Я БУДУ ЗДОРОВЫМ

Актуальность проекта

Возрастающее количество часто болеющих детей (ЧБД), не имеющих устойчивой мотивации к сохранению и укреплению своего здоровья; недостаточности знаний родителей о методах ЗОЖ1 привитие ребенку с малых лет правильного отношения к своему здоровью, чувство ответственности за него.

Цель.

Создать оптимальные условия для укрепления психического и физического здоровья ослабленных и ЧБД; подвести к осознанию потребностей ребенка в знаниях о себе и своем здоровье.

Задачи.

- Обеспечить сохранение и укрепление физического и психического здоровья ослабленных детей(ЧБД);
- Осуществить тесную взаимосвязь воспитательно – образовательного процесса и профилактико – оздоровительного процесса;
- Оказывать помощь семье в воспитании и оздоровлении детей.

Участники проекта.

Дети 3-4 лет (младшая группа), воспитатели, инструктор ЛФК, младший воспитатель, родители.

Тип проекта.

Практико – ориентированный, групповой.

Продолжительность.

- В течение года

Физкультурно – оздоровительные мероприятия

- утренняя гимнастика
- прогулка
- подвижные игры

Физкультурно – оздоровительные мероприятия

утренняя гимнастика

прогулка

подвижные игры

Оздоровительно – профилактические мероприятия

полоскание зева солевым раствором

массаж стоп на массажёрах

профилактика плоскостопия

гимнастика для глаз

закаливающие процедуры(контрастное обливание ног)

кислородный коктейль

ОУФО

ЛФК

Интегрированные занятия

- развитие речи + аппликация
  « Огородник»
  «Овощи на тарелке»

- физическая культура
  «В гостях у лисоньки»

- ознакомление с окружающим +изо «В лес за грибами»
  «В лесу много грибов»
- развитие речи+ изо
  «Зима»
  «Белая звёздочка с неба упала»

Цикл занятий по ЗОЖ

- Я расту здоровым
- Береги своё здоровье

Работа с родителями: консультации для родителей

- «Укрепление здоровья детей и снижение заболеваемости»
- анкетирование
- «Игра в системе оздоровительной и воспитательной работы с детьми»

наглядная агитация

- Стенд «Безопасность ребёнка»
- Папка - передвижка «Грипп»
- Папка - передвижка «Берегите своих детей» (детский травматизм)

Чтение художественной литературы

- Т.А.Шорыгина «Осторожные сказки»
- Г.К. Зайцев « Уроки Мойдодыра»
- Н.С.Орлова «Ребятишкам про глаза»
- К.Чуковский

« Мойдодыр»

- Е.А.Алябьева

Поучительные сказки

- А.Барто «Девочка- чумазая»

Дидактические игры

- «Что такое хорошо и что такое плохо»
- «Если малыш поранился»
- «Малыши - крепыши»
- «Валеология или здоровый малыш»
- «Как избежать неприятностей»
- «Доктор Айболит»