

Тема: «Формирование навыков
здорового образа жизни у
воспитанников»
(отчет по самообразованию, обобщение
опыта)

Воспитатель: Абызгареева Р.М.
высшей квалификационной категории

Апрель 2017 г.

Паспорт проекта

Тип проекта: познавательный, здоровьесберегающий.

Автор проекта: Абызгареева Р.М.

Продолжительность: долгосрочный (сентябрь-апрель 2016-2017 уч.год)

Актуальность: искусство долго жить прежде всего состоит в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве трудно наверстать. Поэтому важно формировать у детей навыки ЗОЖ. Представление о здоровье, как одно из главных ценностей жизни.

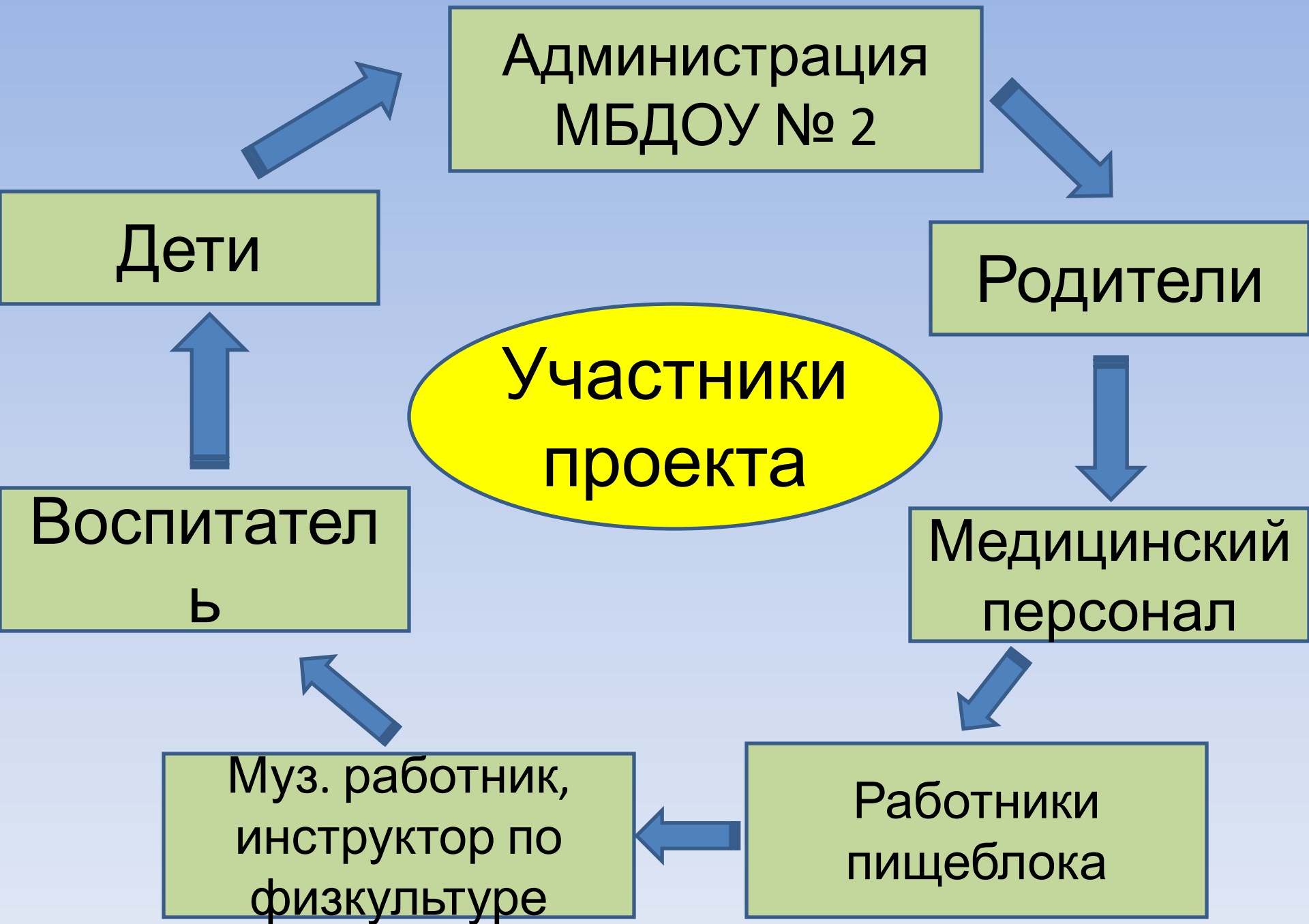
Проблема: недостаточная сформированность у детей дошкольного возраста понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни .

Цель проекта: формирование убеждений и привычек ЗОЖ в условиях дошкольного образовательного учреждения, развитие познавательных и творческих способностей у детей дошкольного возраста.

Задачи проекта:

1. Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности
2. Расширить представление детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм. Научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
3. Помочь детям в формировании привычек ЗОЖ, привитию стойких культурно- гигиенических навыков.
4. Расширить знание дошкольников о питании, его значимости, о связи здоровья и питания.
5. Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения – мотивов укрепления здоровья.

Ожидаемый результат: Снижение заболеваемости детей и повышение заинтересованности родителей данной проблемы. Создание уголка здоровья, пополнение физкультурного уголка



Этапы проекта:

I этап. Организационный.

II этап. Реализация проекта.

III этап. Заключительный.



I этап. Организационный

- 1) Выбор методов и приемов работы с детьми для реализации проекта.
- 2) Изучение дополнительной методической литературы.
- 3) Организация сотрудничества с родителями и другими структурами ДООУ (медицинская служба, повара детского сада).
- 4) Подготовка анкет для родителей.
- 5) Подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.
- 6) Приглашение группы «Матрешка» на театрализованное представление и знакомство с уголком ЗОЖ «Здоровое питание».

II Этап. Реализация проекта

Профилактические мероприятия:

- Утренняя гимнастика
- Артикуляционная гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Пальчиковая гимнастика
- Зрительная, дыхательная гимнастика
- Оздоровительная гимнастика после дневного сна
- Хождение по массажным дорожкам до сна и после
- Физкульт. минутки, паузы
- Эмоциональные разрядки, релаксация
- Прогулки с включением подвижных игр
- Гигиеническое полоскание рта
- Точечный массаж
- Работа над правильной осанкой
- Самомассаж рук, стоп, ушей
- Прием витамина С
- Употребление сока, шиповника и коктейля
- Выполнение режима дня
- Спортивные секции, кружки

Познавательно-творческий проект « Правильное питание- залог здоровья»



Автор проекта:
Абызгареева Р.М.

г. Миасс



<http://dou-n2.ru/>

Экскурсия в пищеблок



Встреча с медсестрой



Прект- фотогазета «Мы за здоровый образ жизни»

<https://multiurok.ru/files/poznavatel-no-tvorchieskii-proiekt-tiema-pravil-n.html>




мультиурок

Свидетельство

НАСТОЯЩИМ УДОСТОВЕРЯЕТСЯ, ЧТО АВТОР

Абызгареева Филхания Мурзакалимовна

воспитатель

МБДОУ № 2 "Умка"

ОПУБЛИКОВАЛ(А) СВОЙ МАТЕРИАЛ

"Проект-фотогазета «Мы за здоровый образ жизни!»"



АДРЕС ПУБЛИКАЦИИ:

<https://multiurok.ru/files/proiekt-fotoghazieta-my-za-zdorovyi-obraz-zhizni.html>



26.03.2017
MUF596338

Руководитель проекта
Тарасов Д. А.

Плакат «Мы голосуем за...»

<https://multiurok.ru/files/plakat-my-golosuem-za.html>



мультиурок

Свидетельство

НАСТОЯЩИМ УДОСТОВЕРЯЕТСЯ, ЧТО АВТОР
Абыгареева Филхания
Мурзакалимовна

воспитатель
МЕДОУ № 2 "Умка"

ОПУБЛИКОВАЛ(А) СВОЙ МАТЕРИАЛ
"Плакат «Мы голосуем за...»"



АДРЕС ПУБЛИКАЦИИ:
<https://multiurok.ru/files/plakat-my-golosuem-za.html>



Руководитель проекта
Тарасов Д. А.

08.04.2017
МУФ607867

НОД Викторина «Здоровый образ жизни»



<https://multiurok.ru/files/nod-viktorina-zdorovyi-obraz-zhizni-podgotovitel.html>

Спортивные развлечения по ПДД



Спортивные развлечения «Здоровый ребенок в здоровой семье»



III Этап. Сакночытальняй.

Продукт проекта:



Уголок ЗОЖ

- Заполнение физкультурного уголка нетрадиционным спортивным оборудованием
- Дополнение пособий в уголок ЗОЖ

Презентация уголка группе «Матрешка»





Спасибо за внимание!