана-схемы проекта. 3. Обсуждение проекта с педагогами. 4. Сбор информации и литературы, дополнительного материала. 5.Работа по плану с детьми, родителями, педагогами. 6. Подведение итогов, анализ ожидаемых результатов. 7. Презентация проекта.
Реализация проекта (практическая деятельность)	<p>Занятия для детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Здоровью цены нет» - «Что я знаю о себе» - «Береги здоровье смолоду» - «Спорт ребятам очень нужен» - 2ч. - «Путешествие в страну Спортландия» <p>Консультации для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Польза бассейна для детей» - «Выбираем виды спорта для детей» <p>Дидактический материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Беседы о спорте;

- 
- | | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">- Стихи о спорте;- Загадки о видах спорта;- Пословицы и поговорки о спорте;- Пословицы и поговорки о здоровье;- Детские «кричалки». |
|--|---|

Методы и приёмы работы.

методы	приёмы
Наглядный	Наглядно-зрительный, наглядно-слуховой, тактильно-мышечный
Информационно-рецептивный	Совместная деятельность педагога и ребёнка
Репродуктивный	Уточнение и воспроизведение действий по образцу
Словесный	Беседа, рассказывание с целью ознакомления с заданной темой
Проблемное обучение	Творческое использование готовых заданий, самостоятельное выполнение заданий
Игровой	Использование игровых сюжетов, игр для организации детской деятельности.
Практический	Формирование у детей здорового образа жизни

Перспективный план работы.

№	Тема занятий	Цели и задачи	Содержание занятий
1.	«Здоровью цены нет»	Выявление знаний детей о здоровом образе жизни, умении заботиться о своём здоровье; определение главных ценностей жизни.	Беседа-рассуждение, диагностическое упражнение «Цветик-семицветик», с/р игра «Мы – журналисты»
2.	«Что я знаю о себе?»	Знакомство детей со строением организма человека; воспитание бережного отношения к нему.	Беседа-рассуждение, игра «Дружная семейка», упр. «Танец отдельных частей тела», рисунок человека.
3.	«Береги здоровье смолоду»	Формирование здорового образа жизни	Беседа-рассуждение, игра «Подбери словечко», конкурс рисунков
4.	«Спорт ребятам очень нужен» -2 ч.	Знакомство со спортивными учреждениями города, секциями, кружками; прививать любовь к занятиям спорта.	Беседа – ознакомление, Загадки, д/и «Виды спорта»
5.	«Путешествие в страну Спортландию»	Познакомить с различными видами спорта; обогатить словарь; воспитывать увлечение спортивными играми, занятиями спортом.	Беседа, д/и «Мяч на поле», д/и «Проехай по дорожке», д/и «Назови спортсмена»

Занятие 1. «Здоровью цены нет».

Цели: определение главных ценностей жизни, выявление знаний детей о здоровом образе жизни, умении заботиться о своём здоровье.

Дидактический материал: модели цветика – семицветика, цветные карандаши

Ход занятия.

Диагностическое упражнение «Цветик - семицветик»

Детям сообщается, что каждый из них получает в подарок волшебный цветок. Его лепестки обладают волшебным свойством: помогают выполнять желания. Лепестки награждают своего хозяина тем или иным качеством: красотой, богатством, здоровьем, силой. Умом, смелостью, славой. Дети должны выбрать три самых важных и нужных, на их взгляд, лепестка. - Почему вы выбрали именно эти лепестки? Почему вы считаете эти качества важными?

- Среди волшебных лепестков есть самый главный. Он награждает человека качеством, от которого зависят и все остальные. Найдите этот лепесток. Объясните почему?

Игра «Дружная семейка»

- У здорового человека все органы трудятся дружно и согласованно, помогая друг другу.

Педагог предлагает всем встать в круг и взяться за руки. По команде они начинают приседать и вставать в определённом ритме, изображая работу организма.

Через некоторое время взрослый намеренно нарушает ритм движений, при этом возникает сбой и в цепочке участников.

- Такие же изменения происходят в организме больного человека. Даже если один из органов перестаёт справляться со своими задачами, это сразу же сказывается на работе всего организма.

Сюжетно-ролевая игра «Мы – журналисты».

Цель: выявление знаний детей о здоровом образе жизни, умении заботиться о своём здоровье.

Итог занятия.

Занятие 2. «Что я знаю о себе?»

Цели: - знакомить со строением организма человека;
- воспитывать бережное к нему отношение.

Дидактический материал:

Ход занятия.

Игра «Как мы устроены»

Все встают в круг. Педагог сообщает, что он будет называть различные части тела, которые дети должны показывать на себе. Тот, кто ошибётся, выходит из круга.

В ходе игры ведущий намеренно делает несколько ошибок: названная и указанная им часть тела не совпадают.

Упражнение «Как человек воспринимает окружающий мир».

Во время игры дети должны ответить на следующие вопросы.

- С помощью этого органа мы различаем звуки, шум и шорох?
- С помощью какого органа мы узнаём предметы по запаху?
- Как называется орган дыхания?
- Что приводит в движение кровь?
- Какой орган защищает наше тело от различных повреждений?
- Каким органом мы различаем по вкусу пищу?
- С помощью какого органа мы видим предметы, воспринимаем их форму, величину, цвет?

Упражнение «Почему так говорят»

- Какой смысл заложен в пословицах и поговорках?

Без здоровья нет хорошей жизни.

Заболеть легко – вылечиться трудно.

Здоровья ни за какие деньги не купишь.

Упражнение «Танец отдельных частей тела»

Под музыку дети встают в круг. Каждый называет часть тела, для которой будет исполнен танец (например танец плеч, головы, живота и т. д.), и исполняют его.

Упражнение «Нарисуем человека»

На листах сделаны заготовки: нарисованы голова и туловище. Дети дорисовывают свой рисунок после отгадывания загадок.

При необычном каком-то явлении
Его открываем мы от удивления
(Рот)

Он нужен для дыхания,
Ещё – для обоняния.
(Нос)

Любят мультики и сказки
Посмотреть у деток
(глазки)

Их не сеют, не сажают,
Они сами вырастают.
Не в лесу, не на опушке –
На затылке, на макушке.
(Волосы)

Головой верти сильнее –
Быть без дела скучно
(шее)

У зверушки – на макушке,
А у нас – ниже глаз.
(Уши)

То, что скушает наш рот,
Попадает всё в
(живот)

Любят труд, не терпят скуки,
Всё умеют наши ...
(руки)

Чтоб ходить и прыгать мог,
У меня есть пара
(ног)

Кто же получился?
На Земле он всех сильней,
Потому что всех умней.
(человек)

Итог занятия.

Занятие 3. «Береги здоровье смолоду».

Цель: формирование навыков здорового образа жизни.

Ход занятия.

Приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и весёлым! Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле – здоровый дух».

Задумывались ли вы о том, что у нашего здоровья немало добрых и верных друзей? Давайте подумаем, что помогает человеку быть здоровым.

Правильно! Прохладная чистая вода, которой мы умываемся, обливаемся или обтираемся по утрам. Она закаляет наш организм, прогоняет сон, очищает кожу, смывает с нее грязь, пот и болезнетворные микробы.

Второй наш друг – это утренняя зарядка. Под звуки бодрой ритмичной музыки мы идём быстрым шагом, бежим, приседаем, делаем наклоны назад, вперёд, вправо и влево, берём мяч, обруч или скакалку. После утренней зарядки повышается настроение, появляется аппетит, ведь зарядка, регулируя работу всех органов, помогает включиться в дневной ритм.

Как вы думаете, что ещё помогает нам быть здоровыми?

Верно! Тёплые солнечные лучи и свежий воздух. Особенно полезный воздух в хвойных, сосновых и еловых борах. Этот воздух – настоящий целительный настой, благоухающий ароматами смолы и хвои. И в лиственных лесах, и в борах в воздухе содержится много фитонцидов – особых летучих веществ, убивающих вредных микробов. Фитонциды – тоже наши друзья.

Как вы считаете, человек, который не моет руки, заботится о своём здоровье?

Верно! Не заботиться! Ведь и немые руки и грязь под ногтями могут стать причиной многих опасных заразных болезней – желтухи или дизентерии. Эти болезни так и называются – «болезнями грязных рук». А мух в старину не зря величали «вредными птичками». Летая по помойкам, свалкам, выгребным ямам, а потом залетая в дома, они переносят на своих лапках опасных микробов, которые могут вызывать болезни.

Надеюсь, вы поняли: чтобы быть здоровым, нужно следить за чистотой, умываться и мыть руки с мылом, чистить зубы и стричь ногти. Убирать свою комнату и мыть посуду. Ведь недаром говорится: «Чистота – залог здоровья» Я знаю немало ребят, которые не любят соблюдать режим дня. До поздней

ночи они сидят перед экраном телевизора или компьютера, а утром встают вялыми, бледными, невыспавшимися, забывая замечательное правило: «Рано в кровать, рано вставать – горя и хвори не будете знать!» а ведь режим дня – прекрасный друг нашего здоровья! Если мы всегда в одно и то же время встаём с кровати, завтракаем, обедаем, ужинаем, ходим на прогулку, ложимся спать, то у нашего организма вырабатывается определённый биологический ритм, который помогает сохранять здоровье и бодрость.

Но мы с вами забыли ещё об одном нашем преданном друге – о движении.

Давайте подумаем, может ли быть здоровым человек, который ведёт неподвижный образ жизни и большую часть времени сидит в кресле или лежит на диване?

Верно! Не может! А почему? Его мышцы, сердце не тренируются. Он не дышит свежим воздухом, ему не хватает солнечных лучей и кислорода. Малая подвижность ослабляет здоровье! А движение, особенно на свежем воздухе. Делает нас сильными, ловкими, закалёнными! Физические упражнения в детском саду, занятия физкультурой в школе, посещение спортивных секций помогают нам укреплять здоровье, закаляют тело и волю, делают нас смелыми и сильными.

Я хочу здоровым быть –
Буду с лыжами дружить.
Подружусь с закалкой,
С обручем, скакалкой,
С теннисной ракеткой.
Буду сильным, крепким!

Блиц – турнир «О здоровье»

1. Каких друзей нашего здоровья ты знаешь? Расскажи о них.
2. Какие водные процедуры ты делаешь по утрам?
3. Делаешь ли ты ежедневно утреннюю зарядку? Чем она полезна?
4. Почему грязнули и неряхи часто болеют?
5. Соблюдаешь ли ты режим дня? Чем он тебе помогает?
6. Что дарит нам движение?
7. Какие подвижные игры тебе нравятся?
8. Почему полезно ходить на прогулку в лес или в парк?

Отгадай загадку.

Его бьют, а он не скачет,



Только прыгает и скачет. (Мяч)

Высоко волан взлетает,
Лёгкий и подвижный он.
Мы с подругою играем
На площадке в..... (Бадминтон)

Стоят игроки друг против друга,
Сетка меж ними натянута туго,
Бьют по мячу и красиво, и метко,
И оживает в руках их ракетка. (Теннис)

- Ребята, нарисуйте и раскрасьте: мяч, волан для игры в бадминтон, теннисную ракетку, спортивный обруч.

Итог занятия.