

Слагаемые здорового образа жизни

Отдел образования администрации Чкаловского района
Муниципальное казённое образовательного учреждения

ДС «Алёнушка» №22

Автор: Т.А.Мягчихина,
воспитатель 2 младшей группы

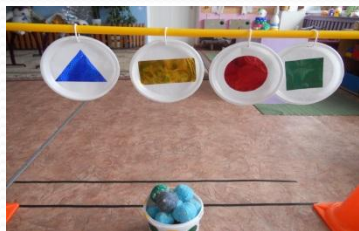
Реализация принципа интеграции через систему задач по теме «Слагаемые здорового образа жизни»

Обр. область	Образовательные задачи (из ООП)
Речевое развитие	Способствовать формированию правильного речевого дыхания. Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши). Формировать представление об их роли в организме, составлять описательный рассказ о своем теле. Упражнять в согласовании прилагательных с существительными в роде, числе. Развивать свободное общение со взрослыми и детьми по поводу здорового образа действия.
Познавательное развитие	Закрепить знания о частях тела и их функциях, о том, как беречь здоровье и для чего. Обобщить представление о необходимости содержать тело в чистоте, питаться полезными продуктами , тепло одеваться в холодную погоду, лечиться , если заболеешь.
Художественно-эстетическое развитие	Ознакомить детей с некоторыми музыкальными инструментами: дудочкой, губной гармошкой, а также их звучанием. Развивать правильное, глубокое дыхание. Воспитывать умение слушать художественное произведение и выполнять соответствующие движения.
Социально-коммуникативное развитие	Поощрять участие детей в совместных играх. Оказывать помощь в объединении детей в группы на основе личных симпатий. Приобщать к общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Формировать знания о полезных продуктах. Закреплять знания о здоровье и способах его восстановления и сохранения. Формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.
Физическое развитие	Развивать физические качества. Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей. Развивать умения выполнять правила в подвижных играх, правильно дышать. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье. Способствовать к формированию полезных привычек.

Паспорт проекта

- **Автор проекта:** воспитатель Мягчихина Т.А.
- **Цель проекта:** приобщение детей к здоровому образу через организованную модель здоровьесбережения в ДОО
- **Задачи:**
 - Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни.
 - Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.
 - Повысить профессиональное мастерство педагогов дошкольного учреждения по теме «Слагаемые здорового образа жизни».
 - Создать единое воспитательно-образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОО с родителями.
- **Участники:** дети 2 младшей группы, сотрудники. Родители.
- **Продукт проектной деятельности:** рисунки, поделки, рассказы детей.
- **Презентация проекта:** День здоровья «Будь здоров малыш!»
- **Вид проекта:** познавательно-игровой
- **Срок проекта:** краткосрочный – 1 неделя





Фрагмент перспективно-календарного плана

Образоват. область	Организованная образовательная деятельность	Совместная деятельность взрослого с ребенком
Познание	Тема: « Заболели зверюшки- любимые игрушки» Цель: Уточнить представление о том, что дома мама выступает в роли врача. Дать представление о необходимости содержать тело в чистоте, питаться полезными продуктами , тепло одеваться в холодную погоду, лечиться, если заболеешь.	Рассматривание сюжетных картин о здоровом образе жизни, иллюстраций и наборов предметных картинок на тему «Средства личной гигиены»». Цель: Закрепить представление о ценности здоровья.
Развитие речи	Чтение. К.Чуковский «Мойдодыр». Беседа о прочитанном. Цель: Воспитывать желание заботиться о своем здоровье, умение слушать новое художественное произведение, вступать в беседу по прочитанному.	Беседы с детьми: «Зачем делать зарядку?» « Как стать сильным?» Дид. игры: «Что поможет для лечения», «Назови ласковые слова», «Как лечить больных?», «Какими станут звери после лечения?».
Художественное творчество	Лепка «Витамины для зайчиков». Цель: развивать умение, создавать объемный предмет, закреплять знания о здоровой пище. Рисование: «И вкусно и полезно». Цель: закреплять умение рисовать знакомые фрукты, навык правильного пользования кистью при закрашивании. Закреплять знания о полезности фруктов.	Цель: Уточнить названия и назначение медицинских инструментов и приспособлений; закрепить представление о полезности занятия спортом, воспитывать чуткость, заботливость, сочувствие. Ситуации к орг. сам. д. детей:
Физкультурное на улице	Тема: Путешествие (сюжетное). Цель: учить детей переступать через препятствия, закреплять умение сохранять равновесие на тропе здоровья, совершенствовать умение ходить и бегать в разных направлениях, открывать собственное тело и его возможности.	1-« Это мы умеем». 2-Появление в уголке ФИЗО нетрадиционного оборудования (гантелей, дисков для метания, моталочек). 3- «Что это такое?» (рассм.новых спорт. атрибутов).
Труд	Дежурство по столовой и самообслуживание Цель: Воспитывать желание участвовать в трудовой деятельности, выполняя посильные задания. Формировать знания о необходимости здорового питания.	4- «Я выбираю...» - (выбор спортивных атрибутов по интересам и желанию). Домашние задания: рисование витаминов, рассказ о любимом виде спорта.

Проблематизация и введение в игровую ситуацию

- К нам пришёл доктор Айболит, он был расстроен, что в лесу болеют зайчики, они слабые и невесёлые. Мы решили показать доктору, что мы знаем о своём здоровье и как мы заботимся о нём. Мы предложили доктору передать наши советы зайчатам.



Модель трёх вопросов

Матвей: Бабушка старенькая, потому и болеет

Степан: Мама не разрешает ходить босиком

Татьяна Александровна нас спросила:

- Почему дети в группе часто болеют?
- Зачем мыть руки с мылом?
- Зачем ходить по коврикам - массажёрам?
- Почему зарядка бывает разная?
- Для чего нужно закаляться?

Алина ответила: потому что плохо кушаю

Миша: Не люблю купаться и умываться



Данила ответил: Чтобы не болеть надо много двигаться

Но на многие вопросы мы так и не дали ответ...

Как мы можем узнать?

Данила:
Можем почитать
книги

Алина:
поиграть в
спортивные
игры



Матвей предложил
понаблюдать на
прогулке, как
играют дети
старших групп

Степан: можно
посмотреть
мультфильм «Как
бегемот боялся
прививок»

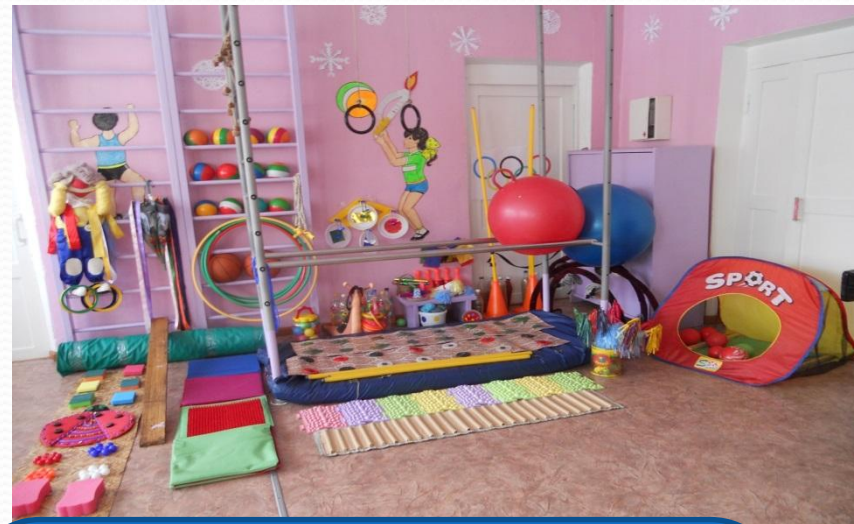
Миша предложил
спросить у людей
которые
занимаются
спортом

Татьяна Александровна предложила
провести День здоровья

Реализация проекта

Нам очень понравилось предложение
Татьяны Александровны

- Мы рассмотрели и с помощью родителей дополнили нетрадиционный спортивный инвентарь нашей группы
- Мы устроили выставку, нам было интересно рассказать друг другу, как можно укреплять здоровье с помощью спортивного инвентаря



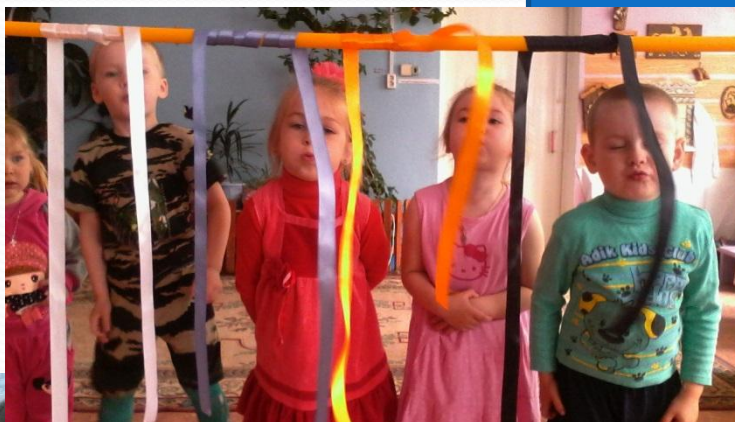
Всем известно и понятно,
что здоровым быть приятно,
только надо знать,
как здоровым стать!

Реализация проекта

Рассматривали
иллюстрации на тему
«Средства личной
гигиены»

Делали
дыхательную
гимнастику

Мы читали
«Мойдодыр», потешки
«Водичка, водичка»,
«Где наши ручки»



Беседовали «Зачем
делать зарядку?»
«Как стать сильным?»

Реализация проекта

Ходили по коврикам -
массажёрам



Играли в
подвижные игры



Делали
физкультминутки на
занятиях



Реализация проекта

Мы решили помочь
зайчикам: рисовали
фрукты, лепили
витамины



Реализация проекта

Мы играли в подвижные игры на прогулке

Отгадывали загадки и узнали пословицы о здоровом образе жизни

Ходили по «Тропе здоровья»

Наблюдали за подвижными играми старших детей

Мы делали точечный массаж и гимнастику для глаз



Презентация проекта

Итоговое
мероприятие День
здоровья «Будь
здоров, малыш!»

Алина: нужно
заниматься
гимнастикой, что бы
не болеть и мыть
чаще руки

Мы устроили
настоящий
праздник для
Айболита,
рассказали ему , что
мы узнали нового

Миша
рассказал,
как можно
закаляться

Степан: Я знаю всё
о пользе
витаминов!

Данила: Я узнал, что
такое вредные привычки

Айболит спросил: А что вас больше всего удивило?

Вероника: Солнце,
воздух и вода наши
лучшие друзья!

Данила: удивила «Тропа
здоровья»

Даша: Как принимать
воздушные ванны

Матвей: Как важно
чистить зубы!

Айболит поинтересовался: Что понравилось больше всего?

Миша: Играть в
подвижные игры

Даша: Рисовать,
лепить, отгадывать
загадки

Алина: Играть с
водой

Данила:
Фотографироваться

Мы передали витамины и фрукты для зайчиков

Попросили Айболита
рассказать зайчатам, как
надо беречь своё
здоровье



Айболит поблагодарил нас за
интересный праздник , и обещал
передать наши пожелания лесным
зверьям