

ПРИБЛИЖЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ ЧЕРЕЗ ПРОЕКТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

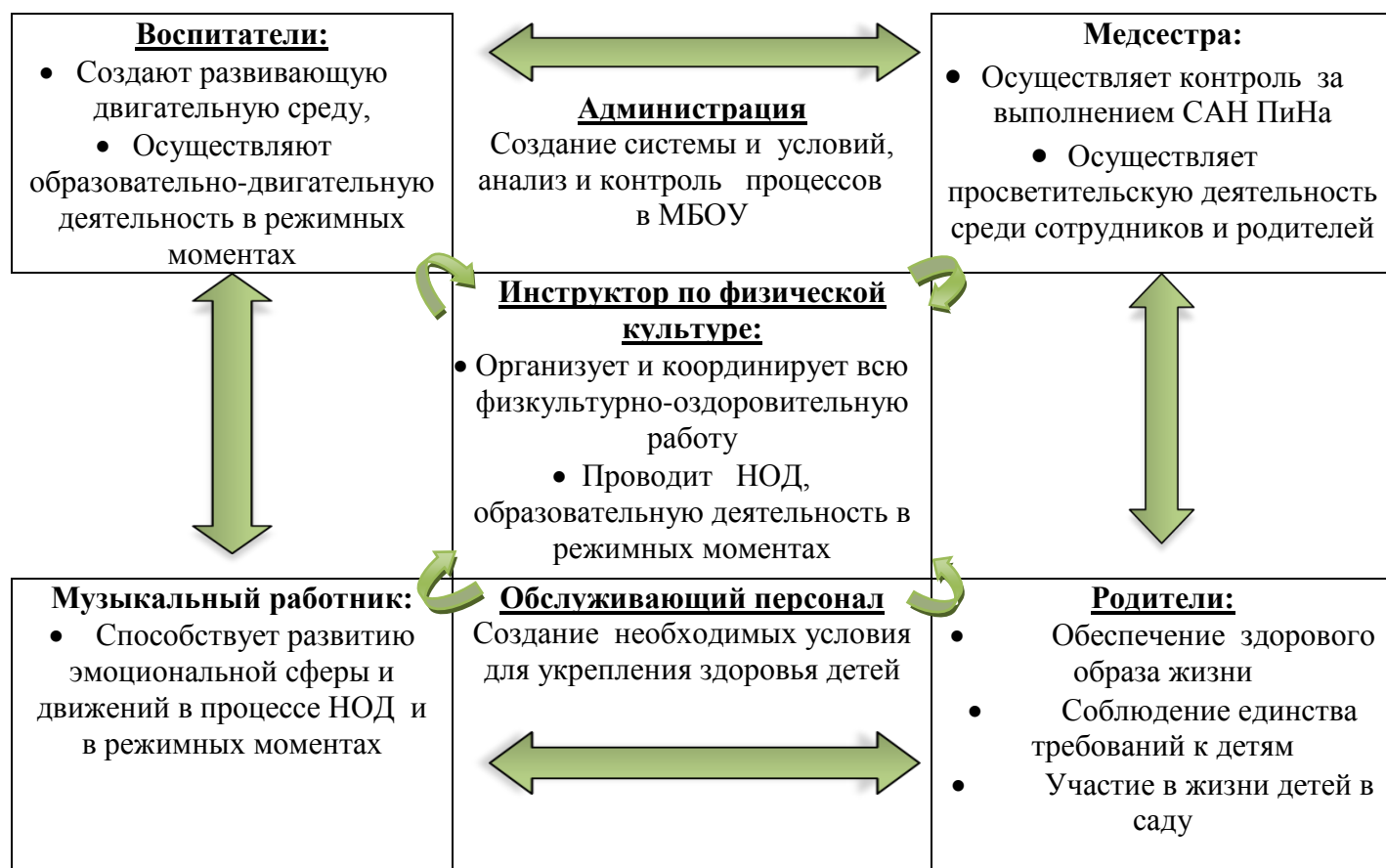
Аннотация: В статье представлена актуальность формирования потребности в здоровом образе жизни, обеспечение охраны и укрепление здоровья детей уже в дошкольном возрасте. По мнению автора решать проблему необходимо в ходе совместной деятельности с детьми, сотрудничая с семьёй. В статье предложен проект познавательно-исследовательской деятельности «О здоровье всерьёз» для старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: здоровьесбережение, здоровье, физическое развитие дошкольников.

В современном мире здоровье будущего поколения является предметом первоочередной важности, так как именно здоровье детей определяет будущее страны, научный и экономический потенциал общества. Именно сейчас сохранение и укрепление здоровья нации определяется как одно из приоритетных направлений государственной политики.

Охрана и укрепление здоровья детей, всестороннее физическое развитие, формирование привычки к здоровому образу жизни – вот первостепенные задачи сотрудников МБОУ "Росток". Исходя из принципа «здоровый ребенок – успешный ребенок», реализацию первой задачи по укреплению и сохранению физического и психического здоровья каждого ребенка, осуществляется в тесном сотрудничестве с инструктором по физкультуре, плавателем, музыкальным руководителем и родителями в соответствии со схемой:

Взаимодействие участников образовательного процесса



Анализируя деятельность по данному направлению, следует отметить слаженность действий всех участников образовательного процесса по реализации системы физкультурно-оздоровительной работы МБОУ. Взаимодействие, представленное схемой, имеет двустороннюю связь.

Обеспечить эффективную физкультурно-оздоровительную работу можно только при содружестве медицины и педагогики. Решая задачи физического воспитания, педагоги вместе с медицинскими работниками варьируют нагрузку в соответствии с состоянием здоровья (после болезни, ЧДБ, после прививки), учитывают физическое развитие (группа здоровья, по медицинским показаниям, наблюдения за самочувствием).

В режиме дня применяем и организуем различные формы работы в режиме дня дошкольников МБОУ: утреннюю гимнастику, подвижные игры и соревнования на дневной прогулке, двигательно-оздоровительные физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, физкультурные прогулки (в парк, на

стадион), физкультурные досуги, спортивные праздники, «Дни здоровья», «Дни открытых дверей», просветительскую деятельность (в том числе и с родителями).

Схема Баляйкиной М.Н. по охране жизни здоровья воспитанников

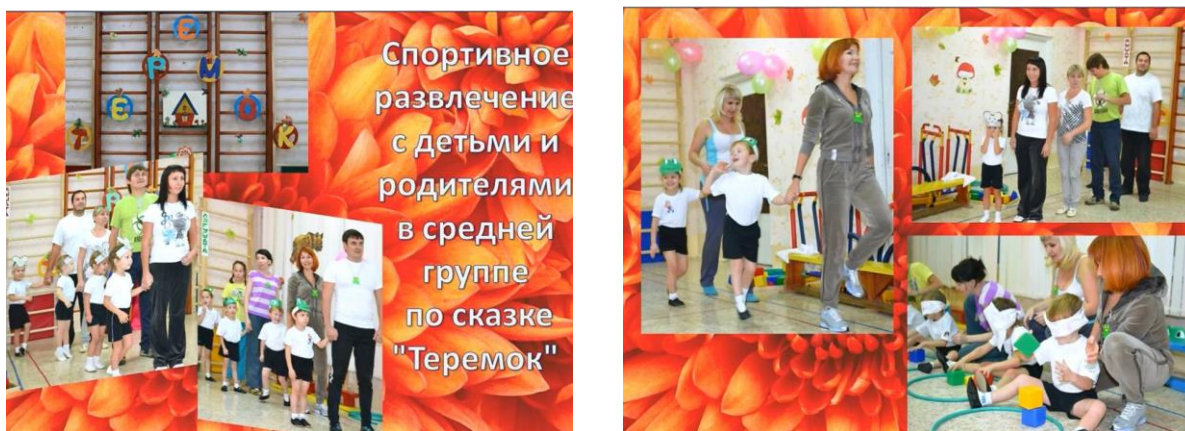


В группах создано большое пространство для двигательной активности, в которую включено физическое оборудование: «Дорожка здоровья», мягкие мячи, тренажеры, модули, схемы, детская литература, фотоальбомы и карточки. Все это способствует нормальному физическому развитию.

Команда дошкольников старшего возраста является активным участником районных соревнований «Веселые старты», где сборная МБОУ неизменно занимает призовые места. Но не только это является ярким примером высоких показателей физической подготовленности, уровня развития физических и морально-волевых качеств, эмоционального отклика на физическую активность. Прирост уровня физической подготовленности и физических качеств выражается в среднем на 28,7% в год. Это является оптимальным показателем прироста личных достижений, т.к. ведется целенаправленная система физического воспитания в ДОУ и в содружестве с семьей.

Успех физкультурно-оздоровительной деятельности напрямую зависит от вовлеченности родителей в жизнь детей. У нас родители полноправные

партнеры, но следует соблюдать единство требований в формировании ЗОЖ. Родителям необходимо обеспечить условия для оптимальной двигательной активности детей, а самим участвовать в жизни ДОО более активно.



Родители активно участвуют в спортивных праздниках и развлечениях вместе с детьми, получая огромное удовольствие, а также чувство единения как с детьми, так и с коллективом группы. В этом году дети и родители моей средней группы приняли участие в областном конкурсе на "Лучшее совместное мероприятие с родителями в ДОО 2013". Родители с удовольствием исполнили роли сказочных героев. Итогом данного мероприятия стал диплом участника и веселый фильм о спортивных приключениях героев сказки "Теремок".

Таким образом соблюдение всех этих условий позволит успешно реализовать физкультурно- оздоровительную работу в соответствии с ФГТ.

Формирование привычки к здоровому образу жизни - вторая ключевая цель в системе дошкольного образования. И это вполне объяснимо - только здоровый ребенок может развиваться гармонично. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет ребёнок проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим. Именно поэтому с раннего возраста необходимо приобщать ребёнка к заботе о своем здоровье, воспитывать у него заинтересованность и активность в саморазвитии и самосохранении.

Привычка к здоровому образу жизни — это главная, основная, жизненно важная привычка; она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье, в дошкольном образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребёнка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Все, чему мы детей научим, они должны применять в реальной жизни.

Формирования культурно-гигиенических навыков у детей дошкольного возраста является одной из самых актуальных при воспитании детей этого возраста. И насколько она изначально продумана, спланирована и организована, зависит, будет ли она способствовать укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а так же воспитанию культуры поведения. Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку ощущение чистоты, здоровья. Необходимо приучать ребёнка к гигиеническому индивидуализму: своя расчёска, своя постель, свой горшок, свой носовой платок, своё полотенце, своя зубная щётка. Подводить детей к пониманию того, что соблюдение чистоты тела важно не только для охраны личного здоровья, но и здоровья окружающих.

В детском саду воспитатели приучают воспитанников заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, формировать навыки личной гигиены, дают знания о здоровой пище, ориентируют детей на здоровый образ жизни. Пути решения задач: занятия, игры - занятия, изобразительная деятельность,

прогулки, гигиенические процедуры, закаливающие мероприятия, игры, спортивные мероприятия, праздники, беседы, чтение литературы, использование эмоционально-привлекательных форм. Обучение организовывают не только на занятиях, но и во всех режимных моментах, когда возникают ситуации, наталкивающие детей на принятие решения по этой проблеме.

Предлагаю вашему вниманию плана детского проекта «Пейте дети молоко» в подготовительной группе.

1. Полное название проекта: «Пейте дети молоко»
 2. Автор проекта (Ф. И. О):
 3. Руководитель:
 4. Кадры: Дети подготовительной группы, воспитатели, родители детей группы, мед.сестра ДОУ, ст. воспитатель ДОУ.
 5. Красноглинский район, город Самара.
 6. Адрес организации:
 7. Телефон:
 8. Вид, тип проекта: Информационно – практический , познавательный, среднесрочный.
 9. Цель, направление деятельности проекта: Познакомить детей с полезными свойствами молока. Дать представления об уникальности, незаменимости этого природного продукта для здоровья человека.
 10. Краткое содержание проекта: В ходе исследования детьми полезных свойств природного молока, раскрыть уникальность и биологическую ценность этого природного напитка. Дать знания о непосредственном влиянии молока на здоровье детского организма.
- Привлечение аудитории (дети, родители, участники проекта) к активному использованию молочных продуктов с целью укрепления здоровья и развития художественно – творческого мышления у детей через познавательно-исследовательскую деятельность.
11. Подготовительная группа.
 12. Сроки проведения:

13. Количество участников проекта: 10 взрослых, 12 детей.

14. 6-7 лет

15. Форма проведения: групповой.

16. Ожидаемые результаты: альбом о животных, дающих человеку молоко, презентация об одомашнивании диких животных, стенгазета о пользе молочных продуктов, самодельная книга рецептов приготовления молочных напитков, написанная родителями, масло приготовленное ручным способом изготовления, загадки о корове, молочных продуктах, пословицы.

Проблема: Ежедневно после полдника некоторые дети группы категорически отказываются пить молочные продукты во время полдника. Дети объясняют свой отказ тем, что дома родители предлагают более вкусные напитки в коробочках. (Молочные коктейли, соки, нектары). Почему натуральные полезные продукты не радуют детей?

Задачи:

1. Раскрыть перед детьми полезные для здоровья свойства натуральных продуктов.

2. Через информативно – поисковую деятельность заложить основы знаний о здоровом питании.

3. Подвести к пониманию незаменимости для здоровья человека натуральных продуктов.

4. Дать знания о получении молока от домашних животных.

5. Развивать познавательный интерес к окружающему, умение делиться с окружающими людьми приобретенным опытом.

6. Пополнить знания детей о способах приготовления производных молока в домашних условиях.

7. Развивать художественный вкус в ходе экспериментирования.

8. Воспитывать умение работать в коллективе, желание делиться информацией, участвовать в совместной в опытно – экспериментальной деятельности

Форма презентации: Досуг «Чем корова угостит котенка»

Этап	Формы работы (с наименованием)	Задачи	Срок	Время в режиме	Место проведения
1 этап					
1.	Рассказ воспитателя о пользе натуральных продуктов из молока.	Познакомить со свойствами молока.	Пн.	2-я половина дня.	группа
2.	Рассматривание слайдов о домашних животных, дающих молоко.	Расширить знания о домашних животных	Вт.	2-я половина дня.	группа
3.	Дети родители. Найти Информацию о верблюдице, козе домашней, лосихе, овечке, как животных приносящих для человека ценный продукт. Составить альбом.	Обогатить знаниями о животных, дающих человеку молоко	Пн. – чт.	Понед. Вторник среда	группа
4.	Оформить вместе с детьми хронологию одомашнивания диких животных человеком на примере коровы. В форме презентации.	Активизировать Поисковую деятельность		четверг	
2 этап					
1.	Образовательная деятельность. Дигра «Сравни животных»	Знать характерные особенности животных	Ср..	1я пол.дня	группа
2.	Досуг «Чем корова угостит котенка» Пословицы, поговорки о молоке (соревнование дети-родители). Просмотр мультфильма «Бурека из Масленкина»	Быть творческим Человеком развивать свои способности	Чт.	2-я половина дня.	группа
3.	Мастер класс Родители и дети:		Чт.	2-я половина	группа

	«Кто сумеет сбить сметанку»			дня.	
4.	Обмен рецептами Родители.		Пт.	2-я половина дня.	группа
5.	Коллоквиум Родители - дети «Мой любимый молочный продукт» Вкусовые качества, полезные свойства» Совместная дегустация. Выступление диетолога, мед.сестры ДОУ.	Осознать себя Субъектом познания	Пт.		
	Презентация родителями книги рецептов из молока для питания детей.	Уметь выделить главное, интересное в русле прак. Деят-ти		Пт.	2я пол.дня
6.	Образовательная деятельность, свойства молока. Рисуем узоры.	Активизировать поисковое поведение		Пт.	1я пл. дня
3 этап					
1.	Защита проектов. Альбомы, Хронология одомашнивания животных, Дневники наблюдений за приготовлением творога из цельного молока в домашних условиях, фотовыставка домашних кошек «Усы и Царапки», кормление их молоком. Совместная работа ст. медсестры детей о витаминах, микроэлементах, содержащихся в молоке, дополнение содержания сведений о молоке детьми значками ви-	Проявить самостоятельность инициативность, Уметь выделять главное интересное в русле практической деятельности.		Пт.	1я пол.дня

	таминов.				
2.	Награждение участников дипломами исследователя. Лучшего маркетолога своего продукта, лучшего палеонтолога, лучшего дугустатора, Лучшего издателя. .			Пт.	1я п.дня
4 этап					
	Подведение итогов.			Пн.	1я п.дн.

Вид проекта: Информационно – практический, познавательный, среднесрочный.

Актуальность: У детей посещающих группу нет знаний о пользе продуктов, изготовленных из натурального молока, дети не имеют знаний о пользе натурального молока и молочных продуктах.

Поиск вариантов решения



Методы решения задач:

1. Исследовательские методы: изучение и анализ психолого-педагогической и научно-методической литературы, наблюдение, беседа, анкетирование, диагностирование.

2. Практические методы: упражнения, моделирование, обыгрывание проблемно-игровых ситуаций.
3. Наглядные методы: наблюдение, демонстрация наглядных пособий, видеофильмов.
4. Игровые методы: дидактическая игра, игровые действия, воображаемая ситуация, загадывание и отгадывание загадок, введение элементов соревнования.
5. Словесные методы: беседа, рассказ, чтение художественной литературы, заучивание пословиц, стихотворений, исполнение песен.
6. Графические методы: стенгазета, таблицы, рисунки, схемы.

Этапы реализации проекта:

I этап- подготовительный:

- Изучение психолого-педагогической и научно-методической литературы по теме проекта.
- Диагностика.
- Анкетирование родителей.
- Создание комплексной модели деятельности специалистов.
- Разработка комплексного плана взаимодействия медработников, воспитателей, диетолога.
- Разработка практических материалов для обеспечения педагогического процесса.

II этап – основной текущий:

- Разработка образовательной, исследовательской деятельности и ее проведение.
- Создание материальной базы (изготовление пособий для оснащения педагогического процесса, альбомов, презентации, пополнение научной и художественной литературой).
- Реализация комплексного плана взаимодействия воспитателей и медработников ДОУ.
- Реализация проекта детьми.

- Награждение участников.

III этап – заключительный: диагностика, беседа с детьми, анкетирование родителей.

IV этап – аналитический: анализ проделанной работы, вывод по теме.

Прогнозируемый результат:

Апробировав проект, можно ожидать осознания ребенком пользы молочных продуктов для своего здоровья. А так же изменение отношения родителей к организации питания детей дома в семье.

Продолжению работы в данном направлении способствует разработка примерных тем для дальнейшей работы: «Как сохранить хорошее зрение?», «Мои защитники: кожа, ногти, волосы», «Внутренние органы», «О здоровье всерьез».

Таким образом, здоровьесбережение в различных видах детской деятельности и условия, созданные в МБОУ, та система мер, предпринятая коллективом МБОУ по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни, позволяют обеспечить физическую активность детей и организацию оздоровительной работы. Данные по состоянию здоровья за последние года дают положительный результат. У большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления: дети с удовольствием занимаются танцами, коррекционными занятиями. Воспитанники показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений у детей.

Следует отметить, что здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Литература:

1. Антюхин Э., Сулла М. Концепция воспитания безопасности жизнедеятельности // Основы безопасности жизни. - 1997. - N 5. - С. 34-37.
2. Вахрушев А.А., Кочемасова Е.Е., Акимова Ю.А., Белова И.К. Здравствуй, мир! Окружающий мир для дошкольников. Методические рекомендации для воспитателей, учителей и родителей/ А.А.Вахрушев, Е.Е. Кочемасова, Ю.А. Акимова, И.К. Белова - М.: «Балас», 2003.-304с.
3. Иванова А.И. «Естественнонаучные наблюдения и эксперименты в детском саду».
4. Кислова Т.Р. "По дороге к Азбуке. (Лесные истории)". Методические рекомендации для воспитателей, логопедов, учителей и родителей к частям 1и 2/ Под научной редакцией Р.Н.Бунеева, Е.В.Бунеевой. изд.2-е, испр.- М.: Баласс, Издательский Дом РАО, 2003. – 160с. (Серия «Свободный ум»).
5. Кислова Т.Р." По дороге к Азбуке". Методические рекомендации для воспитателей, логопедов, учителей и родителей к частям 1и 2/ Под научной редакцией Р.Н.Бунеева, Е.В.Бунеевой..- М.: Баласс, 2007. – 80с. (образовательная система «Школа 2100», Комплексная программа «Детский сад 2100»).
6. Программа здоровьесберегающего направления «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Авторы: Р. Б. Стеркина, О. Л. Князева, Н. Н. Авдеева.
7. Шорыгина Т.А. "Беседа о правилах дорожного движения с детьми 5-8 лет." / Т.А. Шорыгина– М.: ТЦ Сфера, 2009.- 80с.