

# ПРОЕКТ

## «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»

Выполнила воспитатель  
МКДОУ д/с №31 общеразвивающего вида  
Чеховского района Московской области  
Полеева Вера Алексеевна



**воздух**



**солнце**



**вода**

**Природные  
факторы  
оздоровлени**

**растения**



**ароматы**



**целебные  
свойства**



**продукты  
питания**

- 
- ✓ Понятие “здоровье” имеет множество определений. Но самым популярным, и, пожалуй, наиболее емким следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: “Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов”.

# Актуальность проекта

- ✓ Возрастающее количество часто болеющих детей не имеющих устойчивой мотивации к сохранению и укреплению своего здоровья;
- ✓ Недостаточность знаний родителей о методах ЗОЖ;
- ✓ Привития ребёнку с малых лет правильного отношения к своему здоровью, чувство ответственности за него.

# Цель проекта:

- ✓ Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста;
- ✓ Подвести к осознанию потребности ребёнка в знаниях о себе и своём здоровье.

1. Дать первоначальные представления о здоровом образе жизни.

2. Формировать первоначальные представления о себе, как отдельном человеке; об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека.

3. Повысить педагогическую компетентность родителей по вопросам укрепления здоровья детей.

4. Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки, и простейшие навыки самообслуживания.

**Задачи:**

# Тип проекта

- ✓ Педагогический
- ✓ практико-ориентированный
- ✓ групповой

# Структура проекта

Аналитический блок

Образовательный блок

Информационный блок

- ✓ Анкетирование
- ✓ Мониторинг
- ✓ Посещение семей на дому

- ✓ Подбор наглядной информации
- ✓ Оформление папок – передвижек
- ✓ Проведение выставок
- ✓ Составление памяток для родителей

- ✓ Круглые столы
- ✓ Вечера вопросов и ответов
- ✓ Инд. рекомендации
- ✓ Дни открытых дверей
- ✓ Физкультурные досуги
- ✓ Выставки
- ✓ Игровые программы с участием родителей
- ✓ Семейные проекты
- ✓ Мастер-классы

# Участники проекта

- Дети
  - Воспитатели
  - Инструктор физвоспитания
  - Помощники воспитателя
  - Родители

# Результаты анкетирования родителей



# Проблемные вопросы

- ✓ Чем обусловлена необходимость воспитания бережного отношения к своему здоровью?
- ✓ С помощью чего можно добиться положительных результатов по данной теме?
- ✓ Как организовать работу, чтобы избежать у детей утомляемости и повысить их интерес к своему здоровью?

# Риски проекта:

1. Непостоянный состав детей, связанный с заболеваемостью.

## Пути преодоления:

Индивидуальная работа с отсутствующими детьми, изготовление памяток и информационных листов для родителей, чьи дети отсутствовали.

2. Слабая заинтересованность детей и родителей.

## Пути преодоления:

Совместные мероприятия с детьми и родителями. Информирование родителей с помощью информационных стендов.

# Блоки проекта

## I Блок «Я – человек»

- ▶ **Цель:** формировать представление о себе, как отдельном человеке; рассказать о способах защиты о себе; показать модели социального поведения.

## II Блок «Я осваиваю гигиену и этикет»

- ▶ **Цель:** рассказать о правилах поведения за столом; познакомить с предметами и действиями, связанными с выполнением гигиенических процессов: умывание, уход за телом, внешним видом, чистотой жилища.



## III Блок «Я расту здоровым»

- ✓ **Цель:** формировать у детей представления о необходимости заботы о своём здоровье, правильного питания, двигательной активности.



**Физическая  
культура**

**Социально-  
коммуникативное  
развитие**

**Познавательное  
развитие**

**Интеграция  
областей**

**Художественно-  
эстетическое  
развитие**

**Речевое развитие**

# Формы проведения

- **Физкультурно-оздоровительные мероприятия**
  - Прогулка
  - Утренняя гимнастика
  - Подвижные игры
  - Оздоровительный бег

# Подвижные игры

## Не вижу – не слышу

Когда ведущий говорит “не вижу”, дети беззвучно бегают и резвятся.

Как только произносит “не слышу” – кричат и шумят, не сходя со своего места.

## Мыши и кот

Дети сидят на своих стульчиках – они ”мыши в норках”.

Взрослый “кот” сидит в другом конце комнаты. Когда “кот” “спит”, ”мыши” резвятся по всей комнате.

Как только “просыпается”, начинает ловить ”мышей”.

“Мыши” должны “спрятаться в норках” – занять свои места на стульчиках.

## Передай-ка

Ребятишки усаживаются в ряд. У крайнего игрока в руках игрушка, которую он должен как можно скорее передать соседу.

Последний игрок перебегает на место первого

(в это время дети быстро сдвигаются к краю) и передает ему игрушку

# Оздоровительно-профилактические мероприятия

- Ежедневное полоскание зева прохладной водой
- Ежедневный самомассаж после сна
- Упражнение для осанки
- Пальчиковые игры
- 
- Ежедневно профилактика плоскостопия
- Ежедневно дыхательная гимнастика

# Пальчиковые игры

## Чашка

Скажите ребенку; «Надо стол накрыть, гостей чаем поить». Сложите округленные ладони, чтобы получился ковшик.

*На столе она стоит.*

*Чай горячий в ней налит.*

## Молоток - рубанок - пила

Замените команды «Кулак—ладонь—ребро» на «Молоток—рубанок—пила», движения рук такие же.

## Стул

Левую ладонь поставьте вертикально вверх. Снизу приставьте кулак правой руки большим пальцем к себе.

*Спинка, сиденье, четыре ноги,  
Что ты увидел? Скорей назови.*

# Цикл занятий по ЗОЖ:

- ✓ Я расту здоровым.
- ✓ Береги своё здоровье.

# Чтение художественной литературы

- ✓ Т.А. Шорыгина «Осторожные сказки»
- ✓ Г.К.Зайцев «Уроки Мойдодыра»
- ✓ Н.С.Орлова «Ребятишкам про глаза»
- ✓ К.Чуковский «Мойдодыр»
- ✓ Е.А.Алябьева «Поучительные сказки»
- ✓ А.Барто «Девочка чумазая»

# Дидактические игры

- ✓ «Что такое хорошо, что такое плохо»
- ✓ «Если малыш поранился»
- ✓ «Малыши – крепыши»
- ✓ «Валеология или здоровый малыш»
- ✓ «Как избежать неприятностей»
- ✓ «Я - Доктор»
- ✓ «Полезно – вредно»
- ✓ «Отгадай, что здесь лишнее и почему»

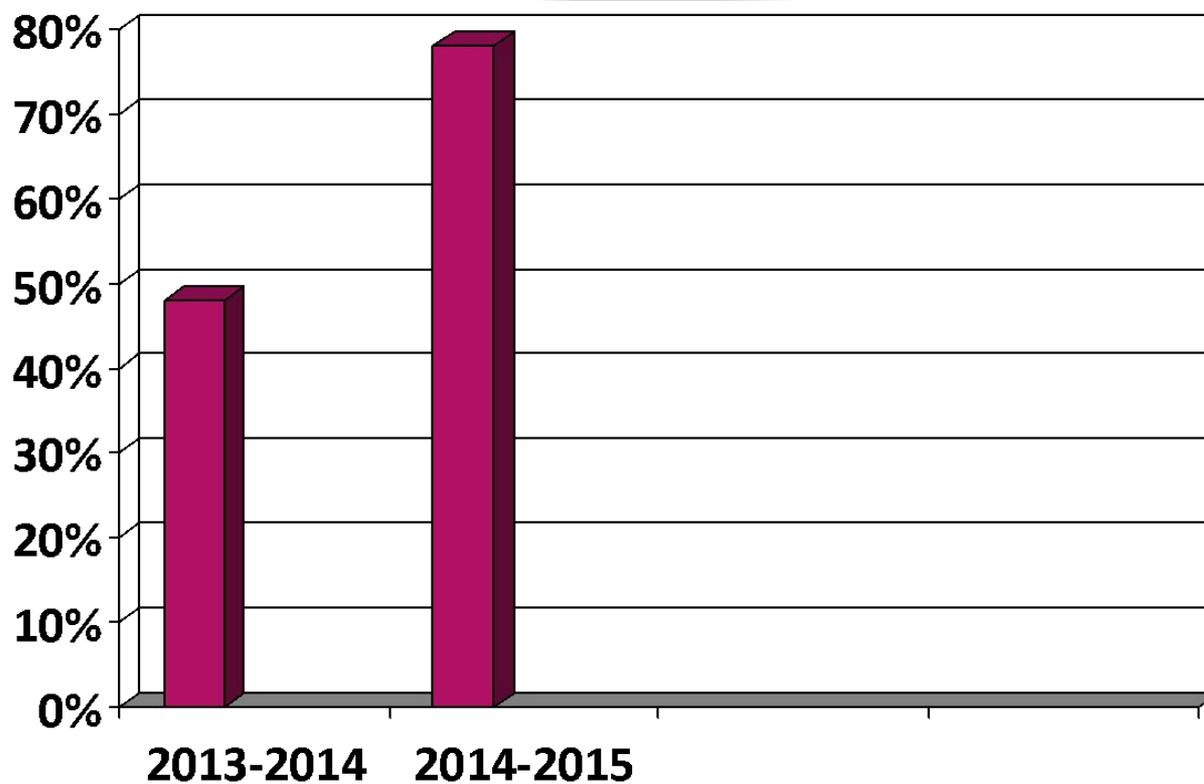
# Сюжетно – ролевые игры

- ✓ «Больница»
- ✓ «Лечение в детском саду»

# Работа с родителями

1. Консультации
2. Наглядная информация:
  - ✓ стенды
  - ✓ папки-передвижки
3. Совместные мероприятия с родителями

# Индекс здоровья



# Перспективы развития проекта

- ✓ Трансляция опыта в других возрастных группах детского сада.
- ✓ Расширение проекта, добавления новых тем, форм работы.
- ✓ Презентация проекта в других детских садах, в районе.



**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**