

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад комбинированной направленности №3  
г.Сосновоборска**

# **Проект «Расти здоровым, малыш!»**

**Автор: Какаулина Лариса Ивановна,  
воспитатель высшей квалификационной категории**

**2020 – 2021гг.**



## **Тип проекта:**

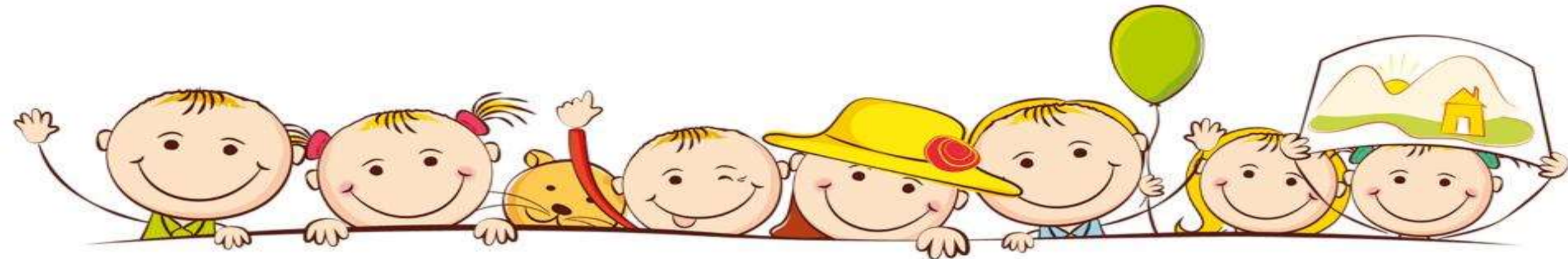
**Оздоровительный, практико – ориентированный,  
познавательно – игровой.**

## **Интеграция образовательных областей:**

**Социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие,  
речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое  
развитие.**

## **Продолжительность проекта:**

**Октябрь 2020-май 2021 уч. год (долгосрочный)**



## Текст к слайду

### **Педагогическое кредо проекта:**

Здоровье ребенка превыше всего,  
Богатство земли не заменит его  
Здоровье не купишь, никто не продаст  
Его берегите, как сердце, как глаз.

**Ж. Жабаяев**

**Воспитатели**

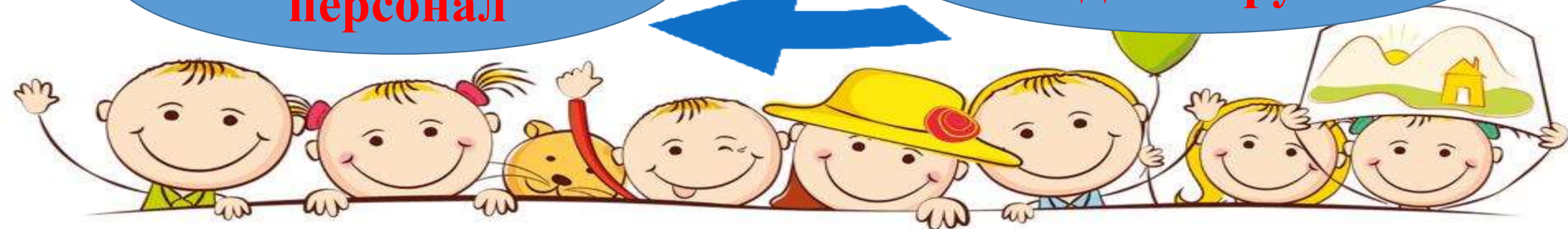
**Родители**

**Специалисты**

**Участники  
проекта**

**Медицинский  
персонал**

**Дети 2-ой  
младшей группы**



# Текст к слайду

**Проблема:** Дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость **здоровья** и как его сохранить и укрепить. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически. Проблема формирования у дошкольников культуры здоровья очень важна. От её решения зависит будущее нации и государства.

## **Актуальность проекта:**

**Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья воспитанников – одна из основных задач дошкольного образования . Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов в воспитательно-оздоровительной работе.**



# Текст к слайду

## **Риски:**

**Отсутствие заинтересованности родителей, недостаточная готовность и формальное отношение специалистов к реализации проекта.**

## **Критерии оценки:**

- **У детей сформирована привычка к аккуратности и чистоте, сформированы культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.**
- **Создана здоровьесберегающая и развивающая среда, обеспечивающая комфортное пребывание ребенка в детском саду.**
- **Активность родителей при участии в мероприятиях и совместной деятельности;**
- **Анкетирование родителей;**
- **Отзывы родителей.**

# **Цель проекта:** Формирование культуры здоровья у детей младшего дошкольного возраста.

## **Задачи проекта:**

### **В сфере работы с детьми:**

- Развивать умение различать и называть органы чувств, дать представление об их роли в организме, как беречь и ухаживать за ними.
- Дать представление о полезной и вредной пище.
- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

### **В работе с родителями:**

- Повысить компетентность родителей в вопросах организации оздоровительной работы;
- Привлечь семьи к участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества.



# Текст к слайду

## Принципы реализации проекта:

### 1. Доступность:

- учет возрастных особенностей детей
- адаптированность материала

### 2. Систематичность и последовательность:

- постепенная подача материала от простого к сложному
- частое повторение усвоенных знаний, правил и норм

### 3. Наглядность и занимательность:

- предлагаемый материал должен быть понятным, нести занимательное начало, быть игровым или с элементами игры, сюрприза

### 4. Динамичность:

- интеграция проекта в разные виды деятельности

### 5. Дифференциация:

- создание благоприятной среды для усвоения предложенного к изучению материала каждым ребенком

## Для педагогов:

- Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
- Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблеме друг друга;
- Активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

## Предполагаемый результат:

**Воспитательная ценность:** У детей значительно повысится интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах. Снизится заболеваемость, увеличится интерес к спортивным и подвижным играм.

**Познавательная ценность:** У детей повысится знания о значимости здорового образа жизни. Расширятся представление о закаливающих мероприятиях.

**Перспектива:** С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.



# Текст к слайду

**Форма работы с детьми и родителями:**

- Индивидуальная;
- Групповая.

**Пути реализации:** индивидуальная работа с отсутствующими детьми. Изготовление памяток и информационных листов для родителей, чьи дети отсутствовали, совместные мероприятия с детьми и родителями. Информирование родителей с помощью информационных стендов.

# Этапы реализации:

## 1 этап - организационный:

Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

## 2 этап – познавательно - исследовательский:

Проведение тематических занятий, бесед, экспериментов, оздоровительных мероприятий.

## 3 этап – практический:

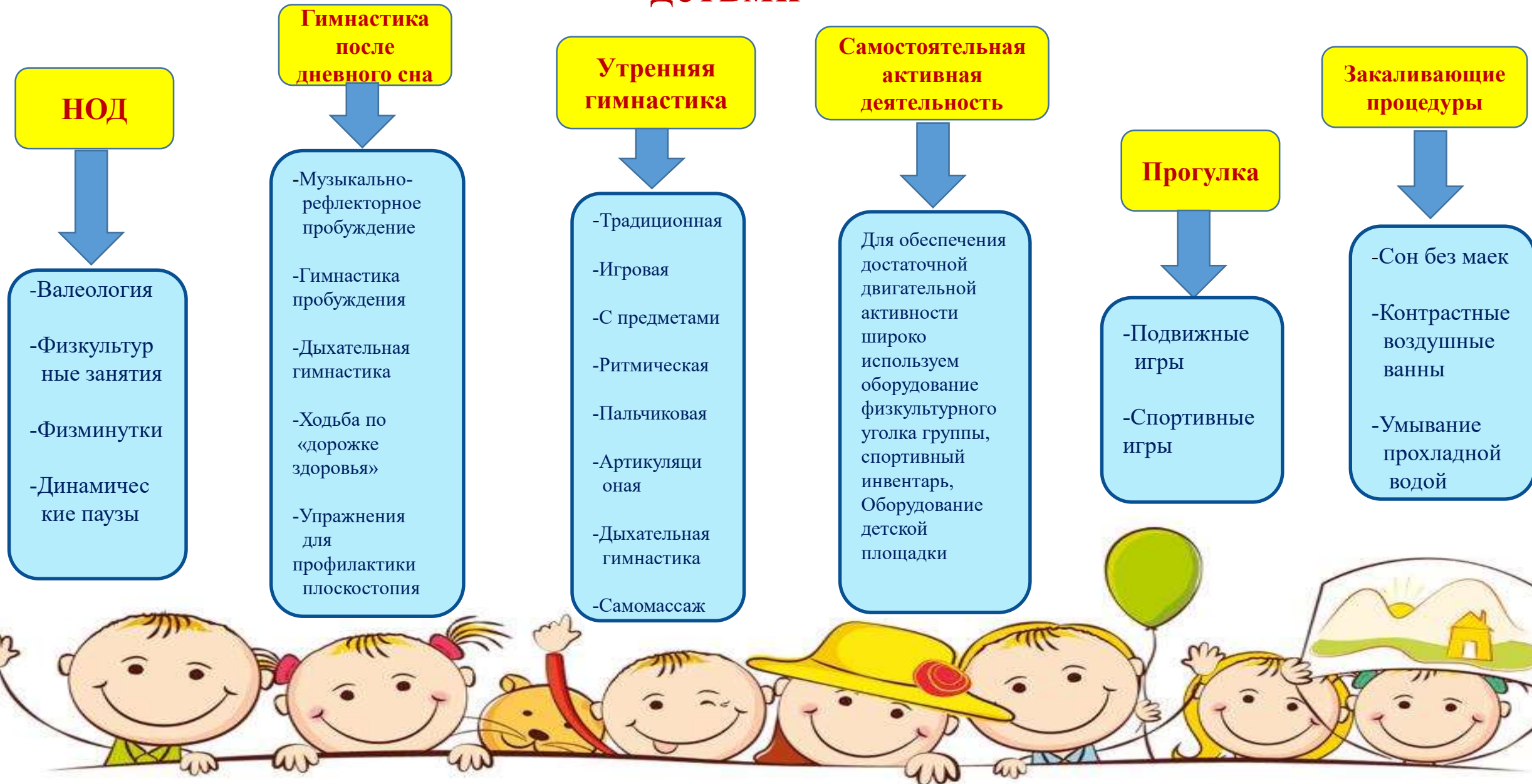
Разучивание: дыхательных гимнастик, упражнений, потешек, стихотворений, пальчиковых игр, пословиц.

## 4 этап- итоговый:

Проведение интегрированного занятия «Путешествие в страну здоровья», родительское собрание по теме: «Здоровый образ жизни семьи», презентация проекта.

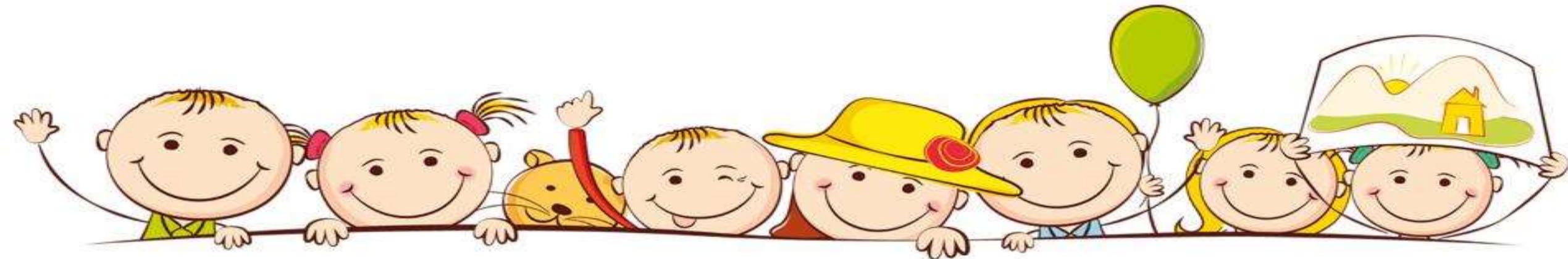


# Формы ежедневной физкультурно-оздоровительной работы с детьми



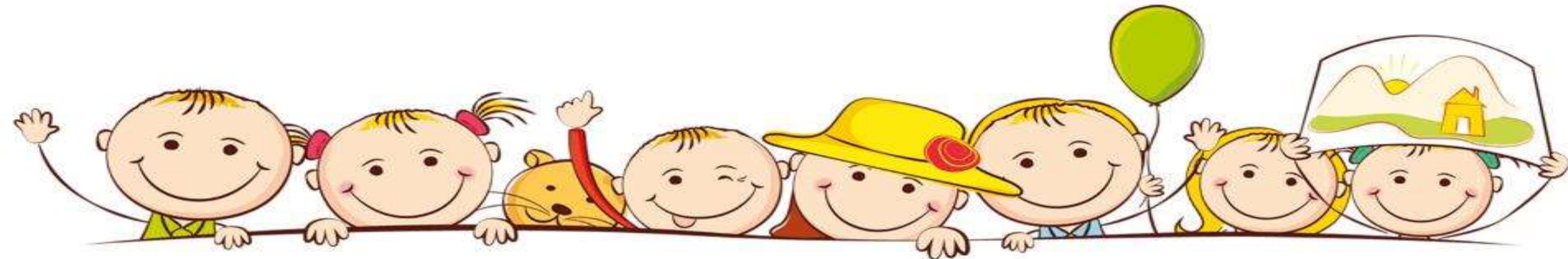
# План осуществления проекта.

| Сроки          | Педагог                                                                                                                                                                                                                 | Дети                                                                                                                                                                                            | Родители                                                                                                                       | Специалисты                                                                |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Октябрь</b> | Накопление информации. Наблюдения за детьми. Анализ проблемы.<br>Кукольный театр «Мойдодыр».                                                                                                                            | Рассматривание иллюстраций, репродукций, картин и т. п. Лепка «Овощи с огорода». Беседа «Съедобное- несъедобное». Игровая ситуация « Как защититься от микробов?»                               | На родительском собрании познакомить родителей с проектом. Анкетирование родителей по теме проекта, обработка анкетных данных. | «Веселись, детвора!» (оздоровительный досуг)- физ. инструктор              |
| <b>Ноябрь</b>  | Изучение методической литературы по теме «Здоровье», «Традиционные и нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста». Рекомендации для родителей «Режим дня как средство воспитания здорового ребенка» | «На книжной полке» (чтение детской литературы, заучивание стихотворений, потешек). Беседа «Правила поведения в детском саду». Дид. игры, «Назови правильно овощи и фрукты», «Чудесный мешочек». | День открытых дверей «Эй, родители, ну-ка вставайте, на зарядку выбегайте!»                                                    | Подобрать комплексы пальчиковых гимнастик для малышей – учитель – логопед. |



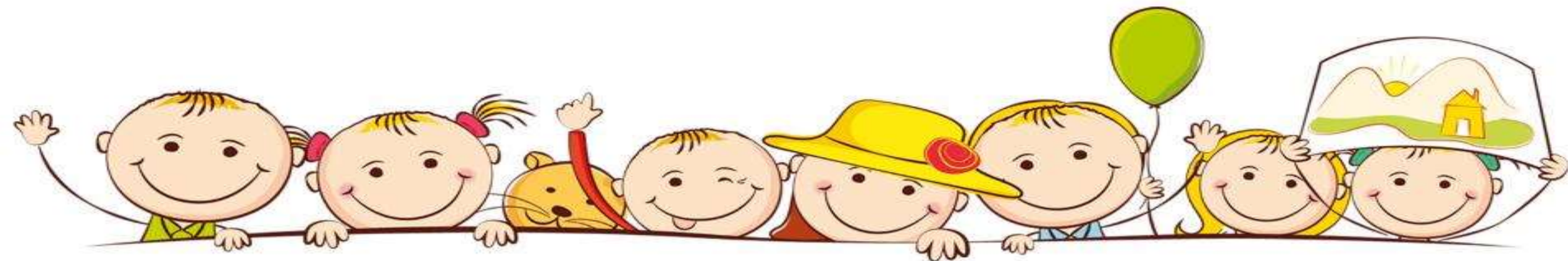
# План осуществления проекта.

| Сроки          | Педагог                                                       | Дети                                                                                                                                                                                                                                 | Родители                                                                                                     | Специалисты                                                                                                                |
|----------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Декабрь</b> | Неделя здоровья<br>«Стартуем вместе!»                         | Развлечение «Чтобы Тобик был здоров!»<br>Беседа о вредных привычках (сосать палец и т.д.)<br>Дидактические игры:<br>«Покажем мишке, как правильно одеваться, чтобы не простудиться», «Оденем куклу на прогулку», «Назови правильно». | Совместная работа с родителями по изготовлению нетрадиционного оборудования своими руками.                   | Релаксация (снижение тонуса скелетной мускулатуры) – педагог - психолог                                                    |
| <b>Январь</b>  | Интегрированное занятие «Заболели зверушки, любимые игрушки!» | Совместное создание плаката «Мы за здоровый образ жизни». Закрепление правильного произношения названий средств личной гигиены.<br>Чтение по ролям «Девочка чумазая», А.Барто.                                                       | Стенгазета «Наша здоровая, спортивная семья».<br>Круглый стол для родителей «Здоровье ребенка в ваших руках» | Технологии музыкального воздействия (для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.) – муз.руководитель. |



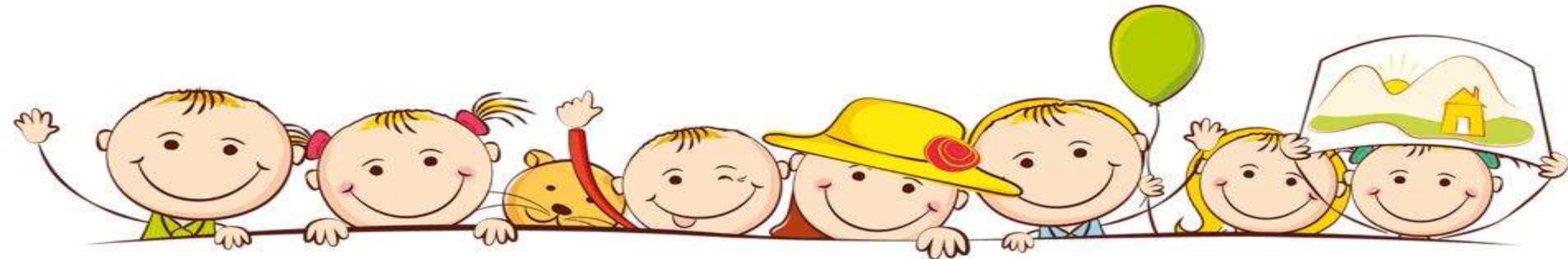
# План осуществления проекта.

| Сроки          | Педагог                                                       | Дети                                                                                                                                        | Родители                                                                          | Специалисты                                                                                                                                                                       |
|----------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Февраль</b> | Создание памятки для родителей «Обувь дошкольника и здоровье» | Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке». Экскурсия на кухню. Сюжетная игра «Мишка заболел, полечим его». Д/и «Съедобное - несъедобное» | Фотовыставка «С физкультурой мы дружны»                                           | Папка-передвижка для родителей «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки» - медсестра<br>Спортивный праздник с родителями «Папа, мама, я – спортивная семья»- физ.инструктор. |
| <b>Март</b>    | Интегрированное занятие «Путешествие в страну Здоровье!»      | Беседа «Чистота - залог здоровья»<br>Игра - экспериментирование «Грязные и чистые руки». Д/И «Мы едим». Лепка «Микробы на руках».           | «Творческая мастерская» (совместная продуктивная деятельность детей и родителей). | Консультация для родителей «Безопасность ребенка в быту» - ст.воспитатель.                                                                                                        |



# План осуществления проекта.

| Сроки         | Педагог                                                                     | Дети                                                                                                                                                                                                  | Родители                                                                                                                                                                  | Специалисты                                                                               |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Апрель</b> | Консультация для родителей «Закаливание детей в домашних условиях»          | Беседа с детьми «Как я буду заботиться о своем здоровье»<br>Инсценирование стихотворения «Муха – чистюха».                                                                                            | Выставка рисунков совместно с родителями на тему «Я расту сильным и здоровым».                                                                                            | Игровые упражнения для развития физиологического и речевого дыхания. - учитель – логопед. |
| <b>Май</b>    | Родительское собрание «Здоровый образ жизни семьи!»<br>Презентация проекта. | С/Р игра «Искупаем куклу Таню».<br>Эксперименты:<br>• С песком «Какой песок грязный или чистый», «Каким песком лучше играть: мокрым, сухим?».<br>• Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами. | В конце проекта диагностический опрос родителей по теме ЗОЖ.<br>Практикум с родителями «Пальчиковая гимнастика. Почему проводится пальчиковая гимнастика в детском саду». | Мониторинг уровня заболеваемости – мед.сестра, воспитатели.                               |



# Системная паутинка по проекту

## Познавательное развитие:

Расширять представления о здоровье, его ценности.  
Воспитание привычек личной гигиены.  
Профилактика и устранение вредных привычек  
Развивать наблюдательность, внимание.

## Речевое развитие:

Развивать умения слушать сказки и стихи, следить за развитием действия.

## Физическое развитие:

Формировать представление о рациональном питании, о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

## Социально-коммуникативное развитие:

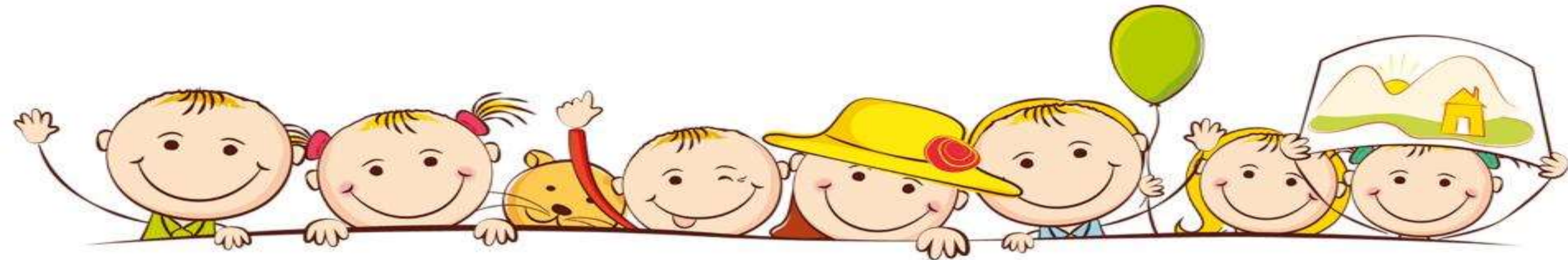
Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, полоскать рот после еды, опрятно есть, держать ложку в правой руке, пользоваться салфеткой.  
Сформировать навыки приема пищи: не крошить хлеб, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, пережевывать пищу с закрытым ртом.  
Формировать представление детей о полезных и вредных продуктах.

## Художественно-эстетическое развитие:

Воспитывать умение благодарить взрослого, сверстника за оказанную помощь.  
Воспитание чувство прекрасного.

## Взаимодействие с семьей:

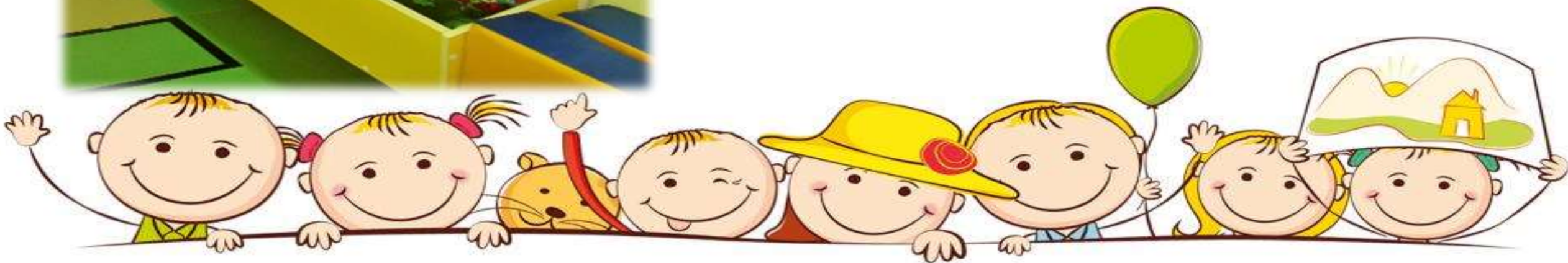
Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.



## Текст к слайду

**«Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости!»  
- так гласит народная мудрость.**

# Центр физической культуры «Непоседа»



Спасибо за внимание!!!

