МДОУ «Детский сад № 41 рп Петровское»

Младшая группа

Проект



Выполнила: воспитатель Мезина Ю.Н.

**2020г**

**ПАСПОРТ ПРОЕКТА:**

1. Тема: «Быть здоровыми хотим»

2. Автор проекта: воспитатель мл. группы Мезина Юлия Николаевна

3. Вид проекта: познавательно-игровой

- по характеру координации: открытый

- по количеству участников: групповой

4. Участники проекта: дети младшей группы, воспитатели группы, родители воспитанников

5. Срок проекта: краткосрочный – 1 (один) месяц

**ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЕКТА ПО ПРЕДЛОЖЕННОЙ ТЕМЕ**

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации. Особенно это заметно по статистике заболеваемости дошкольников в регионе с суровым климатом. И если современные стандарты образования обязывают педагогов более тщательно и активно участвовать в области здоровьесбережения детей, то родители воспитанников ДОУ часто игнорируют советы воспитателей, предпочитая более легкий путь в этом направлении. Вместо систематического закаливания, бесед о пользе свежего воздуха и подвижных игр, четкого соблюдения режима дня и режима питания сердобольные мамы и бабушки «кормят» малышей синтетическими лекарственными препаратами, которые согласно рекламе «помогают восстанавливать жизненные силы организма».

Формирование же отношения ребенка к здоровому образу жизни немыслимо без активного участия в этом процессе не только педагогов и всего персонала детского сада, но и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. При профессиональном подходе к вопросам здоровьесбережения у каждого ребенка укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой помещения, а также соблюдать правила гигиены.

Таким образом, одна из главных задач воспитательно-образовательного процесса на сегодняшний день – помочь малышам и их родителям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье. Кроме того, особенно остро встает вопрос здоровья в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов в воспитательно-оздоровительной работе.

**АННОТАЦИЯ ПРОЕКТА**

Я разработала этот проект с целью сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у них привычки вести здоровый образ жизни.

В течение месяца с детьми второй младшей группы я проводила тематические беседы о здоровом образе жизни, о том, что такое закаливание, как влияет свежий воздух на хороший аппетит и крепкий и здоровый сон и т. д.

Во время ознакомления с художественной литературой обращала внимание ребят на то, как писатели и поэты воспевают здоровый образ жизни. Разучивались народные песенки и прибаутки о здоровье человека.

В непосредственной образовательной деятельности детям предлагалось поиграть в подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры, затрагивающие вопросы здоровья человека.

В течение реализации проекта проводилась работа по закаливанию ребят: умывание контрастной водой, хождение босиком по «дорожке здоровья», проведение подвижных игр на свежем воздухе.

Совместно с родителями было изготовлено нестандартное спортивное оборудование для группы (султанчики, ленточки, «ветерок в бутылке», бильбоке и др.). Кроме этого, для родителей проводились специальные консультации по формированию здорового образа жизни детей младшего возраста, оформлялся наглядный материал в родительском уголке о значении режима и здорового питания для детей.

**I ЭТАП: РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА**

Цель проекта:

- сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;

- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;

- создавать условия для благотворного физического развития детей;

- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;

- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу  
сохранения и укрепления здоровья ребенка.

**Предполагаемые результаты проекта:**

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы;

- Создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;

- Использование разнообразных форм взаимодействия с родителями  
с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и  
сохранения здоровья детей.

**Сбор информации: проведение первичного опроса детей и родителей.**

Перед проведением проекта проводился опрос воспитанников младшей группы для выявления знаний детей о здоровом образе жизни. По окончании проекта проводился повторный (итоговый) опрос для анализа результатов.

Опрос детей проводился по методу «Модель трех вопросов»:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Что мы знаем об***  ***этом?*** | ***Что мы хотим***  ***узнать?*** | ***Как мы можем***  ***узнать?*** |
| - Дети в группе часто болеют. Почему?  Ответы детей:  Дима:- Чтобы не болеть, надо много двигаться.  Оля: - Потому, что дети плохо кушают.  Миша:- Мама не разрешает ходить босиком.  Полина:- Бабушка старенькая, поэтому болеет. | Зачем мыть руки с  мылом?  Зачем ходить  босиком по коврикам-массажерам?  Почему зарядка  бывает разная?  Для чего нужно  закаляться?  Почему люди  болеют? | - художественная литература (стихи, потешки, книги, загадки);  - наблюдения;  - прогулки;  - подвижные игры;  - дидактические игры;  - закаливание;  - утренняя гимнастика;  - спортивные праздники,  развлечения;  - физкультминутки;  - рекомендации родителям. |

По проведенному опросу я сделала следующий вывод: дети не достаточно знакомы с понятием «здоровый образ жизни»; они не осознают значимость и ценность здоровья и не знают, как его сохранить и укрепить.

Опрос родителей проводился в форме индивидуальной беседы. По проведенному опросу среди родителей я сделала следующий вывод: многие родители не совсем понимают, что такое здоровый образ жизни; у них отсутствует представление о комплексном характере данного понятия. Родители воспитанников искренне убеждены в том, что они могут поддержать здоровье ребенка с помощью использования синтетических лекарственных препаратов, либо с помощью народных методов лечения во время течения болезни. Практически никто из родителей не использует в быту неагрессивные способы закаливания своего малыша.

Исходя из сделанных выводов, я наметила план работы над проектом:

1. Сбор информации: подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины), знакомство с методической литературой по вопросам здоровьесбережения.

2. Работа с детьми: упражнения, игры, чтение стихов и загадок; проведение бесед по темам «Полезно – не полезно», «Плохо – хорошо», «Чистота и здоровье», «Личная гигиена», «О здоровой пище», «Кто спортом занимается».

3. Закаливающие процедуры: бодрящая гимнастика, пребывание на свежем воздухе, умывание контрастной водой, воздушные ванны, хождение по «дорожке здоровья».

4. Совместная и самостоятельная деятельность: физкультурный уголок «Мы хотим быть здоровыми!», совместные дидактические игры, спортивные упражнения на все виды мышц, самостоятельная двигательная активность детей, творческая работа (рисование, разукрашивание) «Наши фруктовые друзья».

5. Работа с родителями: совместное изготовление нестандартного спортивного оборудования, консультации по темам «Для чего нужны коврики-массажеры», «О соблюдении детского режима», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Игра в жизни ребенка», «Занимайся гимнастикой по утрам», оформление презентации «Здоровый образ жизни» (см.Приложение 2).

**II ЭТАП: ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА**

*1. Тематические беседы с детьми:*

- «Как можно заботиться о своем здоровье».

- «Чистота и здоровье».

- «Полезно – не полезно».

- «Как надо закаляться».

- «Личная гигиена».

- «О здоровой пище».

*2. Ознакомление с литературой:*

|  |  |
| --- | --- |
| ***Чтение*** | ***Сроки*** |
| К. Чуковский «Доктор Айболит», стихотворения о здоровье | 1 неделя |
| А. Барто «Девочка чумазая» | 2 неделя |
| 3. Александрова «Купание», К. Чуковский «Мойдодыр» | 3 неделя |
| Г. Зайцев «Дружи с водой», загадки и пословицы о здоровом образе жизни | 4 неделя |

*З. Интегрированная образовательная деятельность:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ***Тема, цель*** | ***Сроки*** |
| **1** | «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»  Цель: *дать знания о значимости зарядки для*  *здоровья детского организма, заинтересовать детей выполнением упражнений, вызвать положительные*  *эмоции.* | 1-ая неделя проведения проекта |
| **2** | «Добрый доктор Айболит в гостях у детей»  Цель: *продолжать формировать представление детей о здоровом образе жизни. Напомнить детям, что болеть – плохо и что нужно делать, чтобы не болеть. Расширять представление детей о полезных витаминах.* | 2-ая неделя проведения проекта |
| **3** | «Кукла купается!»  Цель: *закреплять знания детей о личной гигиене с использованием туалетных принадлежностей, способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни.* | 3-я неделя проведения проекта |
| **4** | «Дружим с водой»  Цель: *познакомить со смысловым значением закаливания, как процедуры, укрепляющей здоровье, повышение интереса к оздоровлению детского организма. Вода – залог чистоты и здоровья.* | 4-ая неделя проведения проекта |

*4. Игровая деятельность:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | ***Название игры, цель*** | ***Сроки*** |
| 1 | Подвижная игра «Солнышко и дождик»  Цель: развивать двигательную активность детей. | 1 неделя |
| 2 | «Озорной мяч»  Цель: выполнять подскоки в своем темпе и ритме. |  |
| 3 | «Воробышки и автомобиль»  Цель: закрепление бега в разных направлениях. |  |
| 4 | Дидактические и развивающие игры «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи»  Цель: развивать представление детей о вкусной и полезной еде. | 2 неделя |
| 5 | «Кошки - мышки»  Цель: бегать в определенном направлении не толкая  друг друга, ходить на носках. |  |
| 6 | Подвижная игра «Кошечка»  Цель: развитие навыка ползания, укрепление мышц  туловища, рук и ног. | 3 неделя |
| 7 | «Маленькие ножки бегут по дорожке»  Цель: бегать быстро – медленно, реагировать на  сигнал |  |
| 8 | «Волшебный лес» – комплекс подвижных игр, основанных на подражательных движениях различным животным: медведю, зайцу, лисичке, собачке, кошке и пр.  Цель: упражнять детей в беге, ходьбе, ползать на четвереньках, сохранять равновесие, прыгать на двух ногах на месте, формировать качество личности. | В течение месяца |
| 9 | «Развитие движения у детей раннего возраста»  Цель: закрепление основных видов движения, воспитывать положительные эмоции, формировать умение правильной осанки. |  |
| 10 | «В стране здоровья»  Цель: формировать сознательное отношение к здоровью, учить заботиться о своем здоровье, вызвать эмоциональный настрой. |  |

Алгоритмы проведения подвижных игр проекта описаны в Приложении 1.

*5.Самостоятельная и совместная художественно-продуктивная деятельность:*

- Рисование карандашами, фломастерами овощей и фруктов.

- Игры с водой на улице (при благоприятных погодных условиях) и в группе.

- Закаливающие мероприятия: умывание контрастной водой, воздушные ванны, хождение босиком по «дорожке здоровья».

- Прогулки и подвижные игры на свежем воздухе.

*6. Наблюдения, экскурсии:*

- Наблюдение за играми старших детей на прогулке. Цель: воспитание добрых отношений друг к другу, развивать предпосылки детей к играм разного вида: бегать, прыгать, бросать и ловить мяч, подлезать, лазать.

- Экскурсия в спортивный зал детского сада: беседа с инструктором по  
физическому воспитанию, знакомство со спортивным  
инвентарем.

**III ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПРОЕКТА**

**Проведение итогового опроса детей:**

Опрос проводился по методу «Модель трех вопросов»:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Что вы узнали, что***  ***раньше не знали?*** | ***Что вас удивило?*** | ***Что понравилось***  ***больше всего?*** |
| - Нужно заниматься  гимнастикой, чтобы  не болеть.  - Чаще мыть руки.  - Что такое здоровье.  - Вредные привычки:  что это такое (грызть  ногти, ковырять в  носу, сосать  пальчик).  - Как можно  закаляться.  - О витаминах. | Оля:  - Солнце, воздух и  вода – наши лучшие  друзья.  Степа:  - как принимать  воздушные ванны.  София:  -Нужно  пользоваться зубной щеткой. | - Играть в подвижные  игры.  - рисовать.  отгадывать загадки.  - Фотографироваться.  - Играть с водой. |

**В ходе проведения проекта «Здоровый образ жизни» были получены следующие результаты:**

1. У детей второй младшей группы появился интерес и желание выполнять различные упражнения.

2. Дети с удовольствием принимают воздушные ванны, ходят босиком по «дорожке здоровья», испытывая при этом удовольствие, играют с водой.

3. Дети самостоятельно проявляют инициативу к движению: бегают, прыгают, играют с мячом, ползают, лазают не только в группе, но и на улице.

4. Снизились показатели заболеваемости детей.

**Воспитательная ценность проекта:**

1. У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах.

**Познавательная ценность проекта:**

1. У детей повысились знания о значимости образа жизни.

2. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях.

**Перспектива проектной деятельности в данном направлении:**

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу по указанной теме через создание и реализацию новых совместных с родителями проектов с использованием интегрированного подхода в этом направлении.

