

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 12 «СВЕТЛЯЧОК»
ГОРОДА ГАЛИЧА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

Проект с воспитанниками
младшей группы на тему:
«Формирование привычки к здоровому образу
жизни»

Авторы проекта:

Татьяна Сергеевна Варанкина

Светлана Александровна Смирнова -

воспитатели

Тип проекта: обучающий, игровой.

Вид проекта: краткосрочный

Участники проекта: воспитанники младшей группы, воспитатели, родители.

Цель проекта: создать условия для понимания важности здорового образа жизни.

Задачи проекта:

- Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания. Содействовать гармоничному физическому развитию детей
- Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта.
- Развитие физических качеств.
- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Проблема:

-малоподвижный образ жизни родителей и детей, плохая двигательная активность;

-невнимание родителей к здоровому образу жизни.

Актуальность данной проблемы в том, что дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Гиподинамия угрожает здоровью наших детей. Многие понимают это понятие упрощенно - как недостаток движения. Но это совсем неверно. Гиподинамия - своеобразная болезнь, определение которой звучит довольно угрожающе «нарушение функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности».

Основные формы реализации проекта:

- Беседы;
- Развлечение;
- Чтение художественной литературы;
- Рассматривание фотографий и иллюстраций;
- Сюжетные, подвижные и музыкальные игры;
- Гимнастики (утренние, дыхательные, после сна);

Ожидаемые результаты:

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.
- Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.
- Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здоровья.

План реализации проекта:

| Этапы реализации | Мероприятия | Сроки проведения |
|------------------|-------------|------------------|
|------------------|-------------|------------------|

| проекта | | |
|------------------------------|--|----------------------|
| Подготовительный | <ul style="list-style-type: none"> • изучить литературу по проблеме проекта • подобрать наглядную информацию и художественную литературу для родителей и детей • провести беседу с родителями о целях и задачах внедряемого проекта • разработать конспекты бесед, занятий, экскурсий, комплексы дыхательной гимнастики. | 3 неделя октября |
| Основной С воспитанниками | <p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Как я буду заботиться о своем здоровье. • Чистота – залог здоровья. • Как уберечься от болезни. • О здоровой пище. • Полезно – не полезно. • Кто такие микробы и где они живут? <p>Чтение художественной литературы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр». • С. Михалков «Про девочку которая плохо кушала». • И. Демьянова «Замарашка». • А. Барто «Девочка чумазая», «Девочка ревушка». • Потешки: «Водичка, водичка... », «Кран откройся! Нос, умойся! », «От водички, от водицы | 3 - 4 неделя октября |

все улыбками
искрится! ».

Экскурсия

- В медицинский кабинет детского сада

**Художественно –
продуктивная
деятельность:**

- Рисование по трафарету овощей и фруктов (карандашами, фломастерами).
- Лепка «Витаминки».

Игровая деятельность:

- Сюжетная игра: «Кукла Катя встречает и угощает гостей вкусными и полезными блюдами», «Искупаем куклу Таню», «Мишка заболел, полечим его».
- Игровая ситуация: «Ой, беда, беда, беда – Мишку выручать пора!», «Зайка забыл умыться», «Катя собирается на прогулку».
- Дидактическая игра: «Для чего они нужны», речевая игра: «Полезно или вредно».
- Подвижные игры: «Цок – цок, лошадка», «Птички летают», «Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч», «Поезд».

**Музыкальная
деятельность:**

- Музыкально-ритмические движения: «Ноги и ножки» (В. Агафонников).

| | | |
|--|--|--|
| С родителями: | <ul style="list-style-type: none"> • Песня «Серый зайка умывается» (М. Красев). • Упражнение «Лошадка» (муз. Чайковского). • «Вот какие мы большие!» муз. Е. Тиличевой, сл. Некрасовой. • Папка передвижка «Здоровый образ жизни семьи». • Картотека «Дыхательная гимнастика», «подвижные игры на воздухе». • Беседы: «Как правильно одеть ребёнка на прогулку», «Здоровье ребенка в ваших руках». | |
| <p>Заключительный С детьми:</p> <p>С родителями:</p> | <p>Развлечение «Путешествие на воздушном шаре в страну здоровья»</p> <p>Буклет: «Организация здоровья берегающей среды дома»</p> | |

Результаты проекта:

-для детей:

- совершенствование культурно-гигиенических навыков;
- систематизация знаний детей о необходимости гигиенических процедур;
- интерес и желание заботливо относиться к своему телу и организму, заниматься гимнастикой, принимать участие в закаливающих процедурах.

-для родителей:

- появление интереса у родителей к проблемам укрепления и сохранения здоровья своих детей;
- создание необходимых условий для организации деятельности ДОО по формированию у детей основ здорового образа жизни.

-для педагогов:

- установлены партнерские отношения с семьями детей группы;

- создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей

Список используемой литературы:

1. Теплюк С. Н. Занятия на прогулке с малышами. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.
2. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.
3. Савельева Н. В. Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.
4. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие. Воронеж, 2007 г.
5. Дик Н. Ф., Жердева Е. В. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.
- 6.. Бабенкова Е. А. Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие М., 2004 г.
7. Оздоровление детей в условиях детского сада. Под редакцией Л. В. Кочетковой. М., 2007 г.
8. Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности во 2 младшей группе. Мозаика - Синтез, М., 2009 г.
9. Дзюба П. П. Дидактическая копилка воспитателя детского сада. Ростов Н/Д : Феникс 2008 г.
- 10.. Чиркова С. В. Родительские собрания в детском саду. Младшая группа. Москва «ВАКО» 2012 г.
11. Гербова В. В., Ильчук Н. П. Книга для чтения в детском саду и дома. Изд. «Оникс», Москва 2009 г.