

Проект «Хорошо здоровым быть!»

Подготовила воспитатель Голубева Г.В.

Возраст детей: 3 – 4 года

Тип проекта: краткосрочный

Цель проекта: Формирование представлений о здоровом образе жизни

Задачи:

1. Способствовать формированию здорового образа жизни
2. Познакомить детей с формами закаливания
3. Совершенствовать навыки и умения в области питания, гигиены и режима дня
4. Создать условия для тесного сотрудничества всех участников образовательного процесса в вопросе формирования здорового образа жизни
5. Способствовать воспитанию стремления к самостоятельности, опрятности и аккуратности

Проблемные вопросы проекта:

- Привлечение внимания детей и родителей к формированию норм здорового образа жизни
- Сложность в привитии правильных привычек, т. к. данный вопрос должен быть актуальным не только в детском саду, но и дома, должна быть заинтересованность всех участников образовательного процесса
- Низкая или недостаточная осведомленность родителей в вопросах оздоровления детей
- Недостаточная укомплектованность физкультурного уголка группы

Актуальность проекта

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт направлен на решение определенных задач, среди которых самой актуальной является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоциональное благополучие.

Дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Задача осложняется тем, что во многих семьях детская потребность в движении удовлетворяется далеко не полностью. Многие мамы и папы предпочитают активным формам досуга сидение перед телевизором, за компьютером, некоторые родители не разрешают детям много и активно двигаться на прогулке, дети мало находятся на свежем воздухе. В результате: слабое физическое развитие детей, дети испытывают «двигательный дефицит», и, одна из основных причин – неосведомленность родителей в вопросах воспитания у детей потребности в здоровом образе жизни.

Краткое содержание: Создание условий для тесного сотрудничества, взаимопонимания в решении поставленной цели проекта: анкетирование родителей, разработка и ознакомление всех участников проекта с планом работы, подбор информации и т. д.

Реализация проекта в соответствии с разработанным планом мероприятий. Основная цель – повышение уровня компетентности в вопросе «Здоровый образ жизни» всех участников образовательного процесса, создание условий для формирования правильных привычек (информационный материал для родителей, выполнение норм и правил КГН, выполнение запланированных мероприятий). Организация выставки физкультурных пособий, сделанных руками родителей, игровая деятельность детей с новыми пособиями и играми в физкультурном уголке группы, проведение заключительного мероприятия, на котором детки показывают уровень своих знаний и практических умений в вопросе «Здоровый образ жизни».

Предполагаемые продукты проекта:

- Привлечение внимания родителей к существующей проблеме, повышение компетентности родителей по данному вопросу
- Расширение представлений у детей группы о здоровом образе жизни, ежедневное выполнение КГН и норм здорового образа жизни
- Пополнение физкультурного уголка группы нетрадиционными физкультурными пособиями, сделанными руками родителей
- Кулинарная книга «Коллекция полезных рецептов для детей»
- Создание в группе мини – огорода.

Реализация проекта:

I этап. Предварительная работа:

- Изучение и подбор познавательной и методической литературы, обращение к ресурсам интернета
- Составление плана на каждый день проектной недели
- Подбор информации для родительского уголка
- Объявление родителям о начале проекта, о выставке нетрадиционного физического оборудования, о составлении кулинарной книги «Коллекция полезных рецептов для детей», о закупке лука севка для опытно – экспериментальной деятельности детей
- Договорённость с медицинской сестрой о проведении экскурсии в медицинский кабинет
- Договорённость с инструктором ФИЗО о выходе детей за территорию детского сада в поход

II этап. Выполнение проекта:

Познавательно – оздоровительно – игровой проект «Хорошо здоровым быть!» мы начали в календарно – тематическую неделю «Неделя здоровья».

Каждый день недели имел своё название, в течение дня проходили познавательные беседы, определенные мероприятия согласно названию дня. Каждое утро начиналось с утренней гимнастики. В течение дня мы проводили закаливающие мероприятия: полоскание рта прохладным кипятком, хождение босыми ногами перед сном и после пробуждения, хождение по массажным коврикам и ребристой дорожке, пробуждающая гимнастика после сна, активные прогулки на свежем воздухе.