

Проект

по формированию здорового образа жизни в 1-й младшей группе
"Как быть здоровым!"



**Воспитатель:
Ануфриева М.
П**

Актуальность

данной проблемы в том, что дети в большинстве испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека. Забота о ЗОЖ – это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Обоснование проблемы:

- малоподвижный образ жизни родителей и детей, плохая двигательная активность;
- невнимание родителей к здоровому образу жизни.

Цель:

- довести до сознания детей и родителей важность здорового образа жизни.

Задачи:

- Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.
- • Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
- • Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта.
- • Развитие физических качеств.
- • Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Предполагаемые результаты

- Дети быстрее адаптировались в предметно пространственной среде, к сверстникам и взрослым: у них повысилась сопротивляемость организма к простудным заболеваниям и двигательная активность, улучшились показатели социального здоровья.



Участники:

- Воспитатель ДОУ;
- дети 1 младшей группы;
- родители воспитанников.

Этапы работы:

1. Подготовительный
2. Основной
3. Заключительный

Срок реализации:

1 месяц (Июнь)

I Этап: Подготовительный

- Подобрать и изучить методическую литературу по теме проекта.
- Подбор художественной литературы по теме.
- Составление карточек стихов, загадок, потешек по данной теме.
- Составление карточек подвижных игр, гимнастики после сна, утренней гимнастики, физкультминуток, дыхательной гимнастики и т. д.
- Пополнение развивающей среды.
- Подготовка оборудования.
- Подготовка информации для родителей.

2 Этап. Практический Игра «Что такое хорошо, что такое плохо».



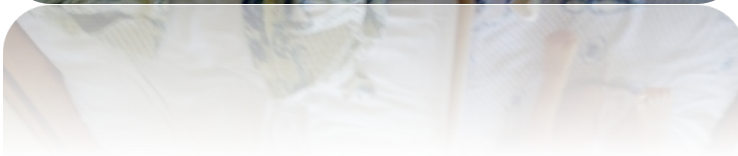
Чтение художественной литературы



Соблюдение режима дня



Гимнастика после сна

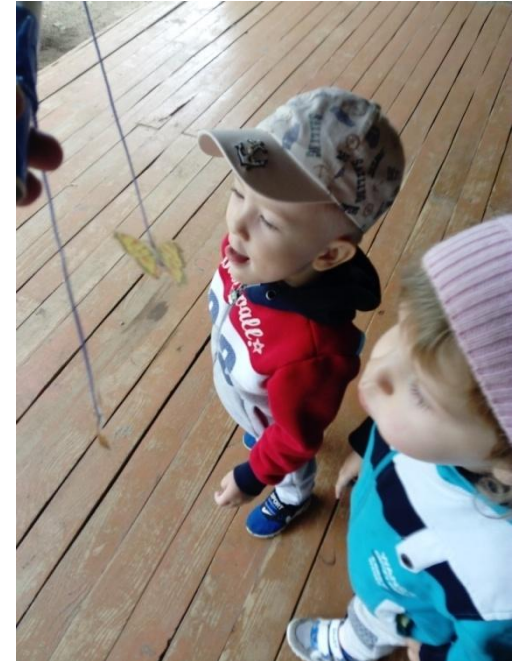
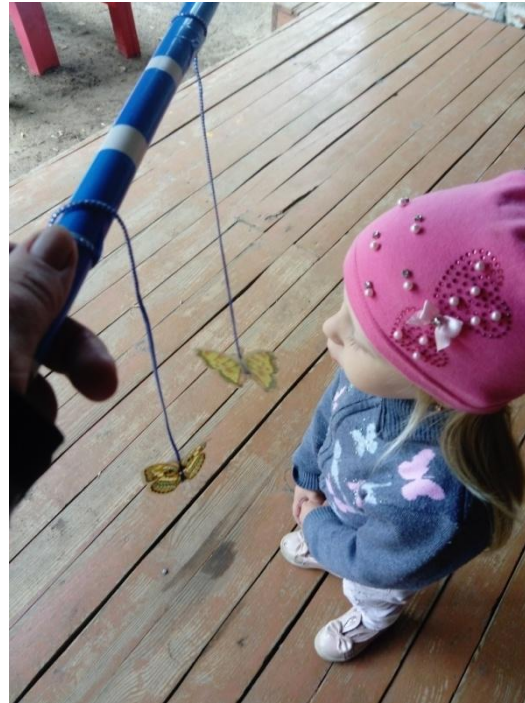


Подвижные игры

«Воробушки и кот», «У медведя во бору» и др.



Дыхательная гимнастика



Работа с родителями

- Были проведены беседы, консультации, по теме проекта.
- буклет «Организация здоровьесберегающей среды дома».
- Проводилось анкетирование среди родителей.

Вывод

Реализация этого проекта положительно повлияла на развитие двигательной активности ребенка, развитие физических качеств и, в целом благоприятно сказалось на состоянии здоровья детей, что выразилось в снижении простудных заболеваний. Опрос родителей показал, что главным для них является физическое и психическое здоровье ребёнка. Большинство семей настроено на активное сотрудничество с детским садом в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.



**Спасибо за
внимание**