



Педагогический проект

Здоровье – это здорово!

Младшая группа
МБДОУ-детский сад №121
Воспитатель: Левина Е. А.
2024 г.

Рабочая группа проекта:

- Воспитатель
- Дети
- Родители

Цель проекта:

Приобщить детей дошкольного возраста и их родителей к здоровому образу жизни через применение эффективных методик и технологий оздоровления в условиях дошкольного учреждения и семьи.

Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей и их родителей через различные формы работы.

Актуальность проекта: высокая

Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Поскольку в любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые.

Забота о воспитании здорового ребёнка является приоритетной в работе нашего детского сада. Здоровый и развитый ребёнок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Рост количества детских заболеваний связан не только с социально-экологической обстановкой, но и с самим образом жизни семьи ребёнка, во многом зависит от семейных традиций и характера двигательного режима. При недостаточной двигательной активности ребёнка (гиподинамии) неизбежно происходит ухудшение развития двигательной функции и снижение физической работоспособности.

Актуальность проекта: высокая

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя, так и своих детей. Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного, интеллектуального развития личности ребёнка.

В связи с этим возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходило приобщение родителей к жизни детского сада, сплочение коллектива педагоги-родители – дети, через организацию оздоровительной и образовательной деятельности, что в конечном итоге способствовало бы сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формирования у него привычки здорового образа жизни.

В связи с этим мною был разработан долгосрочный педагогический проект «Неболейка», ведь именно в дошкольном возрасте закладывается фундамент, азы физического и психического развития человека.

Главное направление проекта – научить ребёнка быть здоровым, воспитать у него потребность в здоровом образе жизни, через применение эффективных методик и технологий оздоровления в условиях дошкольного учреждения и семьи.

Задачи:

- Повысить активность родителей в совместной деятельности с педагогом по формированию здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.
- Повысить педагогическую компетентность по вопросам ЗОЖ детей дошкольного возраста.

Образовательные: Дать представление о здоровом образе жизни. Продолжать знакомить с правилами личной гигиены. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

Развивающие: Развивать культурно-гигиенические навыки у детей. Закрепить представления о правилах личной гигиены, уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур. Развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.

Воспитательные: Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму. Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным. Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Характеристика проекта:

Тип проекта : познавательно – творческий, оздоровительный.

По характеру: внутри ДОУ

По количеству участников: групповой.

По продолжительности: краткосрочный.

Формы проведения:

- НОД
- Чтение художественной литературы
- Самостоятельная деятельность детей
- Художественно-продуктивная деятельность
- Работа с родителями (консультации)

Принципы реализации проекта:

Принципы:

Принцип научности - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.

Принцип активности и сознательности - поиск новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по здоровьесбережению детей.

Принцип комплексности и интегративности - решение здоровьесберегающих и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

Принцип результативности и гарантированности - реализация прав и потребностей детей на получение необходимой медико-психолого-педагогической помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от уровня их физического развития.

Ресурсное обеспечение проекта:

- Компьютер
- Картинки, наглядно - демонстрационный материал.
- Спортивный инвентарь.
- Карточки (подвижные игры, пальчиковые игры, физкультминутки)
- Пластилин, цветная бумага
- Ножницы
- клей
- Кисточки для клея
- Салфетки
- Книги и иллюстрации
- Спортивный инвентарь
- Дидактические игры
- Атрибуты для сюжетно-ролевых игр.

Этапы реализации проекта:

- ❖ Подготовительный
- ❖ Основной
- ❖ Заключительный

Планирование работы:

Подготовительный этап

- Выбор темы проекта
- Определение его целей, задач
- Составление плана основного этапа
- Сбор информации по теме «Здоровье-это здорово!»
- Изучение методической литературы по теме «Здоровье-это здорово!»
- Подготовка методического материала: рассказов, стихов, загадок, кроссвордов, мультфильмов
- Подбор иллюстраций, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр по данной теме
- Подбор художественной литературы по данной теме
- Заинтересовать родителей проектом
- Направить на совместную творческую деятельность с детьми
- Анализ развивающей предметно-пространственной среды
- Обсуждение с детьми и их родителями наполнение развивающих центров в группе.

Планирование работы:

Организационный этап

Работа с детьми:

Оздоровительные мероприятия

- Пальчиковая гимнастика.
- Динамические паузы.
- Физминутки.
- Дыхательная гимнастика.

Закаливающие мероприятия (ежедневно)

- Воздушные ванны, гигиенические процедуры.
- Хождение босиком по массажным дорожкам.
- Самомассаж стоп и рук.

Профилактические мероприятия

- Витаминизация.
- Облегчённая одежда в помещении и на улиц.
- Профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам)
- Игры, направленные на формирование правильной осанки.

Планирование работы:

Заключительный этап

- Фильм – презентация о проделанной работе.
- Обогащение уголка физической культуры
- Выставка работ детей

Содержание проекта:

Сюжетно-ролевые игры «Семья», «Больница», «Мы – спортсмены», «Доктор Айболит», «Собираемся на прогулку», «Игрушки у врача».

Дидактические игры и упражнения, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Оденем куклу на прогулку», «Уложим куклу спать», «Купание куклы», «Накормим куклу», «Вымой руки», «Делаем причёску», «Серый котик умывается», «Я скажу, а ты покажи», «Определи на вкус».

Гимнастика для глаз;

Беседы с детьми «Разговор о правильном питании», «Я и мой организм», «Что я знаю о спорте», «Полезные продукты – овощи и фрукты», «Зачем необходима зарядка», «Правила поведения во время еды и умывания».

Чтение художественной литературы (К.Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»), русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме «ЗОЖ».

Рассматривание материала по теме «Виды спорта», «Предметы личной гигиены», «Если хочешь быть здоров», «Вредные привычки», «Как правильно пользоваться предметами личной гигиены».

Подвижные игры «Поймай комара», «Мыши и кот», «Найди свой цвет», «Наседка и цыплята», «Попади в круг», «Найди свое место» и другие.

Презентация: «Здоровье – это здорово!»

Основные формы организации образовательного процесса:

- ✓ Непосредственно - образовательная деятельность
- ✓ Совместная деятельность
- ✓ Самостоятельная деятельность
- ✓ Взаимодействие с семьёй

Циклограмма проекта:

1.04.2024	<p><u>Беседа:</u> «Разговор о правильном питании», «Питайтесь правильно и вкусно»</p> <p><u>Сюжетно-ролевые игры:</u> «Семья», «Больница», «Мы – спортсмены»</p> <p><u>Дидактические игры:</u> «Оденем куклу Таню на прогулку»</p> <p><u>Гимнастика для глаз</u></p> <p><u>Чтение художественной литературы:</u> К. Чуковский «Айболит», Чтение пословиц и скороговорок о здоровье.</p> <p><u>Демонстрационный материал:</u> « Виды спорта»</p> <p><u>Подвижные игры:</u> «Поймай комара», «Мыши и кот»</p>
2.04.2024	<p><u>Беседа:</u> «Я и мой организм»</p> <p><u>Сюжетно-ролевые игры:</u> «Больница»</p> <p><u>Дидактические игры:</u> «Уложим куклу спать»</p> <p><u>Гимнастика для глаз</u></p> <p><u>Чтение художественной литературы:</u> : К. Чуковский «Федорино горе»,</p> <p><u>Демонстрационный материал:</u> «Предметы личной гигиены»</p> <p><u>Подвижные игры:</u> «Найди свой цвет»</p> <p><u>Лепка:</u> «Берегите зубки»</p>
3.04.2024	<p><u>Беседа:</u> «Что я знаю о спорте», «Любите спорт»</p> <p><u>Сюжетно-ролевые игры:</u> «Доктор Айболит», «Что полезно для здоровья», «Сварим вкусный обед»</p> <p><u>Дидактические игры:</u> «Купание куклы»</p> <p><u>Гимнастика для глаз</u></p> <p><u>Чтение художественной литературы:</u> К. Чуковский «Мойдодыр»</p> <p><u>Демонстрационный материал:</u> «Если хочешь быть здоров»,</p> <p><u>Подвижные игры:</u> «Наседка и цыплята»</p> <p><u>Аппликация:</u> «Занимайтесь спортом»</p>

Циклограмма проекта:

4.04.2024

Беседа: «Полезные продукты – овощи и фрукты», « Микробы и вирусы»

Сюжетно-ролевые игры: «Собираемся на прогулку»

Дидактические игры: «Определи на вкус»

Гимнастика для глаз

Чтение художественной литературы: русская народная сказка «Про непослушные ручки и ножки», В. Берестов, «Девочка чумазая»

Демонстрационный материал: «Вредные привычки»

Подвижные игры: «Попади в круг»,

5.04.2024

Беседа: «Зачем необходима зарядка», «Правила поведения во время еды и умывания».

Сюжетно-ролевые игры: «Игрушки у врача».

Дидактические игры: «Серый котик умывается», «Я скажу, а ты покажи»

Гимнастика для глаз

Чтение художественной литературы: потешки, стихотворения, загадки по теме «ЗОЖ», «Королева зубная щётка»

Демонстрационный материал: «Как правильно пользоваться предметами личной гигиены».

Подвижные игры: «Найди свое место»

Презентация: «Здоровье – это здорово!»

Работа с родителями:

Консультации:

- «Закаливание детей в домашних условиях»
- «Значение физической культуры в жизни ребёнка».

Папка передвижка:

- «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей»
- «Здоровый образ жизни»
- «Закаливание детей в дошкольном учреждении»

Памятка:

- «Как организовать питание в семье»
- «Комнатные растения: польза и вред»

Результаты проведённой работы:

1. У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.
2. Сформированы культурно-гигиенические навыки, знают элементарные правила личной гигиены.
3. Дети самостоятельно проявляют инициативу: рассматривают иллюстрации, участвуют в беседах, задают вопросы. проявляют творчество, активность и детальность в работе.
4. Активизирован и обогащён словарный запас детей по теме: «Здоровье – это здорово!»
5. С удовольствием рисуют, лепят, играют в разные игры.
6. Участие в совместной деятельности родителей.
7. У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах, ухаживать за собой.
8. У детей и их родителей повысились знания о сохранении и укреплении здоровья, значимости здорового образа жизни. Расширились представления о полезных продуктах питания.

Берегите зубки!



НАШИ РАБОТЫ



Занимайтесь спортом





М
Ы
С
П
О
Р
Т
С
М
Е
Н
Ы

Презентация: «Здоровье – это здорово!»



Овощи и фрукты – витаминные продукты

**ЕСЛИ ХОЧЕШЬ
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



Сюжетно – ролевые игры: «Я доктор»



Мойте руки перед едой



Любите спорт



Сюжетно – ролевые игры: «Сварим вкусный обед»



Центр сюжетно – ролевых игр



Выставка рисунков с родителями: «С физкультурой мы дружны!»



Спасибо за внимание!