

# «БУДЬ ЗДОРОВ, МАЛЫШ!»

*Проект воспитателя  
МДОУ №148 «Звездный»  
г.Брянск  
Чекушкиной Т.А.*



## ***УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА:***

*воспитатели и дети старшего  
дошкольного возраста МДОУ  
№148 «Звездный»*



## **ВИД ПРОЕКТА:**

исследовательский, практико -  
ориентированный

## **СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:**

сентябрь 2011 – май 2012



## **ТЕМА ПРОЕКТА:**

*Формирование основ  
здорового образа жизни  
в старшем дошкольном  
возрасте*



# **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА:**

*Современное состояние общества, экономики, экологии во всем мире неблагоприятно отражается на здоровье людей.*

*Ухудшение здоровья детей дошкольного возраста в России стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой, очень часто забота о здоровье детей отходит на второй план по сравнению с такими ценностями, как образование, воспитание и личностное развитие.*

*Об актуальности проблемы сохранения и укрепления здоровья детей «говорит» сравнительный анализ: количество детей с хронической патологией увеличилось за последние 10 лет в 2, 5 раза*

*Проблемой сохранения и укрепления здоровья детей, физическим воспитанием занимались ученые всего мира не одно столетие: Аристотель, Я.А.Коменский, В.В.Гориневский, П.Ф.Лесгафт, но, несмотря на это тема проекта остается актуальной.*



## ***ПРОБЛЕМА:***

*Недостаточное использование  
нетрадиционных форм и условий  
формирования основ здорового образа жизни  
старших дошкольников*



## ***ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:***

***выявить и экспериментально  
проверить эффективность  
нетрадиционных форм и условий  
формирования основ ЗОЖ  
дошкольников***



## ***ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:***

- Выявить сущность и содержание понятия «здоровый образ жизни»***
- Экспериментально проверить эффективность использования нетрадиционных форм и условий формирования ЗОЖ старших дошкольников***
- Разработать методические рекомендации для педагогов ДОУ по формированию основ ЗОЖ дошкольников***



## ***ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:***

***1. Изучение в литературе понятия «здоровый образ жизни»; диагностика уровня знаний детей о здоровье и ЗОЖ***

***Время проведения:*** сентябрь, 2010 г

***Цель:*** - изучить литературу и выявить сущность и содержание понятия «здоровый образ жизни»;  
- определить уровень сформированности знаний детей о здоровье и ЗОЖ, используя методику «Неоконченные предложения» Деркунской В.А.



## ***2. ПОИСК И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ ФОРМ И УСЛОВИЙ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВ ЗОЖ ДОШКОЛЬНИКОВ***

***Время проведения:*** октябрь 2010г – апрель 2011г

***Цель:*** использовать не только традиционные формы и условия оздоровления детей, но и разработать и применить нетрадиционные



# ***НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ:***

- применение в течение года комплекса оздоровительных мероприятий, который включает в себя: фитотерапию – использование отваров трав, витаминотерапию, применение средств, повышающих иммунитет
- использование занятий по программе «Здоровячок» Кротовой Л.С., цель которой – помочь детям приобрести необходимые знания о себе, своем здоровье, побуждать детей к бережному отношению к здоровью, формировать «здоровые» привычки и основы ЗОЖ



### ***3. ПОВТОРНОЕ ДИАГНОСТИРОВАНИЕ ДЕТЕЙ, РАЗРАБОТКА МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ДООУ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВ ЗОЖ***

***Время проведения:*** май 2011г

***Цель:*** повторно определить уровень знаний детей о здоровье и ЗОЖ, используя ту же методику, разработать методические рекомендации для педагогов



***КОМПЛЕКС ЗАНЯТИЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВ ЗОЖ В  
СТАРШЕМ ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ (ПРОГРАММА  
«ЗДОРОВЯЧОК» КРОТОВОЙ Л.С.):***

- «Девчонки, мальчишки»***
- «Я знаю свое тело»***
- «Зачем человек ест?»***
- «Зачем детишкам нужен сон»***
- «О больных, болезнях и не только о них»***
- «Как растения человеку помогают»***
- «Кто как умывается»***
- «Чтоб болезней не бояться, очень нужно закаляться»***
- «Азбука здоровья»***
- «О зрении вообще и о телевизоре в частности»***
- «Движение? Движение!»***
- «Роль животных в сохранении и укреплении здоровья человека»***
- «О снах и сновидениях»***
- «Палец в рот не клади»***
- «Опасные ситуации в жизни дошкольника»***



## ***МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ:***

- Подобрать необходимую методическую литературу по вопросу формирования основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста,***
- Ознакомиться с программой «Здоровячок», чтобы получить о ней общее представление, разобраться в предложенном материале, осмыслить те вопросы, которые возникают в процессе работы по формированию основ здоровой жизнедеятельности детей,***
- Определить основные цели и задачи в работе по формированию основ здорового образа жизни старших дошкольников,***
- Изучить традиционные и нетрадиционные формы работы по формированию основ ЗОЖ дошкольников,***
- Определить объем знаний, который необходимо дать ребенку в соответствии с программными требованиями.***



- *Как можно чаще привлекать детей к обсуждению изучаемой темы, к откровенной беседе, предложив проявить активность,*
- *По мере возможности не отделять теорию от практики, чтобы усвоенный материал накладывался на практические умения и навыки, составляющие основу ЗОЖ,*
- *Все оздоровительные процедуры должны проводиться с теплыми руками и добрым сердцем, чтобы посеять в душах детей доверительное к ним отношение,*
- *Подобрать комплекс методик, позволяющий определить уровень знаний детей о здоровье и ЗОЖ.*
- *Специально подобранные занятия по программе «Здоровячок» должны проводиться не реже 2 раз в месяц*
- *На пути прохождения ребенком школы здорового образа жизни нельзя скупиться на похвалу. Разделите всю работу на 3 ступени, после прохождения 1 ступени будет не лишним наградить ребенка медалью 1 степени «Крепыш», прошедших 2 ступень – медалью «Здоровячок», по окончании курса обучения детям можно вручить «Диплом здорового человека»*





....и ещё.

В нашем детском саду  
живет мальчик по имени Здорovyачок.

Он-то и помогает детям  
осваивать реализуемую программу





## Занятия по программе «Здоровячок»

