

Проект « На прогулке мы гуляем и здоровье укрепляем»

Воспитатель: Дамбиева Алена Зориктуевна

г. Улан-Удэ
2023 г

Тип проекта: информационно-практический, познавательный

Длительность проекта: краткосрочный

Участники: дети подготовительной группы, воспитатель.

ПРОБЛЕМА.

Забота о здоровье подрастающего поколения, одно из приоритетных направлений дошкольного учреждения. Ведь пребывание на свежем воздухе имеет большое значение для развития ребёнка. На прогулке дети не только получают новые знания об окружающем мире, но и много двигаются, получая и развивая физические навыки, повышая свой жизненный тонус.

Значение прогулки не всегда нами достаточно оценивается. Родители и педагоги ссылаясь на слишком холодную, ветреную погоду лишают маленьких детей чистого воздуха, не гуляют с детьми во второй половине дня, просят воспитателя не водить ребёнка на прогулку. Нужно помнить, что прогулка даёт необходимую разрядку: на прогулке ребёнок может побегать, поиграть теми игрушками, которые для помещения не всегда пригодны.

АКТУАЛЬНОСТЬ.

В современном обществе предъявляются всё более высокие требования к человеку, к его уровню развития, в том числе и к современному ребёнку. Ведь успешный человек-здоровый человек, в народе говорят: «главное здоровье, а остальное приложится».

И главная задача современного мира состоит в сохранении и укреплении здоровья детей как психического, так и физического, приобщении семьи к ЗОЖ и овладении ими здоровьесберегающих технологий, в частности через прогулки.

ЦЕЛЬ: Укрепление физического и психического здоровья детей посредством зимней прогулки.

ЗАДАЧИ:

1. Сохранять и укреплять здоровье детей. Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести ЗОЖ.
2. Воспитывать волевые качества, выносливость, желание пребывать на свежем воздухе.
3. Развивать представление о детских зимних играх и забавах на улице.

4. Развивать желание родителей и детей в совместной деятельности проводить отдых, воспитывать интерес к совместному труду и играм со снегом.
5. Повысить уровень знаний родителей по вопросам организации полноценного активного отдыха на зимней прогулке.
6. Вооружить родителей элементарными теоритическими знаниями и практическими умениями в области здоровья и двигательной активности.
7. Привлечь родителей к созданию условий для проведения зимних мероприятий на участке.

ЭТАПЫ РАБОТЫ:

1. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП.

- Написание проекта.
- Изучить методическую литературу по организации прогулок в ДОУ.
- Изучить имеющиеся условия для проведения прогулок.
- Обогащение предметно-развивающей среды участка.
- Познакомить родителей с информацией о прогулках в зимний период.
- Подбор консультативного материала для родителей.

2. ОСНОВНОЙ ЭТАП.

ПЛАН РАБОТЫ С ДЕТЬМИ.

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

Исследовательская деятельность: «Замерзает ли вода?», «Тающий лед», «Плавают ли лед?», «Какой снег лучше лепится?».

Дидактические игры: « Хорошо-плохо... что наступила зима, выпал снег, на улице скользко, холодно и т. д.», « Что в мешке?- атрибуты зимних видов спорта», «Кому что нужно», «Найди лишний предмет», «Угадай что изменилось».

Конструирование: « Горка», «Каток», «Снеговик», «Снежный городок».

КОММУНИКАТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

Чтение художественной литературы: Н. Саксонская «Снежный ком», Е. Благинина «Снегурочка», М. Разина «Снежинка», В. Введенская «На лыжах».

Рассматривание: предметов одежды, окружающего мира, составление рассказов.

Индивидуальная работа: разучивание стихов, песен о зиме видах спорта и детских забавах.

Беседы: « Чем можно заняться зимой на улице?», « Как одеваться зимой на улицу?», « Где находится здоровье?».

СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

Сюжетно-ролевая игра: «Идем гулять в зимний парк (лес)».

Беседа: «Как мы проводим выходные».

Ремонт построек.

Труд на участке.

Игры с постройками.

ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

Песни о зиме, зимних забавах.

Рисование: «Зимние узоры», «Следы на снегу», «На что похоже», «Зимние загадки».

Лепка из снега: «Снеговик», «Снежный городок», «Витаминки», «Моя игрушка».

ФИЗИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

Подвижные игры на участке: «Заморожу», «Льдинки-снежинки», «Согревалочка», «Снежная фигура замри», «Найди Снегурочку», «Мишка косолапый».

Упражнение на дыхание: «Как воеет волк», «Заблудились», «Сдуй снежинку», «Самолет», «Машина».

Хождение по дорожкам здоровья.

Использование построек на участке.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ.

Консультации: « Значение зимней прогулки», «Закаливание детского организма», «Будем вместе мы играть и здоровье укреплять»

Информация: «Структура прогулки», памятки по ОБЖ, «Игры нашего детства», «Одеваемся по погоде», игротека подвижных игр, презентация «Прогулка для здоровья».

Индивидуальные беседы о физических навыках, умениях каждого ребенка, о значении совместной деятельности с детьми.

3. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП.

(Ожидаемый результат).

- Повышение устойчивости детей к простудным заболеваниям, выносливости. Снижение заболеваемости.
- Оформление зимнего участка, наполнение группы необходимым оборудованием для прогулок.
- Повышение уровня знаний родителей по вопросам организации совместных прогулок и активного отдыха с детьми.
- Совместная деятельность родителей и детей.