

A brown leather suitcase is open, revealing a collection of travel-related items. Inside, there's a colorful beach ball, a pair of black sunglasses, a camera, a hat, and a passport. The suitcase has several stickers on it, including one of the Eiffel Tower and a Danish flag.



ПРОЕКТ

практико-ориентированный

«Чемоданчик здоровья»

для детей среднего дошкольного возраста

Автор проекта:

Добрякова И.В.

Введение

(пояснительная записка)

Для успешной реализации первой годовой задачи д/с №1 «Пчёлка» - «Сохранение и укрепление здоровья воспитанников посредством организации здоровьесберегающей среды ДОУ», была проведена методическая работа по программе «Детство» с учетом ФГОС. Из изученного материала были выделены все аспекты, связанные с возрастными особенностями и организацией здорового образа жизни детей средней группы.

Дошкольники 4-5 лет испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку.

Следует учесть, что 5-й год жизни является критическим для многих параметров физического здоровья ребенка. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связок. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей, уплощение грудной клетки или ее деформация, выпуклый и отвислый живот. Все это затрудняет дыхание. Правильно организованная физическая активность детей, регулярные и правильно построенные занятия физическими упражнениями способны предотвратить развитие этих нарушений.

У детей средней группы потребность организма в кислороде увеличивается на 40%, что связано с перестройкой функции внешнего дыхания. Это требует особого внимания к обеспечению достаточного времени пребывания детей на свежем воздухе, дыхательным упражнениям и закаливанию.

Необходимо обращать внимание на правильную освещенность и нагрузку на глаза, так как особенность хрусталика глаза среднего дошкольника в том, что он имеет более плоскую форму, чем у взрослых. Следовательно, для поддержания хорошего зрения детей 4-5 лет, следует проводить профилактику, что является необходимостью в корригирующей гимнастике.

В этом возрасте формируются начальные представления детей о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения. Так же следует отметить задачу по воспитанию культурно-гигиенических навыков, которая является приобщением к здоровому образу жизни и укреплению здоровья воспитанников.

Значительное время отводится для игр по выбору детей. Задача воспитателя – создать возможности для вариативной игровой деятельности через соответствующую предметно-развивающую среду: разнообразные игрушки, предметы-заместители, спортивный инвентарь, рациональное размещение игрового оборудования.

Чтобы успешно реализовать первую годовую задачу ДОУ, воспитателю необходимо тесное сотрудничество с детьми и их родителями, так они являются основными участниками сохранения и укрепления здоровья своих детей.

В целях получения действительных ответов, о компетентности родителей по этой теме, было проведено анонимное анкетирование. (См. приложение 1)

Для выявления знаний воспитанников о здоровом образе жизни, родителям было предложено провести с детьми «домашний мониторинг». (См. приложение 2)

Проект "Чемоданчик здоровья"

Проблематизация:

Главную роль в процессе сохранения и укрепления здоровья ребенка играют родители. Результат анкетирования показал, что невысокий уровень педагогической компетентности родителей, как правило, не позволяет им занять активную позицию в организации разнообразной двигательной активности ребенка. Многие родители не знают, чем и как занять детей дома, чтобы сохранить их здоровье. Таким образом, возникает необходимость привлечения родителей к совместной проектной деятельности, конструированию собственного родительского поведения и активному участию в здоровьесберегающем процессе своих детей.

По результатам «домашнего мониторинга» были получены такие результаты: Закаливают детей – 15%, соблюдают дома режим дня – 32%, делают утреннюю гимнастику – 21%, соблюдают правила личной гигиены самостоятельно – 83%, следят за зубами и чистят их – 54%, знакомы с названиями видов спорта – 48%.

Цель: активизация роли родителей в совместном оздоровлении детей и вовлечение их в проектную деятельность, для решения первой годовой задачи ДОО – «Сохранение и укрепление здоровья воспитанников посредством организации здоровьесберегающей среды ДОО».

Характер координации: открытая координация (педагог открыто руководит проектом, обучает детей).

Участники проекта: дети средней группы (дети являются лишь наблюдателями, помощниками родителей), родители воспитанников, воспитатели, физинструктор.

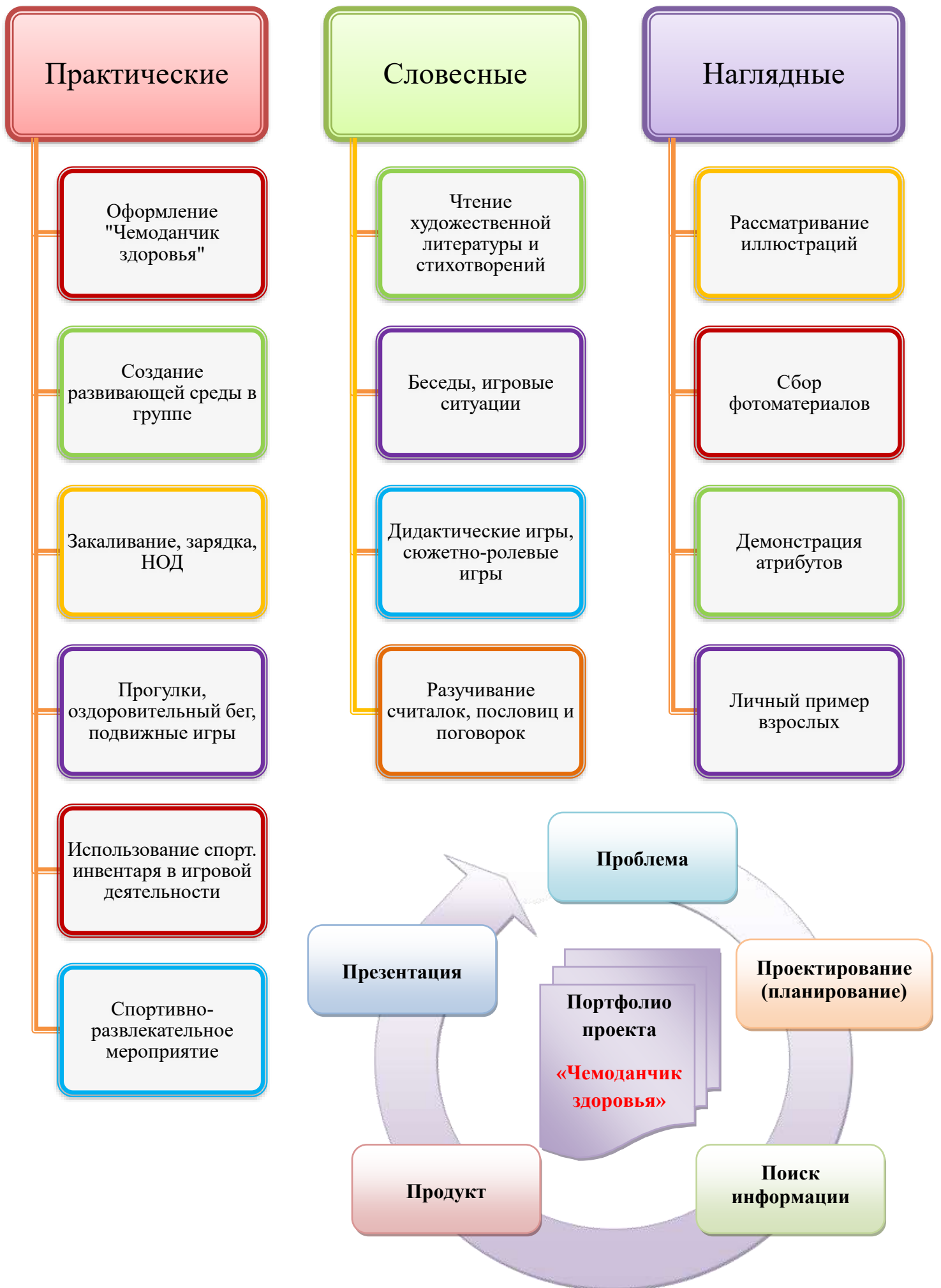
Образовательные области: физическое развитие, познание, художественно-эстетическое развитие.

Продолжительность: среднесрочный, три недели (ноябрь).

Задачи:

1. помочь родителям понять значимость проблемы детского здоровья в возрасте 4-5 лет, побудить к активному взаимодействию с педагогами;
2. познакомить с разными здоровьесберегающими технологиями;
3. учить создавать инвентарь с опорой на предложенные темы по оздоровлению;
4. стимулировать родителей, заниматься оздоровлением детей, используя объекты (инвентарь) сделанный своими руками дома;
5. активизировать желание детей и родителей совместно искать дополнительную информацию по предложенным темам;
6. воспитывать у детей интерес к здоровому образу жизни;
7. мотивировать детей к новым познаниям, созданию информационного материала и спортивному инвентарю.

Методы и формы работы



Предварительная работа

На родительском собрании, для ознакомления, были предложены фото и иллюстративный материалы по организации здоровьесберегающей среды (из опыта работы других детских садов), подобран инвентарь изготовленный воспитателями. Инструктором по физической культуре были проведены упражнения для профилактики плоскостопия с использованием подручного материала.

С помощью презентации родителям рассказали о методах закаливания.

Родителей заинтересовали все озвученные темы по укреплению здоровья ребят. Им была предоставлена возможность самостоятельно выбрать любое направление по оздоровлению, найти интересные варианты, использовать их в создании своего физоборудования. Дома совместно с детьми апробировать их и пополнить здоровьесберегающую среду в группе.

Учитывая то, что ребенок средней группы переходит на новую ступень личностного развития – у него возникает потребность в познавательном и интеллектуальном общении со взрослыми. Следовательно, родители были ориентированы на совместное с педагогом приобщение ребенка к здоровому образу жизни и познавательному развитию, через проектную деятельность.

Планирование

Родители и дети:

- пополнение здоровьесберегающей среды по таким направлениям: закаливание, корригирующее зрение, профилактика осанки, дыхание (развитие легких), спортивный инвентарь, изготовленный своими руками;
- помощь в оформлении уголка «Физкультура, спорт, здоровье».

Воспитатели:

- создание дидактических игр по формированию начальных представлений детей о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения и воспитанию культурно-гигиенических навыков;
- НОД по рисованию, социально-коммуникативному развитию;
- оздоровительные мероприятия в режимных моментах.

Воспитатели и дети:

- оформление «Чемоданчик здоровья».

Физинструктор:

- проведение утренней зарядки и занятий по физической культуре.

Все участники проекта:

- спортивно-оздоровительное развлечение «Вместе с мамой».

Ожидаемый результат:

Дети: сохранение и укрепление здоровья;
 формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
 накопление опыта в двигательной деятельности;
 воспитание культурно-гигиенических навыков.

Педагоги: повышение профессиональной компетентности в вопросах укрепления и сохранения здоровья дошкольников;
установление партнёрских отношений педагог-ребёнок-родитель.

Родители: повышение педагогической культуры в вопросах оздоровления детей;
участие родителей в жизни ДОУ.

Этапы работы по проекту

I. Подготовительный

1. Подборка материала по программ и определение областей исследования.
2. Формулировка проблемы исходя из интересов детей («ЗОЖ»).
3. Вхождение в проблемную ситуацию.
4. Составление плана-схемы проекта с включением в него занятий, игр и других видов детской деятельности.
5. Привлечение родителей к осуществлению соответствующих разделов проекта.

II. Деятельностный

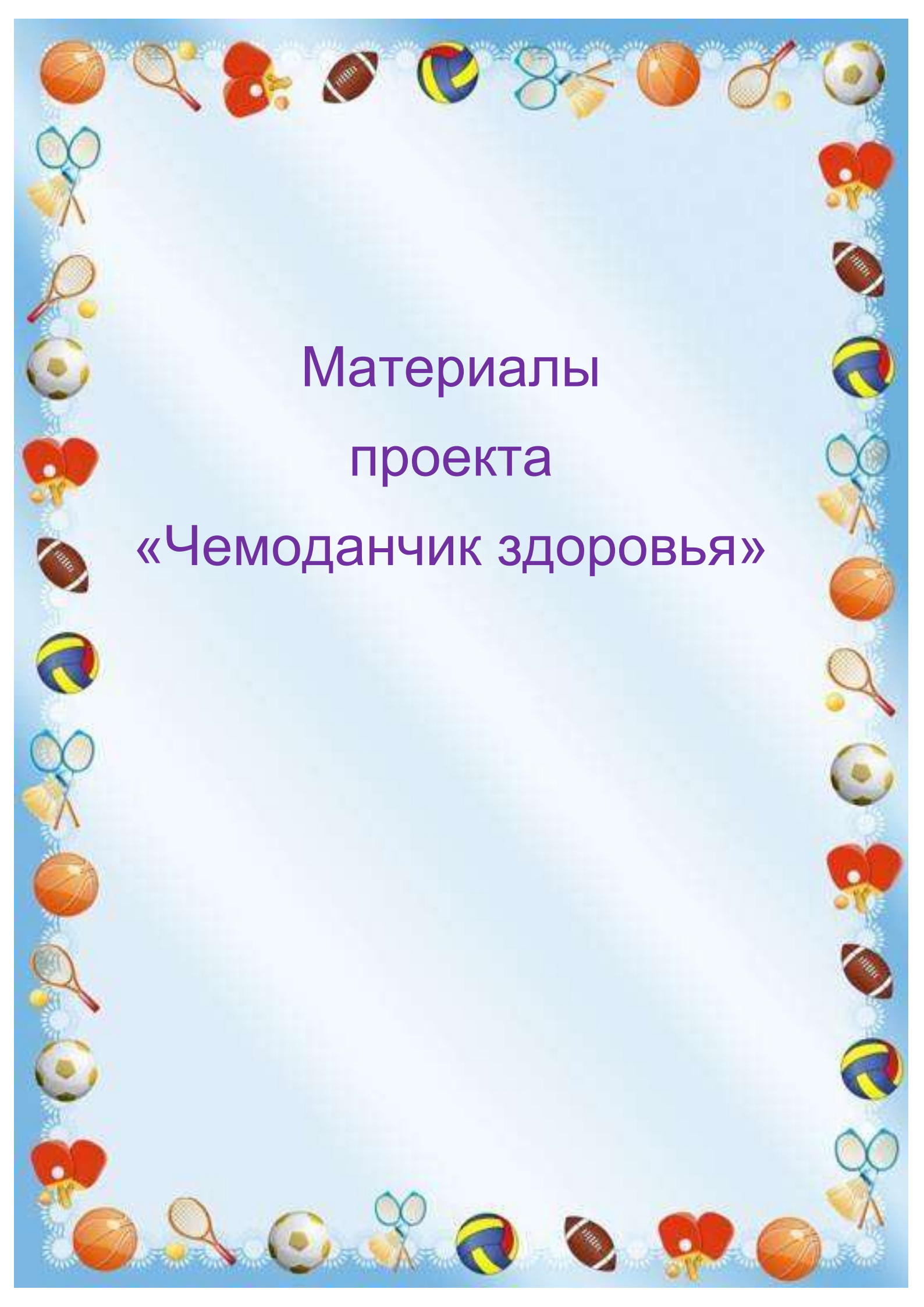
1. Вживание в игровую ситуацию, принятие задачи.
2. Сбор информации и материалов.
3. Формирование знаний, умений, навыков.
4. Продуктивная деятельность в соответствии с планом.
5. Активное участие в запланированных мероприятиях ДОУ.

III. Завершающий

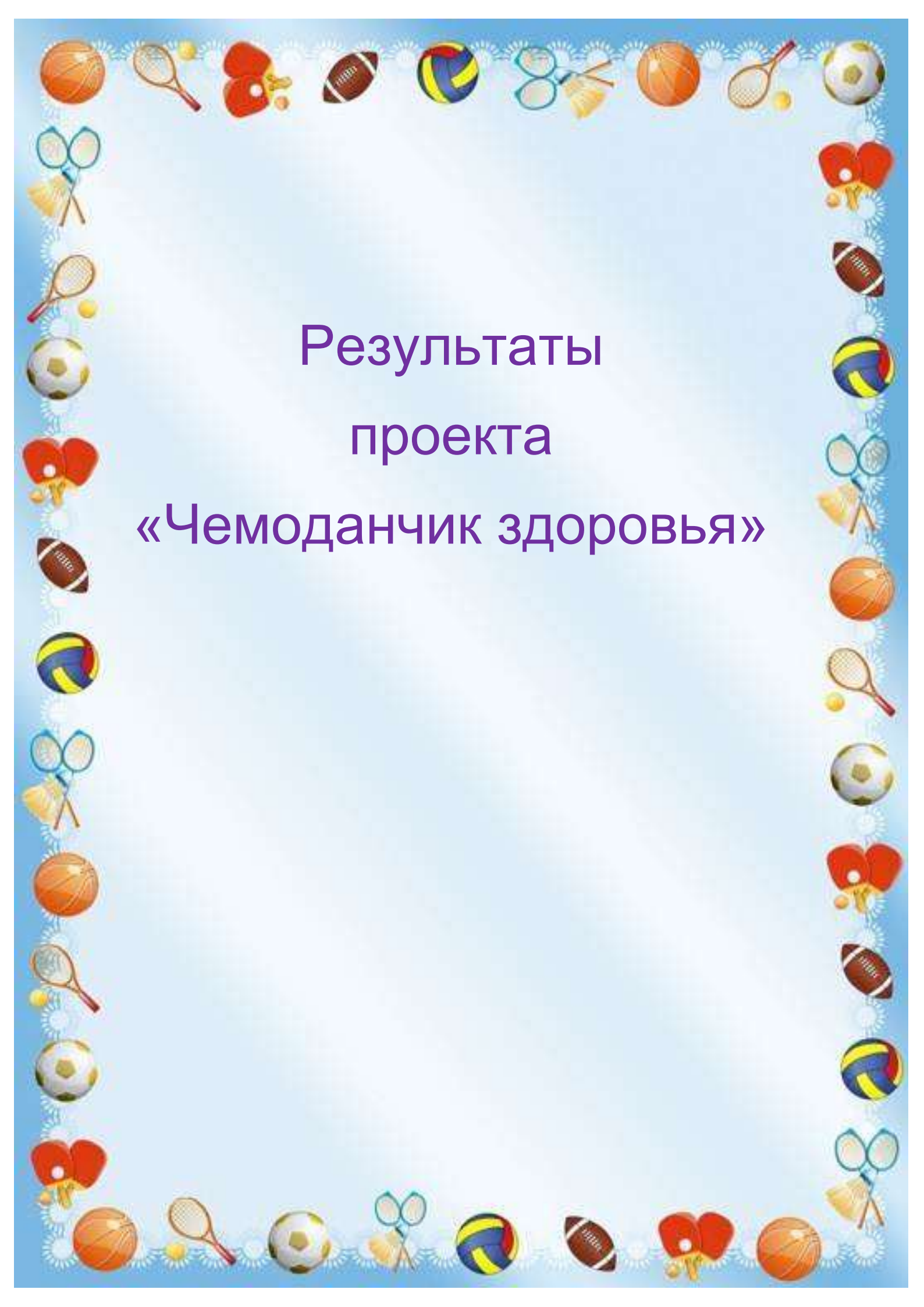
1. Размышления над приобретёнными знаниями, опытом.
2. Подведение итогов работы по проекту.
3. Создание презентации проекта.
4. Защита проекта.

Используемая литература:

1. «Детство» Т.И. Бабаева. Примерная образовательная программа дошкольного образования. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 352 с. (ФГОС)
2. «Художественное творчество» Н.Н. Леонова. Освоение содержания образовательной области по программе «Детство»: планирование, конспекты. Средняя группа. – Волгоград: Учитель, 2014. – 289 с. (ФГОС)
3. «Я и мир» Л.Л. Мосалова. Конспекты занятий по социально-нравственному воспитанию детей дошкольного возраста. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. – 80 с. (Библиотека программы «Детство»)
4. «Методические рекомендации по проведению прогулок детей 3-7 лет» Уланова Л.А. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО-ПРЕСС», 2008. – 160 с.
5. «ОБЖ для дошкольников» Т.П. Гарнышева. Планирование работы, конспекты занятий, игры. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.-128 с.

A decorative border surrounds the central text, featuring a repeating pattern of various sports equipment: basketballs, tennis rackets, soccer balls, American footballs, and volleyballs. The items are arranged in a circular fashion around the perimeter of the page.

Материалы проекта «Чемоданчик здоровья»

A decorative border surrounds the central text, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: basketballs, tennis rackets, soccer balls, American footballs, and volleyballs. The icons are arranged in a circular fashion around the perimeter of the page.

Результаты проекта «Чемоданчик здоровья»

