«Наше здоровье в наших руках»

Проект с детьми 1 Б младшей группы

подготовила воспитатель:
И.В. Абросимова

ЗДОРОВЬЕ-

- характеристики физического и психического развития человека
- адаптационные возможности его организма
- социальная активность

Здоровый образ жизни

- активная деятельность людей, направленная на сохранение и улучшение здоровья.

Актуальность проекта

- Ухудшение состояния здоровья детей
- Не только медицинская, но и серьёзная педагогическая проблема.
- Сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных приоритетных задач детского сада.

Описание проекта

Тип проекта:
информационно - практико-ориентированный.
Участники проекта:
воспитатель и младший воспитатель группы, родители детей, специалисты ДОУ.
Сроки выполнения проекта:
ноябрь 2018 г. - март 2019 г.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

Снижение заболеваемости, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Ожидаемые результаты:

1. **Овладение элементарными навыками сохранения и укрепления здоровья**
2. **Приобретение привычки к ЗОЖ**
3. **Повышение знаний родителей о ЗОЖ в дошкольном учреждении**

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- Способствовать приобретению детьми навыков здорового образа жизни.
- Формировать у детей знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре, способах укрепления и сохранения здоровья.
- Формировать основы безопасного поведения в повседневной жизни.
- Активизировать работу с семьей по проблеме формирования привычки к ЗОЖ.

Подготовительный этап

- Изучение методической литературы по теме «Здоровье», «Традицио и нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста».
- Составление плана совместной работы с детьми, педагогами и родителями.
- Подбор материала и оборудования для занятий, бесед, игр с детьми.
- Проведение анкетирования родителей на тему: «Условия здорового образа жизни в семье»
- Оформление консультаций для родителей по теме проекта:

  «Как с пользой для здоровья провести выходные с семьей», «Режим дня», «Как сохранить здоровье ребёнка».
- Разработка проекта по теме «Наше здоровье в наших руках».

Основной этап

- Чтение художественной литературы: К.Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе», Ю. Тувим «Овощи»,
- Загадки об овощах и фруктах; А. Барто «Девочка чумазая» и т.д.; пословицы, поговорки, потешки о здоровье, загадки о предметах личной гигиены и др.
- Беседы: «Чистота – залог здоровья», «Кто спортом занимается, здоровья прибавляется», «Таблетки растут на ветке, таблетки растут на грядке», «Микробы», «Правила поведения на прогулке» и др.
- Художественное творчество (рисование и лепка): Витаминная корзина, овощи на тарелке, «Живые витамины»

Основной этап

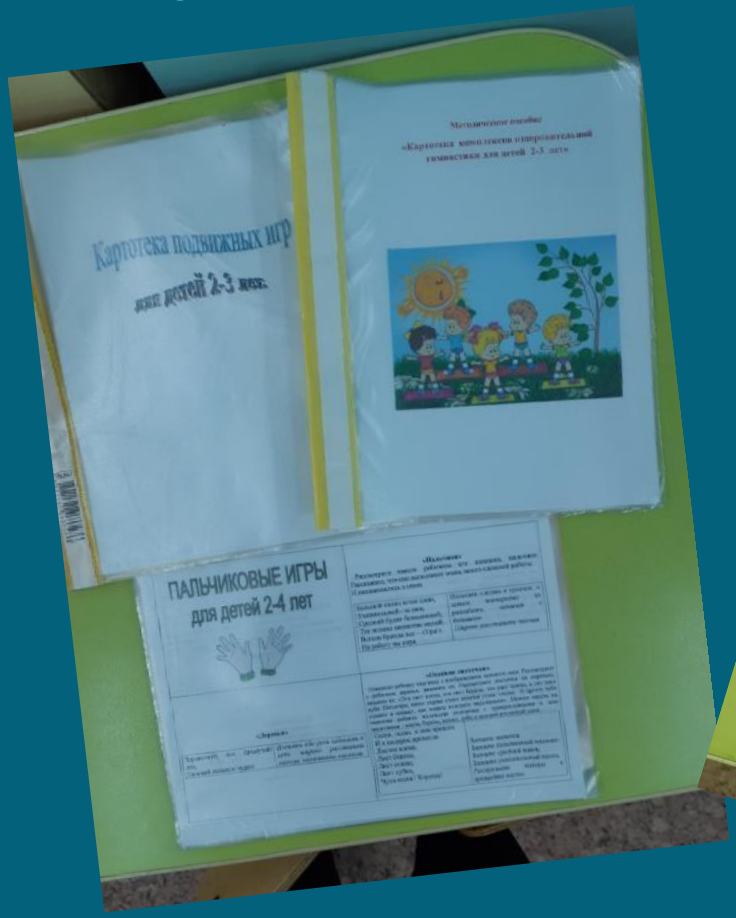
Дидактические игры: «Во саду ли, в огороде», «Таблетки на грядке» «Режим дня», «Спорт», «Правила личной гигиены»,«Первая помощь при травмах», «Полезная и вредная еда»

Сюжетно-ролевая игры: «Больница», «Магазин»

Игра-драматизация: «Уроки Мойдодыра»

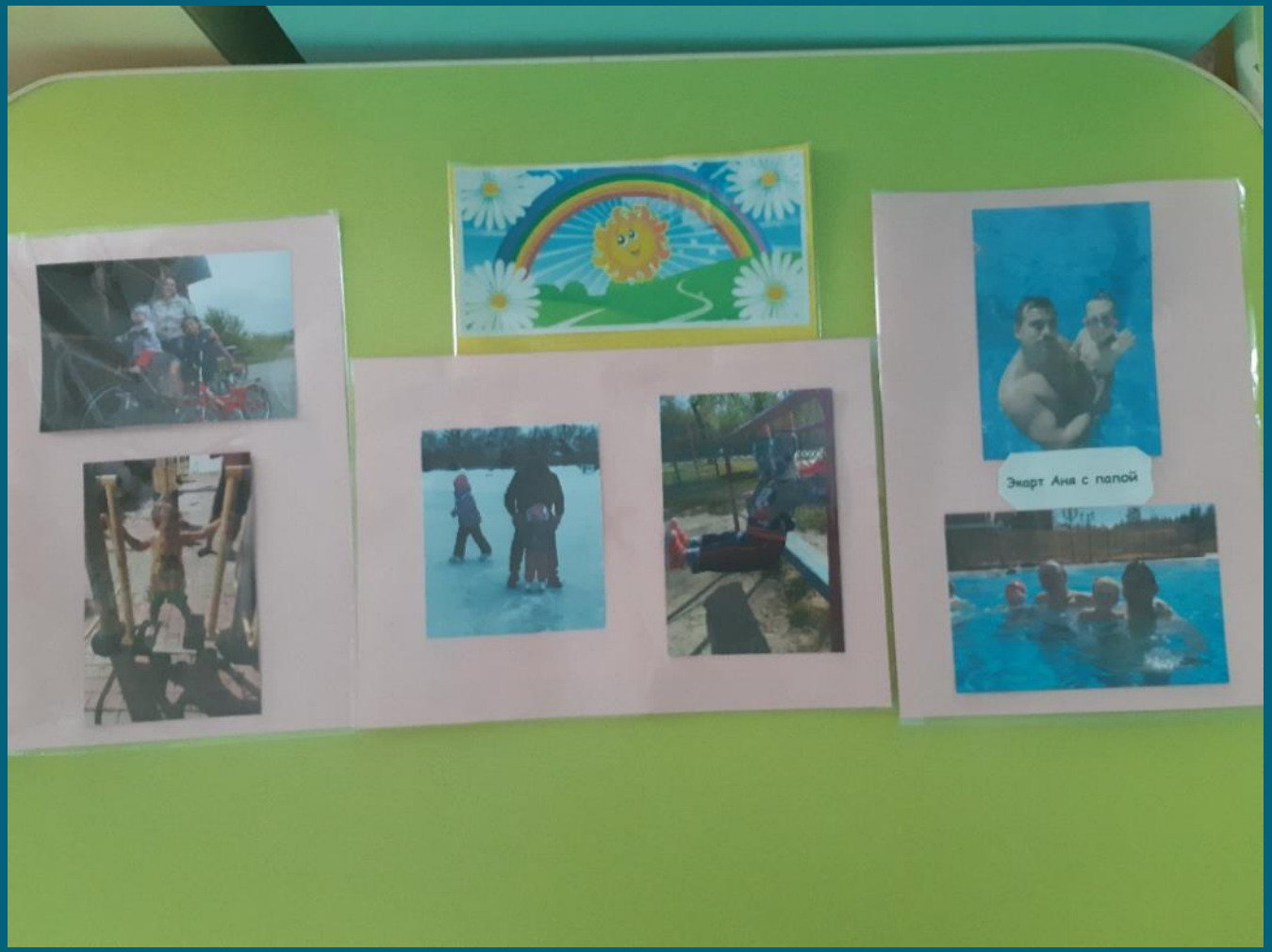
Игровая терапия: игры с водой и песком (тактильно – кинестетическая чувствительность, снятие эмоционального напряжения).

Методический материал (подготовка и оформление и использование в течении учебного года)



Художественное творчество
Выставки детских работ

Фотоколлаж
«В страну здоровья всей семьей»
Семья Экарт Ани



Фотоколлаж
«В страну здоровья всей семьей»
Семья Барановской Арины

Фотоколлаж
«В страну здоровья всей семьей»
Семья Козлова Кирилла

Фотоколлаж
«В страну здоровья всей семьей»

Совместное творчество родителей и детей «Где прячется здоровье»

Пополнение физкультурного уголка в группе

- **Оборудование для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:**
- Ортопедическая дорожка;
- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
- коврики и массажные;
- палки гимнастические (2 шт. длина 71 см);
- бросовый материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног;
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
- мячики – ежики.
- Платочки
- Флажки
- **Для игр и упражнений с прыжками:**
- Скакалки
- Обручи
- ленточки с колечками
- обручи малые
- **Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:**
- Мячи разного размера
- Кольцеброс
- Корзина для заброса мячей
- Кегли;
- Городки
- **Выносной материал**
- мячи резиновые (1 комплект из 5 мячей разного диаметра);
- обручи;
- скакалки

Пополнение физкультурного уголка в группе

Закаливающие мероприятия после сна
Утренняя гимнастика
Физкультминутки

Второй завтрак для детей детского сада

«Прогулки в разное время года и погоду»

Самомассаж

Пальчиковая гимнастика

«В помощь родителям!»

Консультации:

« Как с пользой для здоровья проводить выходные дни»

« Режим дня»

«Утренняя зарядка для детей»

«Советы по укреплению здоровья детей»

«Как приучить ребенка чистить зубы»,

«Полезные привычки»

«Здоровье и питание детей дошкольного возраста» и др.

Заключительный этап

- Выставка детских рисунков;
- Фотоколлаж совместного творчества воспитателей группы, детей и их родителей «В страну здоровья всей семьей!»
- Совместная выставка детей и родителей по теме:« Где прячется здоровье!»

Результаты проекта:

- Получение доступных знаний о путях сохранения и укрепления здоровья.
- Повышение знаний родителей о формировании ЗОЖ в дошкольном возрасте.
- Пополнение атрибутов для проведения пальчиковой гимнастики, самомассажа.
- Пополнение спортивного уголка
- Пополнение картотеки загадок о предметах личной гигиены, утренней гимнастики, НОД, гимнастики для глаз в картинках, правилах безопасного поведения, спорте
- Приобретение опыта работы с родителями воспитанников

Информационная база проекта:

- Здоровьесберегающее пространство в ДОУ, Н.И. Крылова, издательство «Учитель», 2009г.
- Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Е.Н.Крылова,М, «Просвещение», 1981г.
- Учимся быть здоровыми, Л.А.Теплякова, С.З.Шишова,М. 2001г.,
- Занимательная физкультура в детском саду К.К. Утробина.- М.: ГНОМ и Д.,2005г.,
- Оздоровительная гимнастика для детей(3-7лет), Л.И. Пензулаева.- М.: Владос,2002г.
- Прогулки в детском саду. И.В. Кравченко,Т.Л. Долгова,М.,2011г.,
- Технология проектирования в ДОУ. М.: Сфера, 2006г.,