

«Где прячется здоровье»

Здоровье — бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. В понятие «здоровье» мы вкладываем три составляющих: физическое, психическое здоровье и социальное благополучие.

МЕТОДИЧЕСКИЙ ПАСПОРТ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Название проекта: «Где прячется здоровье?»
2. Вид проекта: исследовательский, детско-родительский.
3. Длительность работы над проектом: не менее месяца.
4. Участники: дети 5-7 лет, их родители, педагоги ДОО.
5. Проблемное поле: на основе вопросов, сформулированных детьми вместе с воспитателем: «Что такое здоровье?», «От чего оно зависит?», «Кто должен заботиться о здоровье и как это делать?», «Что помогает человеку быть здоровым?»
6. Цель проекта: дать детям простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение и укрепление здоровья. Воспитывать желание быть здоровыми, внимательно относиться к себе. Активизировать взаимодействие педагогов и родителей в контексте детско-родительского проекта.
7. Этапы работы над проектом.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП. Беседа о значении слова «здравствуй». («Здравствуйте!» — люди желают друг другу при встрече здоровья, то есть крепкого здоровья.) Высказывания детей на вопросы: «Что такое здоровье и как его беречь?», «Почему считается, что здоровье для человека очень важно?», «Что бы хотелось ещё узнать о здоровье?». Формулирование вопросов проблемного поля проекта.

ОСНОВНОЙ ЭТАП. Отвечая на вопрос «Что помогает человеку быть здоровым?», дети перечисляют «помощников здоровья» (вода, утренний зарядка, режим дня, солнечные лучи и свежий воздух, чистота, движения и спорт) и проводят исследования, доказывающие и объясняющие ту или иную позицию. Для этого организуется чтение художественной литературы, знакомство с пословицами, рассматривание иллюстраций о видах спорта. Организуются спортивные тематические прогулки, игры и развлечения. По тематике проекта организуйте продуктивную деятельность детей: рисование, лепку, аппликацию.

Консультация для родителей «Как вырастить ребёнка здоровым?»; круглый стол «Обмен опытом семейного воспитания по внедрению здоровьесберегающих технологий в семье». Организуется спортивный досуг «Папа, мама, я — спортивная семья» и др.

На этом этапе в проект включаются родители: вместе с ребёнком проводится семейный проект, в процессе которого все члены семьи ищут доказательства, убедительные примеры, читают, рассказывают, изучают информацию, помогают ребёнку составить рассказ-презентацию. Например, в одной семье реализуется проект по теме «Вода — помощник здоровья»; в другой — «Утренняя зарядка — помощник здоровья» и т.д. В рамках взаимодействия с родителями можно предложить вместе с ребёнком создать фотоальбом «Здоровый образ жизни нашей семьи» и презентовать его.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП. Мероприятия с участием детей, их родителей, педагогов ДОО: досуг «Путешествие в страну Здоровье», конкурс семейных плакатов о здоровом образе жизни и др. Активное участие педагогов и родителей в практическом опыте внедрения здоровьесберегающих технологий в жизнь детского сада и семьи. Создание медиатеки, включающей развивающие и обучающие программы (аудиовидеозаписи учебных фильмов, мультфильмов и др.) для удовлетворения интересов детей, образования педагогов и взрослых членов семьи.

8. Презентация проекта. Викторина для детей «Я здоровье берегу, сам себе я помогу». Презентация детско-родительских проектов.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ К ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Содержание. Представления детей о ценностях здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье. Знания детей о профилактических мерах по предупреждению заболеваний.

Беседы. *Путешествие по стране Чистоты и Порядка.* (Зачем человек умывается и моет своё тело? Что случается с грязнулей? Подружись с водой и мылом. Правила ухода за кожей.)

Если хочешь быть здоров. (Физическая активность — путь к силе и красоте. Занятие физкультурой и спортом — залог здоровья. Закаливание как профилактика болезней.)

Азбука рационального питания (Наука правильного питания. Необходимые витамины для нашего здоровья. Культура питания.)

Чтение художественных произведений. Е. Пермяк «Сластёна-своевольник», К. Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр», «Айболит», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?», А. Барто «Девочка чумазая», Г. Зайцев «Дружи с водой», «С добрым утром!», «Уроки Мойдодыра», С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», Т.И. Шорыгина «Беседа о здоровье».

Пословицы и поговорки о здоровье

Чистота — залог здоровья.

В здоровом теле — здоровый дух.
Береги платье снову, а здоровье смолоду.
Смолоду закалишься — на весь век сгодишься.
Кто долго жуёт, тот долго живёт.