

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
города Нижневартовска
ДЕТСКИЙ САД №15 «СОЛНЫШКО»**

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ПРОЕКТ
«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**



Воспитатели:
Осколкова Я. В.

г. Нижневартовск
2017 г.

Дошкольный период характеризуется интенсивными процессами роста, дальнейшим совершенствованием функций многих органов и систем, особенно нервной системы, усиленными процессами обмена веществ, развитием моторной деятельности.

Именно в младшем дошкольном возрасте очень важно формировать у детей первоначальных основ культуры питания, воспитывать у ребёнка привычку к чистоте, аккуратности, порядку.

В этом возрасте у детей часто наблюдается отсутствие элементарных навыков самообслуживания и личной гигиены: дети не умеют самостоятельно умываться, одеваться и раздеваться, пользоваться платком, горшком. А также ещё не могут объективно оценивать состояние своего организма и не имеют представление о способах сохранения и укрепления здоровья.

Одним из средств решения поставленных задач являются здоровье-сберегающие технологии, без которых не обходится педагогический процесс.

Здоровье - сберегающие технологии в дошкольном образовании – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования, поддержания обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, родителей и педагогов.

Актуальность проекта обусловлена значением правильного питания для здоровья дошкольников. Здоровье дошкольника - здоровье будущего поколения. Пища помогает ребёнку расти, даёт ему необходимую энергию. Поэтому еда должна быть не только вкусной, но и полезной. А полезная еда - это, прежде всего, свежие овощи, фрукты и ягоды.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

- Формирование у детей младшего дошкольного возраста первоначальных основ здорового образа жизни.
- Сохранение и укрепление здоровья детей через использование Здоровье-сберегающих технологий.
- Пропаганда здорового образа жизни среди родителей.

ЗАДАЧИ

- Формировать знания умения и навыки детей, необходимые для сохранения и укрепления здоровья.
- Создать здоровье-сберегающую среду в группе.
- *Использовать выращенный лук в «Огороде на окне», как витаминную добавку к пище.*
- Прививать интерес к **здоровому** образу жизни через различные формы и методы физкультурно – оздоровительной работы.
- Привлечь родителей к решению поставленной проблемы, повысить их компетентность через информационные ширмы, памятки, консультации.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

1. Подготовительный. Организационно – теоретический

Цель: Ознакомление с научно – методической литературой, исследование знаний, умение, навыков воспитанников, педагогической просвещённости родителей.

- Изучение и создание условий в группе, постановка проблемы, цели и задач.
- Подбор наглядно – дидактических пособий, демонстрационного материала, методической, художественной и научной литературы по теме проекта.

- Начальный мониторинг состояния здоровья детей на начало реализации проекта.
- Разработка комплексно - тематического плана работы, конспектов занятий, картотек игр и упражнений.
- Посадка лука в «Огород на окне».

2. Основной. Содержательный

Цель: Привить детям культурно-гигиенические навыки, сформировать интерес к ежедневному применению здоровьесберегающих технологий.

Образовательные ситуации:

- Самостоятельная двигательная активность
- Подвижные, спортивные, дидактические, сюжетно – ролевые, пальчиковые, хороводные игры
- Различного вида гимнастики (*утренняя, дыхательная, после сна, артикуляционная*)
- Применение массажных ковриков
- **Применение лука, как витаминную добавку к пище**
- Воспитание культурно-гигиенических навыков в режимных моментах
- Художественная литература (книжки, стихи, потешки, загадки, пословицы и поговорки по теме **проекта**)
- Занятия, беседы, наблюдения

3. Заключительный

1. Анализ полученных результатов.

2. Отчет. Презентация.

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Цель:

- Привлечение родителей к созданию условий для реализации проекта.
- Формировать у родителей потребность в здоровом образе жизни и положительное отношение к сотрудничеству.
- Повысить уровень знаний, умений и навыков родителей, а также ответственность за здоровье детей.

Работа с родителями

- Привлечение родителей к созданию условий для реализации проекта.
- Приобретение необходимого материала
- Совместное обсуждение мероприятий по выполнению проекта.
- Применение родителями здоровьесберегающих технологий дома.
- Подведение итогов по проекту.
- Презентация проекта для родителей.

План работы.

Дата	Содержание работы	Участники/ответственные
10.10	1. Постановка целей, определение актуальности и значимости проекта 2. подбор материала для занятий, составление конспектов. 3. Задание родителям: посадить с детьми лук.	Воспитатель, дети, родители
11.10	Подбор наглядно-дидактического материала, художественной литературы, подбор дидактических игр, разработка бесед.	Воспитатель
	Основной этап.	
16.10	1-половина дня: 1)утренняя зарядка; 2)чтение и	Воспитатель, дети

	обсуждение лит. произведений: загадки и стихи об овощах и фруктах; рассмотрение картин по данной теме; 2-я половина дня: 1)беседа «Зачем нам нужны фрукты и овощи»; 2)сюж. рол. игра "Овощной магазин»;	
17.10	1-я половина дня: 1)утренняя гимнастика; 2) чтение и обсуждение литературных произведений: Н. Носов рассказ «Про репку», 3)пальчиковая гимнастика "Капуста". 2-я половина дня: 1)слушание песен об овощах и фруктах «Антошка», «Фрукты, овощи друзья – есть не мытыми нельзя», «Морковка», «Чунга-Чанга», «Огородный хоровод» 2) Уход за огородом	Воспитатель, дети
18.10	1-я половина дня: 1) утренняя гимнастика; 2) наблюдение за луком; 4) познавательное развитие. "Что такое витамины"; 5) подв. игры «Горошины». 2-я половина дня: хождение по нестандартному оборудованию	Воспитатель, дети
19.10	1-я половина дня: 1) утренняя зарядка; 2-я половина дня: 1)беседа "Зачем нужно правильно питаться?" 2) прослушивание песен о спорте «Если хочешь быть здоров», «Песня Медуницы про здоровье,» «Зарядка» и др.;	Воспитатель, дети
20.10	1-я половина дня: 1) утренняя зарядка; 2) пальч. гимнаст. "Салат", "Каша"; 3) дид. игры:"Что где растет?" 2-я половина дня: 1) наблюд. за луком; 2) подв. игра «Собирай урожай»,	Воспитатель, дети
1.11-15.11	Сбор урожая и употребление его.	Воспитатель, дети
	Заключительный этап	
16.11-25.11	Подготовка отчета по проекту. Подведение итогов. Демонстрация родителям презентации	Воспитатель

Ожидаемые результаты.

- 1.Расширение кругозора детей об овощах и фруктах, о здоровом питании.
- 2.Развитие у детей любознательности, творческих способностей, познавательной активности, коммуникативных навыков.
- 3.Сохранение и укрепление здоровья через систему комплексной физкультурно – оздоровительной работы и систематическом применении в пищу «витаминов» с «Огорода на окне».
- 4.Повысить интерес и активность родителей к вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации к здоровому образу жизни.