

Свердловская область
Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 14 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по художественно-эстетическому развитию детей
623950 г. Тавда Свердловская область, ул. 9 Января, 87, телефон: 2-09-39, E-mail: detskisad-14@mail.ru

Проект по здоровьесбережению
«На зарядку становись!»



Участники проекта:
Воспитатель: Осипова А.Ю.
Дети второй младшей группы
Родители воспитанников

2018 г.
г. Тавда

Проект «На зарядку становись!» для детей 3–4 лет

Актуальность:

В осенний период наблюдается увеличение заболеваемости детей. Необходимо создать в группе условия для сохранения и укрепления здоровья. В данном возрасте дети еще мало знакомы с понятием как вести здоровый образ жизни. В повседневной работе с детьми следить за соблюдением правил личной гигиены в детском саду и приобщать детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Цель:

Задачи проекта:

Для детей:

1. Создать среду, обеспечивающую охрану и укрепление здоровья детей
2. Сформировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
3. Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
4. Дать представление, о вредной и полезной пище для здоровья человека.

Для родителей:

1. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о вредной и полезной пище, о соблюдении навыков гигиены и т. д.;
2. Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
3. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

Для педагогов:

1. Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника.
2. Объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни

Участники проекта: дети группы 3-4 лет, педагоги, родители.

Тип проекта: Краткосрочный

Срок реализации проекта: 3 сентября- 30 сентября

Этапы проекта:

Первый этап: подготовительный

Второй этап: основной

Третий этап: заключительный

Место проведения: группа, музыкальный зал, участок группы, семья.

Участники проекта: воспитатель группы, дети второй младшей группы и их родители.

Ожидаемые результаты.

Дети:

Закрепили первоначальные знания о здоровом образе жизни, культурно-гигиенические навыки.

Знают элементарные правила личной гигиены, самостоятельно проявляют инициативу.

Активизирован и обогащен словарный запас детей по теме проекта.

Родители:

Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей.

Получение консультаций по вопросам формирования культурно-гигиенических навыков.

Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

Педагог:

Установлены партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединены усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;

Повышение теоретического и профессионального уровня по данной теме

Этапы реализации проекта:

Подготовительный этап:

1. Определение педагогом темы, целей и задач, содержание проекта, прогнозирование результата.

2. Подбор методической литературы, иллюстративного материала по данной теме.

3. Разработка серии конспектов, комплекса мероприятий по оздоровлению детей, методических рекомендаций для родителей по формированию здорового образа жизни детей.

5. Консультация «Сон ребенка», «Больше внимания осанке», «Виды спорта, рекомендуемые детям», «Режим – залог здоровья и нормального развития дошкольника», «Осуществление закаливания, для часто болеющих детей», «Компьютер: «за» и «против», «Как сохранить зубы ребенка здоровыми», «Как сохранить зрение ребенка».

2 этап основной

Проведение НОД, наблюдений, бесед, физкультурно-оздоровительные работы в течение дня.

3 этап – заключительный

Папка-передвижка «Здоровая семья - здоровый ребёнок»

Раскраски «Спортивный инвентарь»

«Где живут витамины» - раскрашивание овощей и фруктов

Лепка «Овощи для зайчат

Формы реализации проекта.

- Наблюдение, беседы, игровые ситуации, чтение художественной литературы, рассматривание сюжетных картинок, иллюстраций, дидактические игры, подвижные игры, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, дыхательная гимнастика.

- Консультация для родителей.

Методы реализации проекта.

Словесные:

Беседы, проблемная ситуация и рассказ воспитателя, загадки, потешки, чтение художественной литературы.

Практические.

Продуктивная деятельность, рисование, лепка, занятие по физкультуре, музыкальное занятие, фотографии детей в разных режимных моментах.

Игровые.

Игровые ситуации, дидактические игры, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры.

Название формы организации проекта

Артикуляционная гимнастика.

Гимнастика пробуждения, дорожка «Здоровья».

Утренняя гимнастика, физкультурные занятия.

Прогулки и игры на свежем воздухе

Дыхательная гимнастика

Пальчиковая гимнастика.

Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке».

Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье, составление рассказа.

Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Федорино горе» «Мойдодыр»

Сюжетно-ролевая игра «Больница»

Анализ проделанной работы

Анализируя проделанную работу можно сделать выводы:

1. Тема разработанного проекта выбрана с учётом возрастных особенностей детей 2 младшей группы и объёма информации, которая может быть ими воспринята, что положительно повлияло на различные виды их деятельности (игровую, познавательную, художественно-речевую, музыкально-игровую)

2. Возрос интерес родителей по вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации здорового образа жизни.

3. Создана здоровьесберегающая и развивающая среда, обеспечивающая комфортное пребывание ребенка в детском саду.

4. У детей сформированы первоначальные представления о себе, как отдельном человеке; воспитана привычка к аккуратности и чистоте, привиты культурно-гигиенические навыки.

Подготовительный этап:

Дыхательная гимнастика

Физминутка

Потрудились – отдохнём,
Встанем, глубоко
вздохнём.
Руки в стороны, вперёд,
Влево, вправо поворот.
Три наклона, прямо встать
Руки вниз и вверх поднять.
Руки плавно опустили,
Всем улыбки подарили.



ШАРИК

Надуваем быстро
шарик.

Он становится
большой.

Вдруг шар лопнул,
воздух вышел –

Стал он тонкий и
худой!

Сначала пальцы сложены в замочек.
Начинаем их медленно разводить.

Кончики пальцев обеих рук
соприкасаются друг с другом - шарик
надут.

Смыкаем ладошки друг с другом
полностью.

Смыкаем вместе пальчики.



Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.

1. Новый день начинайте с улыбки и утренней зарядки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Лучше утренняя зарядка, чем бесцельный просмотр телевизора.
4. Любите своего ребёнка – он ваш. Уважайте членов своей семьи, они – попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.
6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
7. Положительное отношение к себе – основа психологического выживания.
8. Личный пример здорового образа жизни – лучшее всякой морали.
9. Используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух и воду.
10. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
11. Лучший вид отдыха – прогулка с семьёй на свежем воздухе.
12. Лучшее развлечение для ребёнка – совместная игра с родителями.



Пальчиковая гимнастика

БЕЛОЧКИ

Лапки моем,
Ушки моем,
Моем носик,
Моем хвостик.
Вот теперь мы все
помыли,
Нас, конечно,
похвалили.
И теперь мы чистые –
Белочки пушистые!

трем ладони одна о другую
обеими ладонями поглаживаем уши
центральной частью каждой ладони
поочередно круговыми движениями
поглаживаем нос
поочередно поглаживаем ладонями
место, где должен быть хвостик

поднимаем руки, чуть согнутые в
локтях, расправляем ладони и
пальцы и подпрыгиваем



Рекомендации для родителей

Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.



1. Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.
2. Личный пример здорового образа жизни - лучше всякой морали.
3. Соблюдайте режим дня.
4. Любите своего ребёнка - он ваш. Уважайте членов своей семьи, они - попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.
6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
7. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.
8. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
9. Лучший вид отдыха - прогулка с семьёй на свежем воздухе.
10. Лучшее развлечение для ребёнка - совместная игра с родителями.



Основной этап



Лепка овощей



Заключительный этап



Список литературы

1. Анохина И.А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: методические рекомендации.- Ульяновск: УИПКПРО, 2007.-80с.
2. Аверина И.Е. Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ.-М: Айрис-Пресс, 2006.-136с.
3. Анохина И.А. Модель формирования у дошкольников культуры здоровья в ДОУ: методические рекомендации.- Ульяновск: УИПКПРО, 2008.-44с.
4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2008.- 160с.
5. Михеева Е. В, Здоровьесберегающие технологии в ДОУ // Методические рекомендации, М., 2009. с102,108.