

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД № 22 «АЛЁНКА»

# Азбука здоровья





*Краткосрочный проект в II  
младшей группе*

*Выполнила воспитатель МБДОУ № 22  
Гнедина Елена Викторовна*



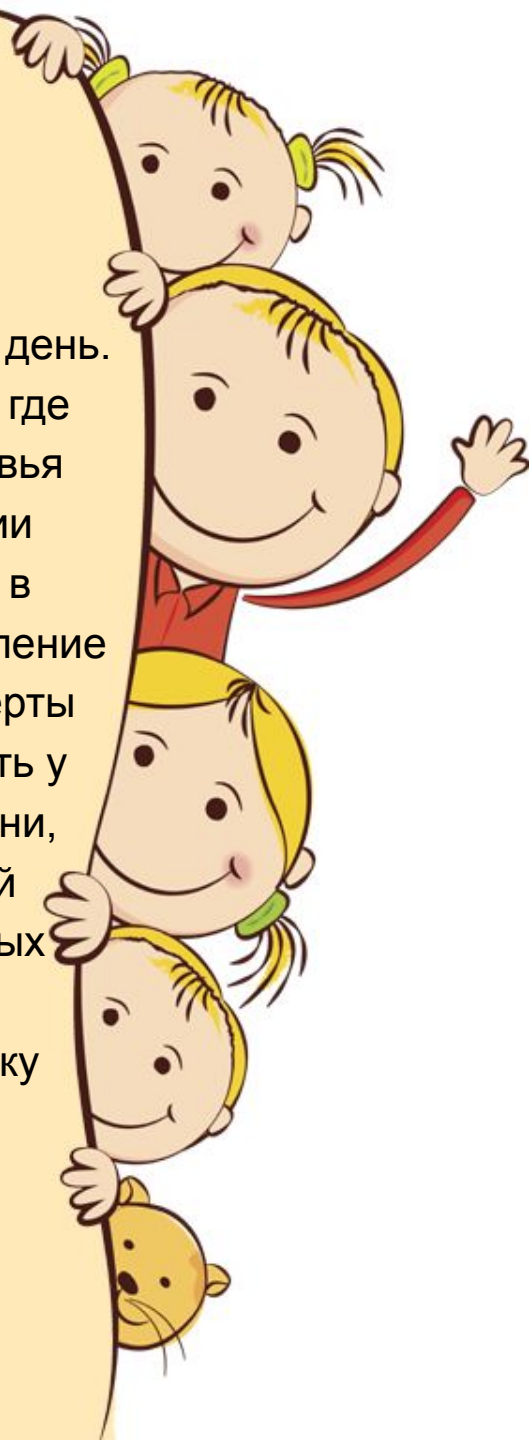
**Название проекта: «Азбука здоровья»**

**Участники проекта:** дети 2 младшей группы,  
воспитатель, физкультурный руководитель,  
музыкальный руководитель,  
родители.

**Срок выполнения:** краткосрочный  
(с 01.11.2015 – 01.03.2016)

# Актуальность

.Проблема сохранения и укрепления здоровья в современном обществе является одной из самых актуальных на сегодняшний день. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно в младшем возрасте идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты характера и личности. Именно на этом этапе важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Большое значение в создании благоприятных условий для формирования у дошкольников представлений о здоровом образе жизни играет дошкольное учреждение, поскольку забота об укреплении здоровья ребенка, это проблема не только медицинская, но и педагогическая.





## **цель:**

Сохранение и укрепление здоровья детей младшего дошкольного возраста.

## **Задачи:**

1. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
2. Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;
3. Дать первоначальные простейшие представления о здоровом образе жизни формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
4. Дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.



## *Предполагаемый результат*

- Повышение интереса детей к двигательной активности: участие в подвижных играх, физических упражнениях.
- Сформированность желания заниматься утренней гимнастикой, выполнять культурно-гигиенические процедуры.

# Этапы

## **1 этап – подготовительный**

составление плана проекта;  
создание предметно – развивающей среды;  
подбор дидактического материала;  
составление конспектов занятий, бесед;  
подготовка к спортивному развлечению;  
сбор используемой литературы;  
подбор детской художественной литературы.

## **2 этап – основной Реализация плановых мероприятий:**

проведение занятий и экскурсий;  
чтение художественной литературы и проведение бесед;  
проведение дидактических, подвижных игр и сюжетно-ролевых игр;  
развитие продуктивной деятельности;  
организация досуга;  
проведение работы с родителями.

## **3 этап – заключительный**

совместно с родителями выпустить плакат «Азбука здоровья»;  
подведение итогов;  
презентация проекта на педагогическом совете.



*Социально-коммуникативное  
развитие.*



# Сюжетно-ролевая игра «Салон красоты»



# Сюжетно-ролевая игра «Больница» Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку»



# *трудовое воспитание*

<i>Вид деятельности</i>	<i>Название</i>	<i>Цель</i>
<i>Дидактическая игра</i>	<i>«Оденем куклу на прогулку»</i>	<i>Способствовать формированию умения одеваться и раздеваться в определенном порядке, формирование навыков опрятности</i>





- **Беседа  
«Осторожно лекарства»**



- **Загадки  
«Опасные предметы»**

# Формирование основ безопасности

<b>Вид деятельности</b>	<b>Название</b>	<b>Цель</b>
<b>Беседа</b>	«Правила поведения в детском саду»	Способствовать формированию основ безопасного поведения в группе и на участке
<b>Дидактическая игра</b>	«Съедобное – несъедобное»	Способствовать формированию первичных представлений о съедобных и несъедобных предметах



Познавательное развитие

<b><i>Вид деятельности</i></b>	<b><i>Название</i></b>	<b><i>Цель</i></b>
<b><i>Беседа</i></b>	<b><i>«Здоровье в порядке – спасибо зарядке!»</i></b>	<b><i>Повышение интереса детей к утренней зарядке, формирование привычки к соблюдению режима дня</i></b>
<b><i>Беседа</i></b>	<b><i>«Умываются котята по утрам и вечерам»</i></b>	<b><i>Обеспечить формирование привычки заботиться о чистоте своего тела, культурно-гигиенических навыков</i></b>
<b><i>Наблюдение</i></b>	<b><i>«Игры старших детей»</i></b>	<b><i>Обеспечить формирование представлений о правилах безопасного поведения в подвижных играх и играх с песком</i></b>





Чтение художественной  
литературы

- **Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр»;**
- **Токмакова И. «Мне грустно – я лежу больной»;**
- **Зильберг Л. «Полезные продукты»;**
- **А. Барто « Девочка чумазая»;**
- **Зайцев Г. «Приятного аппетита»,**
- **«Крепкие, крепкие зубы».**



# чтение художественной литературы

- **Народный фольклор:** потешки «Водичка, водичка, умой моё личико!»
- **А. Барто** «Девочка чумазая»
- **К. Чуковский** «Мойдодыр»
- **К. Чуковский** «Айболит»



- **Цели:**
- Обеспечить приобщение к народному фольклору
- Способствовать развитию интереса детей к художественной литературе
- Способствовать формированию эмоционального отношения к поступкам литературных героев
- Обеспечить формирование знаний детей о здоровом образе жизни с помощью художественного слова



Речевое развитие

<b>Вид деятельности</b>	<b>Название</b>	<b>Цель</b>
<b>Дидактическая игра</b>	<b>«Да здравствует мыло душистое»</b>	Содействовать закреплению правильного произношения названий средств личной гигиены (мыло, полотенце, зубная щетка)
<b>Рассматривание картины</b>	<b>«Дети делают зарядку»</b>	Обеспечить формирование привычки ежедневно делать зарядку
<b>Дидактическая игра</b>	<b>«Во саду ли, в огороде»</b>	Способствовать закреплению правильного произношения овощей и фруктов
<b>Дидактическая игра</b>	<b>«Чей фрукт?»</b>	Обеспечить развитие активного словаря: употребление личных форм местоимений (мой банан, мое яблоко)

# Дидактическая игра «Приготовь обед»





Физическое развитие

# Физкультурное занятие «Сильнее, выше, смелее» Подвижная игра «Поезд»





<b><i>Вид деятельности</i></b>	<b><i>Название</i></b>	<b><i>Цель</i></b>
<b><i>Подвижная игра</i></b>	<b><i>«Беги к тому, что назову»</i></b>	<b><i>Способствовать формированию умения бегать в заданном направлении, ориентироваться в пространстве</i></b>
<b><i>Подвижная игра</i></b>	<b><i>«У медведя во бору»</i></b>	<b><i>Обеспечить закрепление умения действовать согласно тексту, убежать от водящего</i></b>
<b><i>Подвижная игра</i></b>	<b><i>«Поезд»</i></b>	<b><i>Обеспечить развитие умения ходить друг за другом в заданном направлении</i></b>
<b><i>Подвижная игра</i></b>	<b><i>«Дождик и солнышко»</i></b>	<b><i>Способствовать закреплению умения двигаться в разных направлениях и останавливаться по сигналу</i></b>

•Беседа «Как  
правильно мыть  
руки»



•Руки мыть перед  
едой Нужно мылом и  
водой.



# Ежедневные оздоровительные мероприятия

- Ежедневная утренняя гимнастика
- Закаливающие мероприятия: ходьба босиком по ребристой дорожке, по канату.
- Прогулки и игры на свежем воздухе
- Гимнастика после сна
- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика
- Артикуляционная гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Самомассаж
- Подвижные игры
- Физкультминутки
- Культурно гигиенические процедуры









# Прогулка



*На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!*





Художественно- эстетическое  
развитие



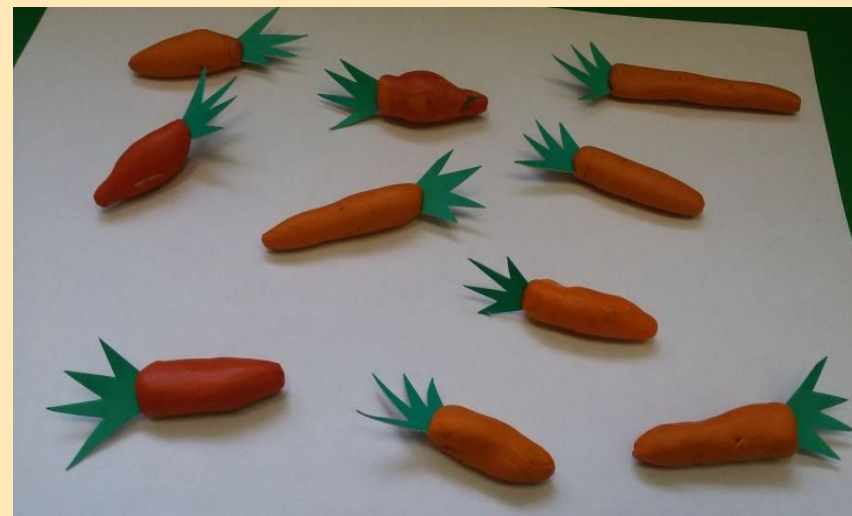


раздел

«Художественное творчество»

<b><i>Вид деятельности</i></b>	<b><i>Название</i></b>	<b><i>Цель</i></b>
<b><i>Рисование</i></b>	<b><i>«Витамины»</i></b>	<b><i>Обучение умению правильно держать кисть, рисовать округлые формы</i></b>
<b><i>Рисование</i></b>	<b><i>«Дождик»</i></b>	<b><i>Обучение рисованию прямых отрывистых линий сверху вниз с помощью карандаша</i></b>
<b><i>Лепка</i></b>	<b><i>«Овощи и фрукты»</i></b>	<b><i>Закрепление первичных знаний о овощах и фруктах, формирование умения лепить из пластилина предметы округлой и продолговатой формы</i></b>

- **Аппликация «Вкусные витамины»**
- **Индивидуальная работа по лепке «Морковка»**






# Раздел «Музыка»

<b><i>Вид деятельности</i></b>	<b><i>Название</i></b>	
<b><i>Музыкальная игра</i></b>	<b><i>«Где же наши ручки?»</i></b>	<b><i>Обеспечить развитие способности воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым.</i></b>
<b><i>Музыкальная игра</i></b>	<b><i>«Лошадка»</i></b>	<b><i>Обеспечить формирование умения передавать образы, начинать движение с началом музыки.</i></b>
<b><i>Музыкальная игра</i></b>	<b><i>«Жук»</i></b>	<b><i>Вызвать желание слушать народную музыку, выполнять простые танцевальные движения.</i></b>
<b><i>Танец</i></b>	<b><i>«Цыплят»</i></b>	<b><i>Способствовать развитию образного восприятия музыки через движения (хлопать, полуприседать и т.д.)</i></b>



A vertical line runs down the left side of the page. Four children are hanging from it, one above the other. From top to bottom: a girl with pigtails, a boy with a red shirt, a girl with a green bow, and a boy. At the bottom of the line, a small orange cat is also hanging. The background is a light yellow gradient.

## **Сотрудничество с семьями воспитанников в рамках проекта:**

- В начале проекта среди родителей было проведено анкетирование по теме «Физическое воспитание в семье». В анкетировании принимало участие 14 человек. Все родители четко представляют, что значит вести здоровый образ жизни. Во всех семьях родители после детского сада гуляют с детьми не менее – 1,5- 2 –х часов.*





# Консультации для родителей

- Консультация «Красивая осанка – залог здоровья»;
- Анкетирование родителей;
- Создание плаката «Азбука здоровья»



# *Формы проведения презентации:*

- Создание презентации проекта в электронном виде*
- Обогащение уголка физической культуры*
- Выставка работ детей и родителей*
  
- Итоговая комплексная образовательная деятельность «Сильнее, выше, смелее », в ходе которой закрепляются знания детей о здоровом образе жизни, развивается двигательная активность, интерес к подвижным играм, внимательность, мышление.*

## *Ожидаемые результаты:*

- Снижение уровня заболеваемости детей.*
- Повышение уровня физической подготовленности воспитанников.*
- Формирование у воспитанников осознанной потребности в здоровом образе жизни.*
- Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс.*

## Список литературы

- М.В. Югова «Воспитание ценностей здорового образа жизни»
- Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников»
- М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения»
- Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет»
- И.В. Кравченко Т.Л. Долгова «прогулки в детском саду»
- М.П. Асташина «Фольклорно-физкультурные занятия и досуги с детьми 3-7 лет»
- М.Ю. Каратушина «Праздники здоровья для детей 4-5 лет»

# Приложение №1

## **«Физическое воспитание в семье». Анкета для родителей**

Ф. И. ребёнка, возраст

1. Часто ли ребёнок болеет, какие тяжёлые заболевания, травмы перенёс

2. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни? Поясните.

3. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

4. Делаете ли Вы дома зарядку?

5. Соблюдаете ли режим дня в выходные дни? Какой?

6. Имеете ли Вы дома физкультурное оборудование? Какое?

7. Какой вид закаливания Вы применяете дома? (отметить)

систематическое проветривание

солевая дорожка

дыхательная гимнастика

прогулка в любое время года

хождение босиком по “чудо-коврику”

9. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? Насколько часов ходите куда-нибудь и куда?

10. Чем занят Ваш ребенок вечерами и в выходные дни: (отметить)

подвижные игры

настольные игры

телевизор

компьютер

11. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

профилактика заболеваний

дыхательная гимнастика

закаливание

коррекция осанки

профилактика плоскостопия

Спасибо за сотрудничество!

*Спасибо за внимание!*

