

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №45 Невского района Санкт-Петербурга

**ПРОЕКТ
ПО РАННЕЙ ПРОФОРИЕНТАЦИИ
«ЮНЫЙ ВАЛЕОЛОГ»
С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
С ТЯЖЁЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ**

инструктор по физической культуре: Феоктистова В.О.
воспитатели: Гончарова Н.М., Соколова И.М.
учитель-логопед: Молодкина Г.К.

Сроки: 01.09.2023 - 31.05.2024

Санкт-Петербург
2024

АКТУАЛЬНОСТЬ

- Профориентация дошкольников это новое, малоизученное направление в дошкольном воспитании
- Отсутствие у детей осознанного отношения к своему здоровью
- Валеология в дошкольном образовании представляет большие возможности для воспитания правильного отношения к здоровью с детства
- Валеология направлена на формирование полезных привычек для длительного использования своего ресурса здоровья, дает практические рекомендации, как можно дольше оставаться здоровым
- Дошкольное детство – благодатное время для успешной работы по сохранению здоровья детей, для понимания того, что «здоровый образ жизни» должен стать стилем жизни
- Актуальность работы по ознакомлению детей с профессиями обоснована в ФГОС дошкольного образования

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Цель: Формировать представления детей о профессии Валеолог, о его деятельности

Задачи образовательные

- Формировать навыки здорового образа жизни посредством развития речи детей
- Формировать у детей элементарные представления о человеческом организме
- Обогащать знания детей о здоровье и происхождении болезней
- Расширение представлений детей о том, что полезно и что вредно для здоровья
- Способствовать обогащению и развитию лексико-грамматических категорий и связной речи

Задачи воспитательные

- Воспитывать желание заботиться о своём здоровье
- Воспитывать культурно-гигиенические навыки

Задачи профилактические

- Развивать у детей потребность в активной деятельности
- Развивать представления о строении тела и назначении внутренних органов
- Обеспечить преемственность в работе ДОУ и семьи в вопросах физического развития и оздоровления детей

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

Этап № 1 Организационный

- Анкетирование родителей
- Подбор литературы и информационного материала
- Подбор дидактических игр
- Формирование банка мультимедийных материалов
- Создание памяток, буклетов
- Разработка плана реализации проекта

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

Этап № 2 Основной

Работа с родителями:

- Цикл консультаций «Валеологическая прищепка»
 - «Кто такой валеолог?»
 - «Создание предметно-развивающей для ЗОЖ среды дома»
 - «Для чего нам это нужно?»
 - «Растим здорового ребёнка»
 - «Бережём здоровье с детства»
- Выставки совместных поделок
- Составление рассказов родителями о любимой подвижной игре детства
- Проведение Ярмарки идей (изготовление пособий, атрибутов по профилактике плоскостопия и формированию правильной осанки)
- Стенгазета «Папа, мама, я – спортивная семья»
- Участие в празднике «Белая Олимпиада»

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

Этап № 2 Основной

Работа с детьми:

- Цикл бесед «Кто такой Валеолог?», «Органы чувств или наши помощники», «Что мы знаем о своем теле?», «Как мы дышим», «Что в организме самое главное?», «Что такое хорошо и что такое плохо?»
- Просмотр презентации «Профессия Врач»
- День Бега
- Рисование «Режим дня», «Игры на улице», «Любимая Физкультура»
- Аппликация «Полезные продукты»
- Просмотр презентации «Микробы»
- Просмотр мультфильмов «Про бегемота, который боялся прививок», «Доктор Стоматолог»
- Дидактические и настольные игры по теме Валеологии
- Игры на развитие координации
- Упражнения с применением координационной лестницы
- С/р игры «Больница», «Аптека», «Скорая помощь»
- Досуг «Сохрани своё здоровье»
- Логопедические игры

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

Этап № 3 «Завершающий»

- Изготовление логопедических игр
- Досуг «Сохрани своё здоровье»
- Фотоальбом «Логоритмика, как здоровьесберегающая технология»
- Изготовление книги «Как быть здоровым»
- Интегрированное занятие «Где прячется здоровье?»
- Транслирование педагогического опыта: показ презентации «Юный Валеолог»
- Разработка перспектив на будущее

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Для детей:

- Полученные детьми знания и представления о Валеологе позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья
- Знание детьми основ гигиены, правил безопасной жизнедеятельности составляет фундамент формирования здорового образа жизни
- Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни

Для родителей:

- Успешное взаимодействие со своими детьми
- Повышение психолого-педагогических компетенций

Для педагогов:

- Создание предметно-развивающей среды по теме проекта
- Совместная работа с родителями по расширению знаний детей
- Пополнение методической копилки по формированию и привитию навыков ЗОЖ у участников проекта

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с детьми.

- Чтение стихов, рассказов, составление мнемотаблиц, творческих рассказов, разучивание стихов, пальчиковых игр, физкультурных минуток, динамических пауз
- Встреча с педиатром
- Использование дидактических, словесных, настольных и компьютерных игр
- Использование интерактивного устройства «МИМИО»
- Обогащение педагогического процесса
- Организация выставки лучших детских работ
- Показ презентации.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 1 Организационный». Работа с родителями

Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей



1. Новый день начинайте с улыбки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Лучше умываться прохладной водой.
4. Любите своего ребенка, своей семьи, своих друзей.
5. Обнимайте ребенка чаще 8 раз.
6. Не бывает плохих родителей, есть плохие дети.
7. Положительные эмоции укрепляют здоровье.
8. Личный пример – лучший педагог.
9. Используйте солнечные ванны.
10. Помните: правильное питание – залог здоровья.
11. Лучший вид спорта – это игра.
12. Лучшее развлечение – это общение с родителями.

Растим здорового ребенка

Семья – первый скафандр, который формирует мышцу, как воск, индивидуальную форму и ум, волю и характер ребенка. Ребенок изучает мир через семью, и родители должны быть для него примером.

Познание мира начинается с семьи. Именно в семье формируется базис физического и психического здоровья ребенка. Очень важна атмосфера в семье, ее эмоциональный климат. Родители должны быть для ребенка источником любви, тепла, поддержки, заботы.

Воспитание здорового ребенка – это процесс, который начинается с рождения и продолжается всю жизнь. Родители должны быть для ребенка примером здорового образа жизни.

- Умыться;
- Принимать по утрам и вечерам ванну;
- Спать за час до сна;
- Пользоваться умывальником;
- Чистить зубы и волосы.

Консультация для родителей ДОУ «Бережем здоровье с детства или 10 заповедей здоровья»



Консультация для родителей «Формирование начальных представлений у детей о здоровом образе жизни»

Составляющие факторы здорового образа жизни

1. Режим дня
2. Сон
3. Рацион питания
4. Гигиена
5. Движение
6. Эмоции

1. Режим дня – это ритм жизни человека, который определяет его здоровье и долголетие. Режим дня должен быть регулярным и соответствовать биологическим ритмам организма.

2. Сон – один из важнейших факторов здоровья. Недостаток сна приводит к снижению иммунитета, ухудшению памяти и концентрации внимания.

3. Питание – это пища, еда, т.е. специальная энергия для нормального функционирования человека. Питание – это одно из важнейших условий существования человека, сохранения его здоровья и долголетия.

4. Гигиена – это совокупность мероприятий, направленных на поддержание чистоты и здоровья человека.

5. Движение – это физическая активность, которая способствует укреплению здоровья и долголетию.

6. Эмоции – это переживания, которые влияют на здоровье человека. Положительные эмоции укрепляют здоровье, а отрицательные – ослабляют.

Значение режима дня в жизни дошкольника



Режим дня – это ритм жизни человека, который определяет его здоровье и долголетие. Режим дня должен быть регулярным и соответствовать биологическим ритмам организма.

1. Режим дня – это ритм жизни человека, который определяет его здоровье и долголетие. Режим дня должен быть регулярным и соответствовать биологическим ритмам организма.

2. Сон – один из важнейших факторов здоровья. Недостаток сна приводит к снижению иммунитета, ухудшению памяти и концентрации внимания.

3. Питание – это пища, еда, т.е. специальная энергия для нормального функционирования человека. Питание – это одно из важнейших условий существования человека, сохранения его здоровья и долголетия.

4. Гигиена – это совокупность мероприятий, направленных на поддержание чистоты и здоровья человека.

5. Движение – это физическая активность, которая способствует укреплению здоровья и долголетию.

6. Эмоции – это переживания, которые влияют на здоровье человека. Положительные эмоции укрепляют здоровье, а отрицательные – ослабляют.

Утром форточку откроем,
Свежий воздух пригласим.
Зарядка нас взбодрит, настроит
И прибавит новых сил.
Руки вверх и покачаем,
Словно деревце в саду.
Иль, как птички, порхаем,
«Повим мошню» на ходу.



Умывать лицо и руки,
Шею непременно.
Надо по два раза в сутки,
Снижая постепенно
У воды температуру,
Чтоб позабить микстуру.

Завтрак, полдник, днём обед
И вечерний ужин.
Для здоровья малышам
Режим питания нужен!
Кушай правильно, дружок,
Вовремя и в меру.
Подрастать ты будешь в срок
Здоровым непременно.



Музыка играет, танцевать зовёт,
Словно приглашает
В сказочный полёт.
Плавные движения.
Поворот. Наклон.
Танцевать умеем мы
Польку под гармонь



Очень любим мы играть:
В «жмурки» игроков искать,
Ловко в «классики» скакать,
«Телефон» изображать,
«Змейкой» по двору бежать,
«Краски» верю выбирать,
В «франты» точно отвечать
И ни капли не скучать!



Душ прохладный – не для
Слабых – заставляет организм
Не бояться самых грозных
Ангино-грипповых капризов.
Только важно регулярно,
Тебе вставать под душ прохладный
И будешь крепким, как
Кремень.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с детьми



Врач-педиатр Крутикова Надежда Владимировна рассказывает детям, что нужно знать и делать, чтобы оставаться здоровыми: как и когда мыть руки, как правильно чихать, почему нужно хорошо кушать в детском саду.

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с детьми



Просмотр презентаций



Просмотр мультфильмов

Логоритмика, как здоровьесберегающая технология

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с детьми



День бега



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с детьми



Правильное питание и физическая культура

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной» Стенгазета - Режим Дня!



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной» Аппликация «Полезные продукты»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Физкультурный досуг «Путешествие в города здоровья»



Город Глазоград



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Физкультурный досуг «Путешествие в города здоровья»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Физкультурный досуг «Путешествие в города здоровья»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Физкультурный досуг «Путешествие в города здоровья»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 Подвижные игры на улице



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Оздоровительная дорожка после сна



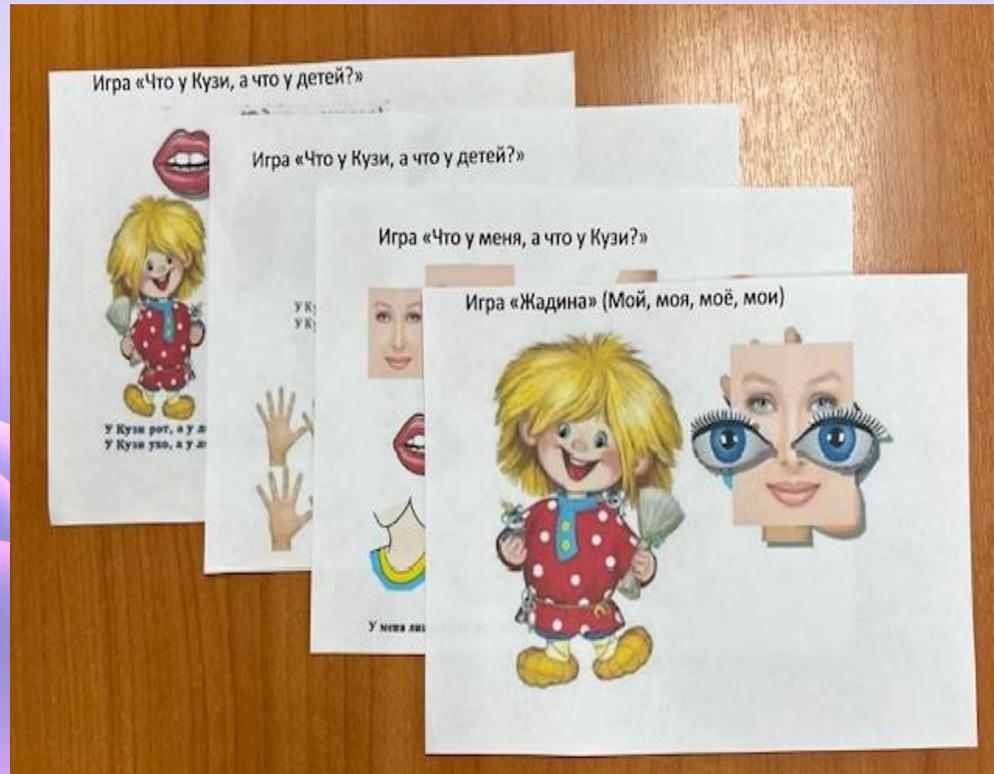
РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».

Игры для развития грамматических категорий



«Игровизор»



Игры «Что у меня, а что у Кузи?»,
«Жадина»,



Игра «Доскажи словечко»

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».

Игровые упражнения для развития грамматических категорий



Игровизор



Игра «Что у Кузи,
что у деток?»



Игра «Доскажи словечко»

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».

Игровые упражнения для развития мелкой моторики



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».

Игровые упражнения для развития грамматических категорий



Игра «Полезные и вредные продукты для зубов»



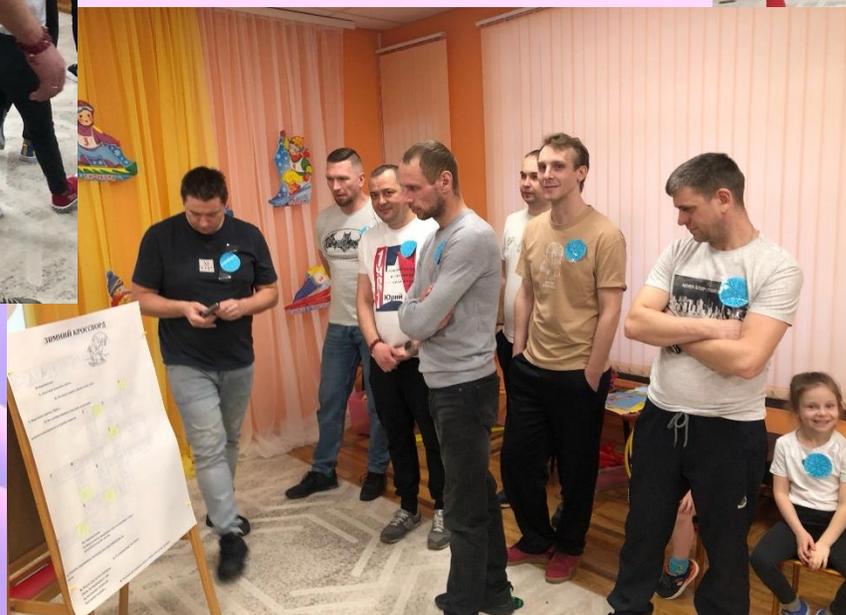
Игра-лото «Валеология»



Игра «Что такое хорошо и что такое плохо?»

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с родителями Физкультурный праздник «Белая Олимпиада»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной». Работа с родителями
Физкультурный праздник
«Белая Олимпиада»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной»

Логоритмика, как здоровьесберегающая технология



... из фотоальбома

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».

Игровые упражнения на координационной лестнице



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».

Игры на развитие координации



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».
Досуг «Сохрани свое здоровье»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

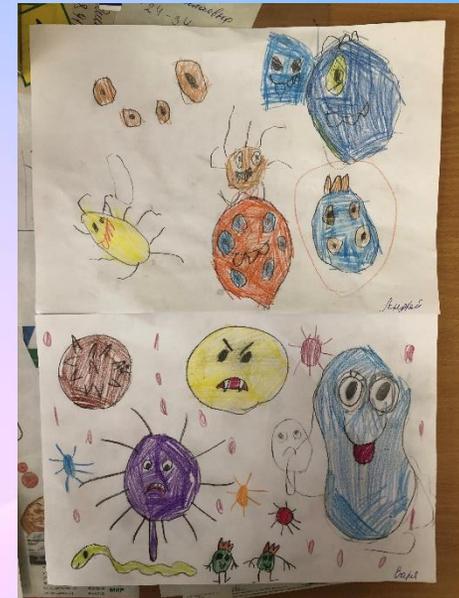
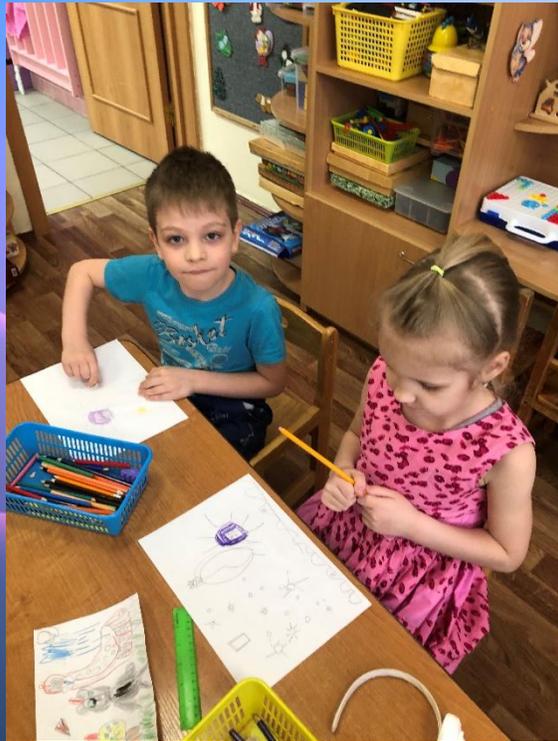
Этап № 2 «Основной»

Игры на развитие координации



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 Рисование «Вирусы»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».
Досуг «Сохрани свое здоровье»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Основной».
Досуг «Сохрани свое здоровье»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 2 «Формирование навыков здорового образа жизни
через развитие речи»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 3 «Заключительный»

Интегрированная НОД по развитию речи и валеологии «Где прячется здоровье?»

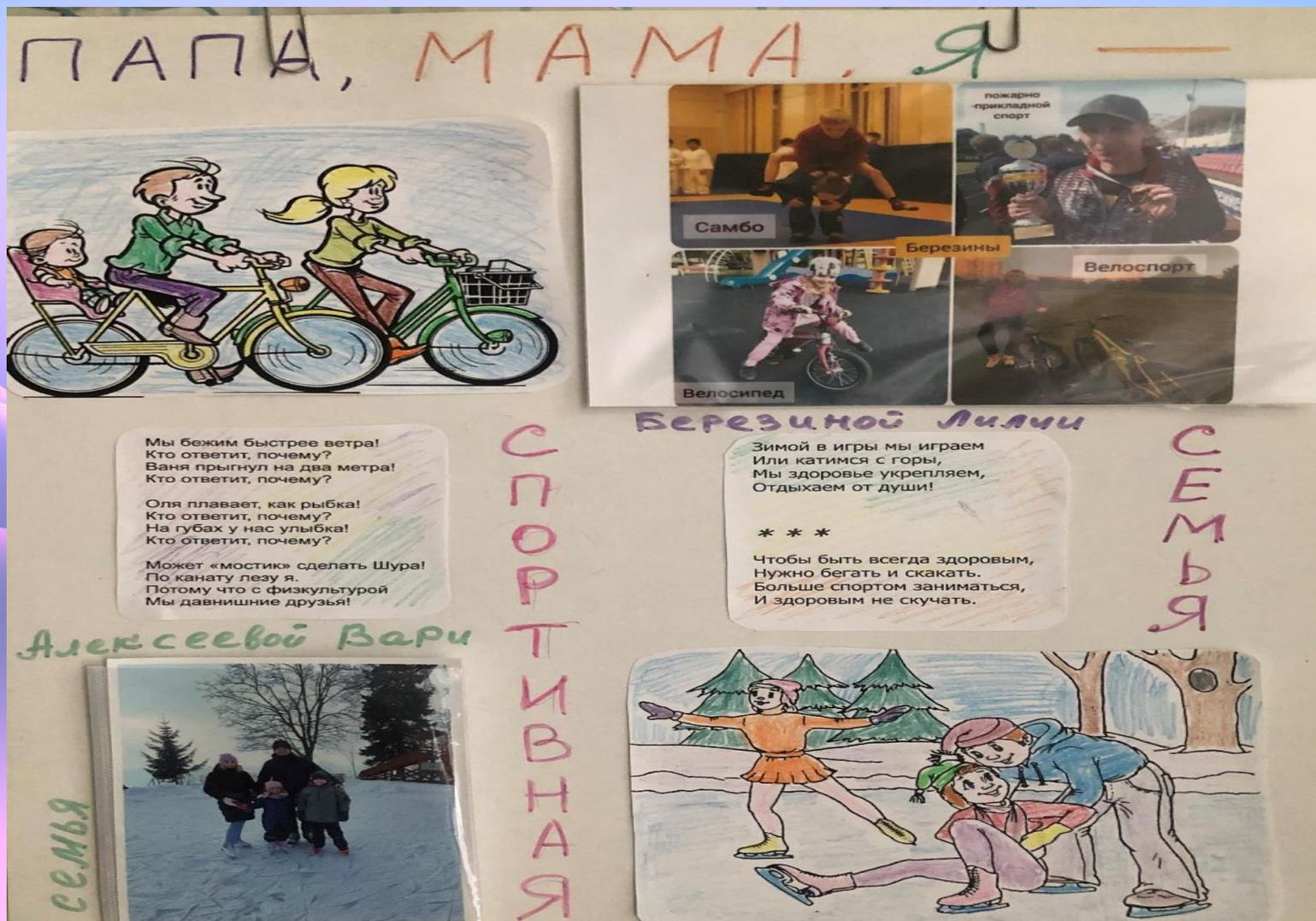


В поисках лучика здоровья «Полезная еда»

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

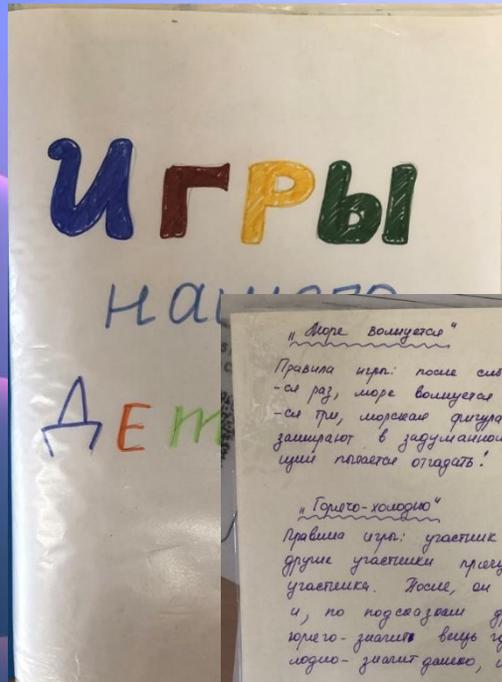
Этап № 3 «Заключительный».

Работа с родителями. Стенгазета «Папа, мама, я – здоровая семья»



РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Этап № 3 «Заключительный» Работа с родителями. Альбом с рассказами родителей о любимой подвижной игре детства



«Море волнуется»
Правила игры: после слов: «Море волнуется – сейчас раз, море волнуется два, море волнуется – сейчас три, морская фигура застыла!» игроки замирают в задуманной позе, а ведущий прыгает отгадать!

«Горы-горы»
Правила игры: участник закрывает глаза, другие участники прыгают какою-то вещь участника. После, он открывает глаза и, по подсказкам других участников, ищет что-нибудь вещь где-то рядом, которую знает далеко, ищет предмет.

«Классики»
Участник прыгает по клеточкам, одна клеточка – прыжок на одной ноге, две клеточки – прыжок на двух ногах. В клеточке усиленно прыжки прыжки «вотка» (кашпир), который не должен попасть на разделение линии между клеточками и сдвинуть клеточку.

9	10
8	
6	7
5	
3	4
2	
1	

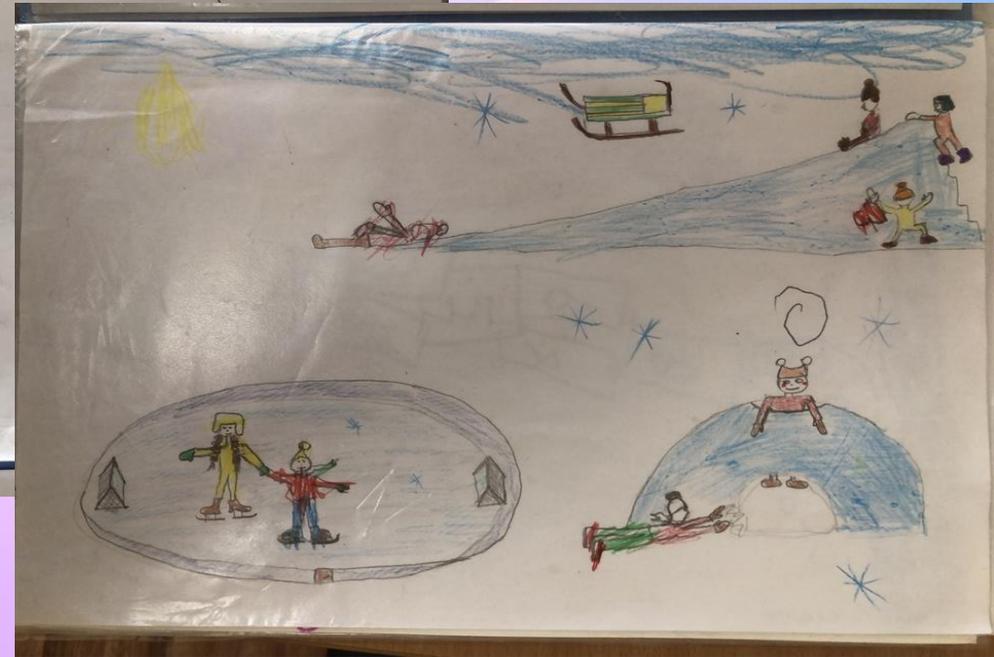
Пол-это Лава

«Пол-это Лава» – увлекательная паркур игра для детей

Правила

- Сначала можно бегать и прыгать
- Участники после прыжка проходят по дорожке

Стена



ВЫВОДЫ

- ❑ У детей значительно возросли валеологические знания, представления о себе, своём здоровье и физической культуре
- ❑ Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни
- ❑ Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев
- ❑ Используемые в работе по валеологическому образованию занятия, упражнения, игры, загадки и сказки помогли сформировать у детей правильное отношение к своему здоровью
- ❑ Дети учатся понимать, как надо себя вести и как не надо, чтобы сохранить здоровье
- ❑ Занятия приносят детям положительные эмоции. Деятельность ребенка успешна и подкрепляет его уверенность в собственных силах

**БЛАГОДАРИМ
ЗА ВНИМАНИЕ!**