

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №18 «Рябинушка»



# Проект «Расти здоровым малыш»

Воспитатель:  
Доронина Е.Е

# Цель проекта

**Цель:** Формирование основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста на основе здоровьесберегающих технологий с использованием художественной литературы в разных видах деятельности.



# Задачи проекта

## Для детей:

- Формировать у детей первоначальные простейшие представления о здоровом образе жизни
- Формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста и простейшие навыки самообслуживания
- Повышать эмоциональное благополучие ребёнка за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных мероприятий физической направленности.
- Расширить двигательные возможности ребёнка за счёт освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий
- Воспитывать у детей желание выглядеть чистыми, аккуратными и опрятными
- Активизировать речь, расширять словарный запас, развивать внимание и память.
- Активизировать детей художественно-творческой деятельностью.



# Задачи проекта

Для педагогов:

- Обогащать физкультурно-оздоровительную среду за счёт изготовления нестандартного физкультурного оборудования из доступных материалов.
- Подобрать наглядный информационный материал;
- Изготовить памятки и информационные листы для родителей
- Изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.
- Формировать сближение в общении «педагог-ребёнок-родитель»;



# Задачи проекта

Для родителей:

- Повысить педагогическую культуру родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей;
- Уделять особое внимание пропаганде здорового образа жизни личным примером;
- Оказывать посильную помощь в обогащении физкультурно-оздоровительной среды путем изготовления нетрадиционного физ. оборудования из доступных материалов.



# Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ:

- ✓ народные игры, подвижные игры, спортивные игры
- ✓ игровые упражнения, игровые задания
- ✓ гимнастика корригирующая
- ✓ гимнастика пальчиковая
- ✓ гимнастика для глаз
- ✓ динамическая пауза
- ✓ Релаксация
- ✓ Прогулка
- ✓ утренняя гимнастика
- ✓ закаливание
- ✓ бодрящая гимнастика



# Принципы проекта:

- принцип индивидуальности;
- принцип цикличности и систематичности;
- принцип оздоровительный;
- принцип взаимосвязи с семьей;
- принцип ответственности сотрудников ДОУ;
- принцип соблюдения прав человека и гражданина;
- принцип обеспечения равных возможностей при реализации проекта оздоровления детей;
- принцип активности детей.



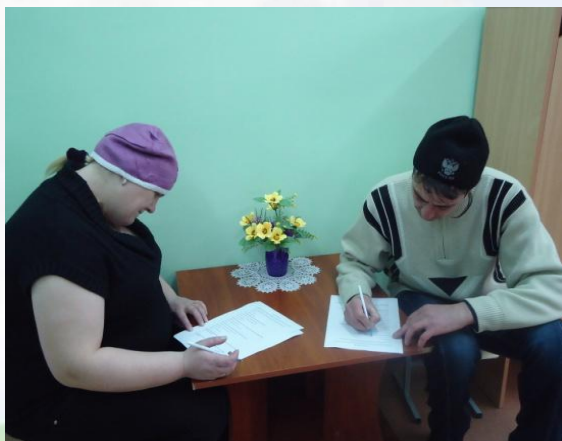
## Актуальность:

Великая ценность каждого человека - здоровье! Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения в наше время стоит очень остро. Каждый родитель желает своему ребенку, в первую, очередь здоровья. Все мы отлично знаем, чтобы в «здоровом теле был здоровый дух», необходимо заботиться о своем здоровье: делать по утрам зарядку, заниматься спортом, чаще бывать на свежем воздухе. Каждый это отлично понимает, но каждый раз откладываем на потом. Необходимо научиться искусству сохранения и укрепления здоровья. И самое благоприятное время начала формирования навыков здорового образа жизни - это дошкольный возраст. Детей, начиная с раннего дошкольного возраста необходимо приучать соблюдать элементарные культурно-гигиенические навыки, учить правильно питаться, формировать привычку заботиться о своем здоровье. Главное направление проекта - научить ребенка быть здоровым, воспитывать у него потребность в здоровом образе жизни.





# 1 этап-подготовительный



## 2 этап-основной

### Работа с детьми







# Работа с родителями



# Результативность




- соответствующее физическое развитие детей группы возрастной норме
- активность детей, владение навыками здорового образа жизни, формирование основных движений, физических качеств, накапливаемость резерва здоровья
- появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса
- показание высоких результатов мониторинга по снижению заболеваемости, двигательной активности и физической подготовленности, формирование личных качеств детей
- формирование элементарных представлений о пользе занятий физической культурой, освоение культурно-гигиенических навыков
- дети узнают большое количество упражнений, много подвижных игр, пальчиковых, дыхательных, зрительных, артикуляционных гимнастик

# Литература

1. Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ /Т.С. Яколева, 2006 г
2. Развивающая педагогика оздоровления /В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егоров – М., Линка-пресс, 2000 г./
3. Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях ДОУ /Л.В. Кочеткова – М, МДО, 1999 г./
4. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольников: методическое пособие /Н.Н. Ефименко – М, Линка-пресс, 1999 г./
5. Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, коммуникативного. Расту здоровым [теке] программ. Методическое пособие для дошкольников образовательных учреждений /В.И. Зимонина – М, ВЛАДОС, 2003 г./
6. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов ДУ /М.А. Рунова – М, Мозаика-Синтез, 2000 г./
7. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючина
8. «Игры, которые лечат» Е.А. Бабенкова
9. «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина
10. «Азбука физкультминуток для дошкольников» В.И. Ковалько





**НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ  
ВЫБИРАЕТ  
ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ!**