

АННОТАЦИЯ

- Власова Екатерина Николаевна, воспитатель ГБДОУ №23 Курортного района города Санкт-Петербурга.

- Методическая разработка- «Здоровье с детского сада» для детей дошкольного возраста 3-4 лет средней группы детского сада. Тема однодневного проекта- «День здоровья»; тема занятия - «Мир, который мы не видим. Микробы, и борьба с ними».

Детский сад, являясь открытой социальной системой, не может быть вне процессов обновления, которые влекут за собой повышение требований к качеству образовательных услуг по различным направлениям развития и воспитания ребенка.

Одной из важнейших задач нашего общества является формирование жизнеспособного, здорового подрастающего поколения. Ведь дети - это наше будущее! Начинать решать эту важную проблему необходимо с самых первых дней жизни ребенка. Именно в этот возрастной период закладываются основы здоровья человека, вырабатывается сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.

Целями однодневного проекта является:

- сохранить и укрепить здоровье детей на основе традиций детского сада;
- снизить количество наиболее часто встречающихся в дошкольном возрасте заболеваний;
- стимулировать повышенное внимание дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и мотивировать их на здоровый образ жизни;
- сформировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни.

Задачи проекта:

- познакомить детей с понятиями «здоровье», «режим дня», «микробы»;
- показать дошкольникам как выглядят микробы и какого их количество;
- научить детей рассматривать микробы/пыль через лупу и микроскоп;
- воспитать у дошкольников потребность в здоровом образе жизни, аккуратности, опрятности;
- совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены;
- сформировать навыки поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, вилок, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом;
- закрепить знания о здоровых и вредных продуктах, привычках;
- активно привлекать родителей к соблюдению и развитию у детей навыков личной гигиены дома.

При решении задач по формированию у детей здорового образа жизни большое значение имеет работа с родителями. Роль родителей незаменима. Они главные «строители» личности ребёнка, а воспитатели их главные помощники. Работа проводится на родительских собраниях, через родительский уголок, консультации,

индивидуальные беседы. Информация для родителей по занятиям с детьми дома, о питании и образовательной деятельности детей, о здоровой пище, необходимой ребенку для роста и развития.

Настоящее время характеризуется изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным переменам каждого человека. Самой актуальной на сегодняшний день проблемой является укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и эмоциональное благополучие, которое позволяет человеку быть активным, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства.

Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни. Если мы в процессе организованной, оздоровительной деятельности будем формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, понимать значение и преимущество хорошего самочувствия, то это поможет сохранению, укреплению, оздоровлению детей.

Чтобы сформировать убеждения и привычки здорового образа жизни в условиях дошкольного учреждения, с детьми проводится «День здоровья»- однодневный проект, который включает в себя:

- утреннюю гимнастику, которая повышает мышечный тонус и создает положительный эмоциональный настрой;
- специальные занятия и беседы с развлечениями, на которых дети получают знания о здоровье как о ценности, расширяются представления детей о строении своего организма, ребята учатся заботиться о нем, так как здоровье – это здоровое тело, сильное и чистое;
- занятие по физической культуре. Такие занятия привлекают детей к оптимальной двигательной активности, приносящей ощущение «мышечной радости». Для детей важно реализовать свои интересы в спортивных играх и упражнениях, проявляя имеющиеся двигательные способности и всячески развивая их. Ведь здоровье – это движение;
- пребывание детей на свежем воздухе дает ребенку раздолье для движений в природных условиях. Многообразие звуков, множество разных переживаний, впечатлений, получаемых детьми на свежем воздухе во время наблюдений, подвижных и спортивных игр, дают им значительный физический и эмоциональный запас сил для успешного полноценного развития и повышения иммунитета;
- прием пищи, с помощью которого расширяются знания детей о продуктах питания, их значимости, ведь здоровье – это правильное питание. Дети знакомятся с пословицами и поговорками о здоровой русской еде, которые радуют детей, улучшают аппетит и приобщают детей к правильному питанию;
- закаливающие процедуры: воздушные ванны перед сном и после сна с хождением босиком по дорожкам, обширное умывание водой комнатной температуры. Так же после сна проводится бодрящая гимнастика оздоровительная.

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку. В эти годы дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять.

Выбранная тема показалась мне интересной и актуальной потому, что навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь. Особое внимание надо уделять детям до пяти лет, которым «самостоятельное» умывание и одевание обычно доставляют большое удовольствие, заинтересовать их проще, следовательно и легче побудить к здоровому образу жизни.

По сравнению с традиционными методами, я выбрала методику однодневного проекта со своими особенностями. Ярко, интересно изложить информацию о микробах для детей помогут именно наглядные примеры. На уроке беседу проводит воспитатель, одетый в костюм «микроба». Детям уже становится интереснее слушать его и наблюдать за ним. Воспитатель использует помимо обычной беседы, стихи, видео, фотографии, картинки, чтобы дети остались под впечатлением от рассказа. Детям предоставляется возможность, в большей степени впервые, провести опыт с лупой и микроскопом- увидеть микробы, грязь в живую в увеличенном размере. Дети понимают, что микробы существуют не просто со слов взрослых, но и могут сами увидеть их своими глазами. От чего они приходят в огромный восторг и понимают серьезность темы здорового образа жизни. Интересный познавательный мультфильм по данной теме быстрее и ярче покажет малышу всю опасность микробов. Благодаря такой нестандартной подаче материала малыш сможет буквально наглядно представить не только, что такое микробы но и вообще понять, как работает человеческий организм. Эта методика, по моему мнению, является наиболее эффективной для понимания детьми данной темы, т. к. происходит не только беседа-занятие, но и наглядно с опытами, воспитатель в костюме, показывает проблему другого мира-мира микробов и варианты борьбы с ними. Этой теме посвящается весь день, который включает в себя полностью правильно подготовленный режим дня. Ребенок полностью погружается в атмосферу «дня здоровья». Заинтересовав ребенка таким образом, он захочет вести здоровый образ жизни и будет исправлять не только нерях, «грязнуль», неопрятных людей, но и учить правильному режиму дня, правильному питанию и правильному образу жизни, чтобы все окружающие были здоровы!

К работе прилагается конспект однодневного проекта «День здоровья» и презентация OpenDocument OpenOffice Impress (просмотр на ПК)

Власова Екатерина Николаевна, воспитатель
ГБДОУ №23 Курортного района города Санкт-Петербурга