

# Государственное Бюджетное Образовательное Учреждение школа № 113 с/п 4

Проект: «Будь здоров, малыш!»


**Руководитель:**

**Каширская Наталья Алексеевна (инструктор по ФИЗО)**

**Авторы:**

**Аминова Тамара Степановна (воспитатель)**

**Вольнова Ирина Михайловна (воспитатель)**



Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости.

# Актуальность

- Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В. А. Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя". Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.
- Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье. Особенно важно уметь правильно организовывать свое питание. Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания.



# О Проекте:

- Тип проекта: информационно-творческий.
- Форма работы: игровая, познавательная, продуктивно – творческая, работа с родителями.
- Продолжительность: краткосрочный (сентябрь-декабрь 2016г).
- Возраст: средняя группа № 5 (дети 4 – 5 лет).
- Участники: инструктор по физо, воспитатели группы, дети и их родители.



# Проблема:

- Недостаточная сформированность у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.



## Цель проекта:

- Формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения, развитие познавательных и творческих способностей детей раннего и дошкольного возраста.

# Задачи:

- Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботиться, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
- Продолжать формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения.
- Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.
- Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах.
- Формировать у детей познавательный интерес к окружающему миру, родной природе.
- Продолжать учить детей использовать ранее полученные знания при решении познавательных и практических задач.
- Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.



# Этапы реализации проекта:

- **1 этап – подготовительный**
- **2 этап – основной (практический)**
- **3 этап - заключительный**





# 1 этап – подготовительный

- Составление и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы.
- Анализ проблемы: что уже есть и что нужно сделать.
- Создание банка идей и предложений.
- Подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта.
- Подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.



## 2 этап – основной

### В работе с детьми:

- ежедневная профилактическая работа по здоровьесбережению
- беседы
- организованные формы образовательной деятельности
- игры
- чтение художественной литературы

### В работе с родителями:

- проведение консультаций
- индивидуальные беседы
- наглядные материалы





## 3 этап - заключительный

- Выставка детских работ в группе: «Будь здоров»
- Анализ проделанной работы.
- Разработка циклов игр-занятий на основе приобретенного опыта.
- Проведение итогового мероприятия: «Вместе с мамой».
- Оформление результата проекта в виде презентации.



# ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:

- Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения)
- Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
- Воздушное контрастное закаливание.









# БЕСЕДЫ:

Общение: «Чтоб здоровым быть всегда, зарядкой нужно заниматься!».

- «Витамины я люблю – в продуктах их найду ».
- «Беседа о здоровье и гигиене» Решение провокационных вопросов, проблемных ситуаций.

Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умыывании (потешки).



# Беседа: «Витамины я люблю – в продуктах их найду.»



# Организованные Формы Образовательной деятельности

- Физкультурное занятие «Быстрые, смелые, ловкие».
- Физкультурно-познавательное занятия «Мой веселый, звонкий мяч».
- Познавательное занятие «Наша кожа».
- Совместный досуг с родителями к Дню Матери «Хорошо рядом с мамой!»

# Ритмика (кружковая работа)



# НОД и игры в свободное время



# Игры:

- Сюжетно ролевые игры:

«Поликлиника», «Аптека», «Овощной магазин», «Семья».

- Дидактические игры:

- Что лишнее

Кукла заболела

С какого дерева упало

- Вершки и корешки  
Огород

Овощи и фрукты

Узнай на вкус

- Угадай, какой овощ

Вылечим Мишутку

Съедобное- несъедобное

- Собери овощи в корзину    Что где растет

Опиши овощи, фрукты

- Подвижные игры на улице и в свободной игровой деятельности:

- Прятки

Ровным кругом

Ручеек

- У медведя во бору

Салки

Золотые ворота

- Съедобное – не съедобное    Овощи и фрукты



# Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника»



# Чтение художественной литературы

- Рассматривание иллюстраций и фотографий о здоровье.
- Заучивание пословиц и поговорок о здоровье.
- Песни, потешки, загадки.
- Чтение литературы:
- К. Чуковский «Мойдодыр», "Вовкина победа"
- С. Маршак «Сказка о глупом мышонке»
- Н. Павлова «Земляничка»
- С. Капутикян «Маша обедает»
- Д. Мамин-Сибиряк «Притча о Молочке, овсяной Кашке и сером котике Мурке»
- Е. Юдин «Две фасольки, три боба»
- И др.



# В работе с родителями:

- проведение консультаций:
  - «Режим дня ребёнка»
  - «Питание ребёнка»
- оформление папки-передвижки:
  - «Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей. Физическое воспитание ребенка в семье»



# Работа с родителями



# Досуг: «Вместе с мамой»



# Выставка детских работ в группе: «Будь здоров»





**Спасибо за внимание!**