

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад «Ёлочка»

Проект
**«Валеология-
наука о здоровье»**

Выполнила: воспитатель
I квалификационной категории
Хамуева В. А.

Г. Улан-Удэ

Тема: [Проект по валеологии, формированию у детей ценностного отношения к здоровому образу жизни.](#)

Название: «Валеология – наука о здоровье»

Тип проекта: Оздоровительный, исследовательско–творческий.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Участники проекта: Воспитатель, воспитанники, родители.

Продолжительность: Долгосрочный сентябрь 2016 – май 2017 год

Актуальность

На сегодняшний день оздоровление становится одной из главных социальных проблем, и наука о здоровье – валеология - стала интенсивно развиваться.

Валеология (от латинского «*valeo*» – «*быть здоровым*») – молодая интегративная наука, постигающая средства и закономерности, направленные на формирование, восстановление и укрепление здоровья каждого человека с использованием разнообразных оздоравливающих методик и технологий.

Научиться рассуждать о здоровье ребенок должен не со слов взрослых, а на основе собственного (конечно, пока элементарного) опыта. Знание ребенком основ гигиены, правил безопасной жизнедеятельности составляет фундамент формирования здорового образа жизни, способствующий эффективности всех оздоровительных мероприятий, проводимых в дошкольном учреждении и семье.

Важным условием успешной работы по сохранению здоровья детей является понимание того, что «здоровый образ жизни» должен стать стилем жизни.

Китайская пословица гласит: “Расскажи – и я забуду, покажи – и я запомню, дай попробовать и я пойму”. Так и ребенок усваивает все прочно и надолго, когда слышит, видит и делает все сам. Поэтому проектно-исследовательская деятельность занимает прочное место в работе нашей группы. Она стала интересным и увлекательным процессом, как для детей, так и для взрослых. Применение полученных валеологических знаний поможет детям изменить отношение к своему здоровью, к способам его укрепления.

Мероприятия

Формы работы с детьми:

- Экскурсии
- Беседы
- Просмотр DVD дисков и презентаций
- Дидактические и подвижные игры
- Сюжетно –ролевые игры
- Продуктивная деятельность
- Зарядки
- Труд
- Закаливание

Формы работы с родителями:

- Информационный материал для проекта
- Беседы
- Родительские собрания
- Консультации
- Участие в конкурсах и мероприятиях

Ожидаемые результаты

Полученные ребёнком знания и представления о своем теле, своём здоровье, физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.

Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни.

Повышение уровня адаптации к окружающему миру (в т.ч. к обучению в школе);

Родители:

Проявление интереса к вопросу физического развития и оздоровления детей.

Активное участие в проекте по физическому развитию и оздоровлению детей.

Повышение уровня педагогической культуры

(освоение положительного опыта семейного воспитания).

Проявление активной воспитательной позиции по вопросам

оздоровления детей (принятие помощи педагогов и специалистов ДОУ).

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.
- Формирование у детей 6-7 лет представлений о строении человеческого тела и назначении внутренних органов.
- расширить знания детей о здоровье и происхождении болезней;
- расширять представления детей о том, что полезно и что вредно для здоровья.
- Обеспечение преемственности в работе ДОУ и семьи в вопросах физического развития и оздоровления детей.

Этапы реализации проекта.

Этап	Цели этапа	Предполагаемый результат	Содержание
Вводный	1. Наука – валеология. 2. Проживание с детьми проблемной ситуации: «Что будет, если мы не будем следить за своим здоровьем» 3. Изучение методической литературы по воспитанию здорового образа жизни с привлечением родителей и для сбора информационного материала.	1. Полученные ребёнком знания и представления о своем теле, своём здоровье, физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья. 2. Накопление систематизация информации по теме.	1. Тест-опрос детей «Что ты знаешь о своём теле?», «Каким видом спорта я хочу заниматься?». 2. Сбор материала в тематическую папку. Подборка презентаций и DVD дисков по теме. 3. Изучение познавательной, художественной литературы, дидактические, подвижные игры для мальчиков и девочек, игры народов мира, сюжетно–ролевые игры. 4. Подготовка консультаций для родителей. «Как укрепить здоровье ребёнка?» «Валеология – наука о здоровье!» «Как правильно закаливать летом» «Как правильно закаливать водой» «Рациональное питание ребёнка» «Здоровый образ жизни семьи» ФГОС (наглядный материал)
Основной	Формирование у детей 6-	1.Полученные	1. «Что это за наука - Валеология?»

	<p>7 лет представлений о строении человеческого тела и назначении внутренних органов. Расширить знания детей о здоровье и происхождении болезней;</p> <p>Расширять представления детей о том, что полезно и что вредно для здоровья.</p> <p>Обеспечение преемственности в работе ДОУ и семьи в вопросах физического развития и оздоровления детей.</p> <p>Проживание системы взаимодействия с семьями воспитанников, раскрытие потенциала каждого ребёнка</p>	<p>ребёнком знания и представления о себе, своём здоровье и физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения его здоровья.</p> <p>2. Проявление интереса к вопросу физического развития и оздоровления детей со стороны родителей. Активное участие в проекте по физическому развитию и оздоровлению детей. Повышение уровня педагогической культуры (освоение положительного опыта семейного воспитания).</p> <p>Проявление активной воспитательной позиции по вопросам оздоровления детей (принятие помощи педагогов и специалистов ДОУ).</p> <p>3. Полученный опыт поможет избежать несчастных случаев.</p>	<p>Моделирование ситуаций «Я и моё здоровье», «Каким видом спорта ты хотел бы заниматься?»</p> <p>Цикл сюжетно-ролевых игр.</p> <p>2. Контрольные опросы о здоровье.</p> <p>Дидактические игры: «Первая помощь», «К какому врачу пойдём?», «Безопасность», «Одень мальчика и девочку», «Здоровое питание, витамины»</p> <p>Работа в тетради «Покажи, где какой орган у человека», «Если хочешь быть здоров», «По какому номеру звонить?», «Легкие» и т.д</p> <p>3. Участие в конкурсе проектно – исследовательских работ «Балтийские звёздочки»</p> <p>4. Исследовательская работа. «Строение наших костей» « Как воздух попадает в тело и как выходит», «Как это увидеть?» и т.д</p> <p>5. Ежедневный оздоровительный бег вокруг детского сада.</p> <p>Выставка детских рисунков на тему: «Наши суставы», «Спортивные снаряды в будущем»</p> <p>6. Просмотр DVD дисков и презентаций по теме. Закрепление физкультминуток на английском языке.</p> <p>Закаливание «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»</p> <p>7. Чтение художественной литературы по теме, отгадывание загадок и просматривание подборки журналов «Тело человека»</p> <p>8. Участие родителей в спортивных соревнованиях и праздниках.</p>
Итогов	Презентация	Подведение	Папка с информационным материалом

	проекта	итогов	Выставка рисунков Создание презентации «Валеология – наука о здоровье»
--	---------	--------	--

Литература:

Н.Г. Коновалова Методические рекомендации по использованию комплекта тематических плакатов «Профилактика нарушений осанки у детей» Волгоград по ФГОС ДО. Издательство «Учитель», 2014 год.

Л.Л.Маслова « Я и мир». Конспекты занятий по социально – нравственному воспитанию детей дошкольного возраста» Санкт – Петербург ДЕТСТВО – ПРЕСС 2009 год.

Н.Н. Авдеева «Безопасность», «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2002 год.

О. Петровская ИД «АЗБУКВАРИК», 2014 год. «Тело человека»

Г.Зайцев «Уроки Айболита» Издательство «АКЦИДЕНТ» Санкт – Петербург.

Г.И. Кулик., Н.Н. Сергиенко «Школа здорового человека» Москва 2008. СФЕРА.

Сказки К.Чуковского : «Айболит», «Мойдодыр», «Федорено горе».

Энциклопедии и журналы « Человеческое тело»