

*Проект по оздоровлению*  
*Тема: «Здоровый малыш»*  
*группа №1*

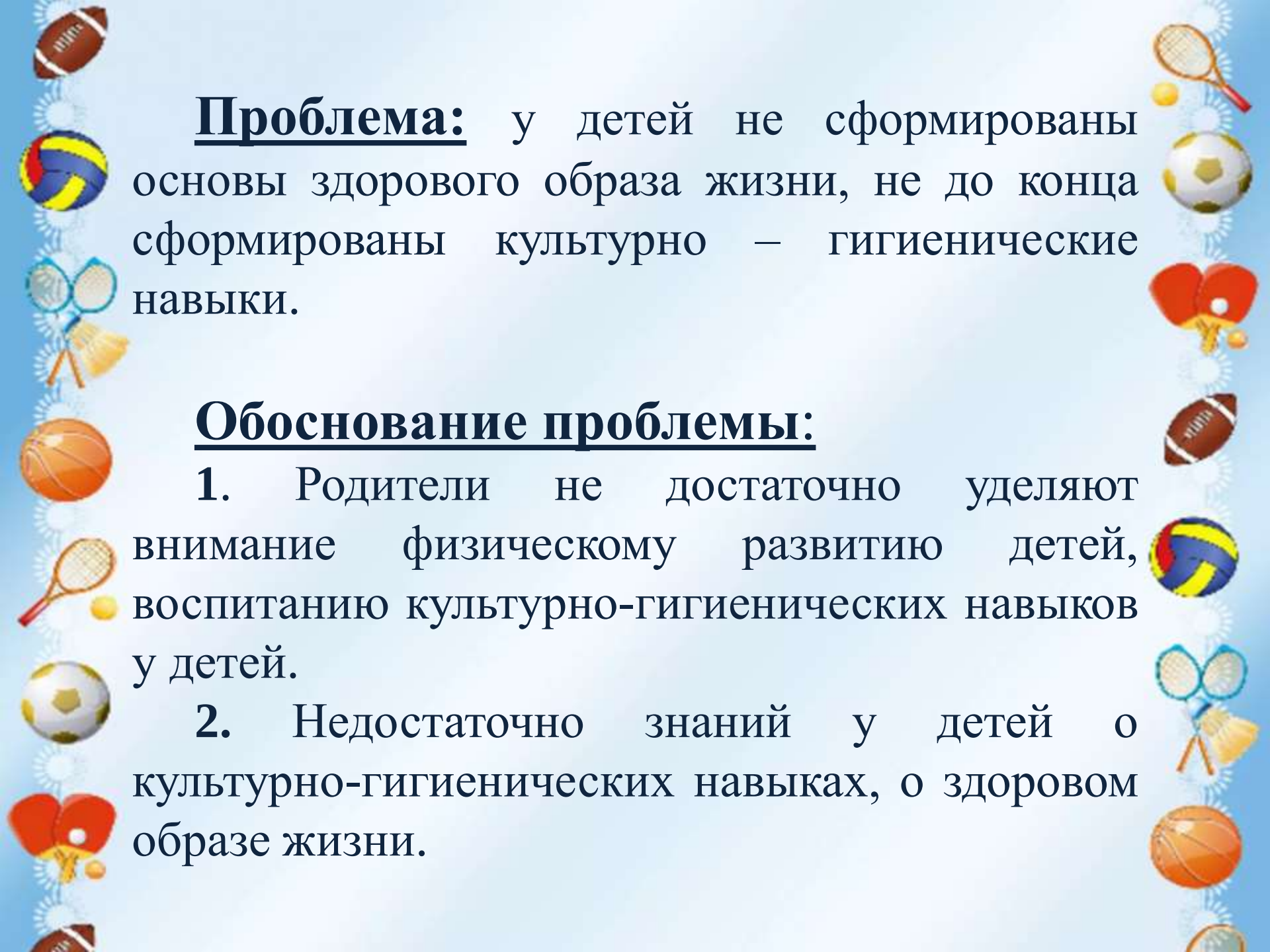


**Составили: Петухова Т.В. воспитатель,  
Трусова Д.Е. воспитатель**

**Актуальность:** В последние годы сложилась тревожная ситуация в отношении состояния здоровья детей-дошкольников.

Именно в этой возрастной категории наблюдается рост заболеваемости. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.





**Проблема:** у детей не сформированы основы здорового образа жизни, не до конца сформированы культурно – гигиенические навыки.

**Обоснование проблемы:**

1. Родители не достаточно уделяют внимание физическому развитию детей, воспитанию культурно-гигиенических навыков у детей.

2. Недостаточно знаний у детей о культурно-гигиенических навыках, о здоровом образе жизни.

**Тип проекта:** познавательно-оздоровительный.

**Цель проекта:** формирование у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**Задачи:**

- Способствовать формированию потребности здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью.
- Формировать привычки выполнения гигиенических требований.

**Продолжительность проекта:** 2 недели (с 11.02 по 25.02)



## Планируемый результат:

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.
- Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.
- Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здоровья.

# Этапы реализации проекта:

## Подготовительный:

1. Подборка методического и дидактического материала.
2. Подборка художественной литературы.
3. Оформление папок-передвижек, консультаций для родителей по теме проекта.
4. Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме проекта и атрибутов к ним.
5. Разработка анкеты для родителей: «Здоровый образ жизни в вашей семье»
6. Привлечение родителей к реализации проекта.



# **Формирующий:**

## **Ежедневная работа с детьми**

- Утренняя гимнастика.
- Артикуляционная, пальчиковая, дыхательная гимнастика
- Гимнастика пробуждения. Ходение по «Дорожке здоровья»
- Физкультминутки
- Закаливающие процедуры
- Воспитание культурно-гигиенических навыков.
- Воспитание культуры поведения за столом.

## **Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

- Беседы
- Дидактические игры
- Сюжетно-ролевые игры
- Трудовые поручения





## **Образовательная область «Физическая культура»**

- Подвижные игры в группе и на улице
- Физкультминутки, артикуляционные, пальчиковые, дыхательные гимнастики
- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Гимнастика пробуждения, хождение по «Дорожке здоровья»

## **Образовательная область «Познавательное развитие»**

- Экскурсия по детскому саду «Кто заботится о детях в детском саду».
- Ситуативные разговоры
- Дидактические игры
- Рассматривание «Алгоритма умывания» при КГН
- Рассматривание картинок «Предметы личной гигиены»
- Игры-лото «Здоровый малыш» «Овощи, фрукты и ягоды»
- Разрезные картинки «Способы закаливания»





## Образовательная область «Речевое развитие»

- Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах.
- Беседы: «Кто такие микробы и где они живут?» «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»
- Дидактические игры: «4-й лишний» (овощи, фрукты, ягоды, посуда, предметы личной гигиены)
- Рассматривание иллюстраций «Правила гигиены»
- Чтение: А.Барто «Девочка чумазная», К. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе», С.Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», И.Демьянова «Замарашка», Н.Павловой «Света любит шоколадки...», Т.Тониной «Мамин фартук».
- Проговаривание потешек во время КГН: «Водичка-водичка», «Мыли мылом ушки, мыли мылом ручки», «Давай-ка с тобой закаляться, холодной водой умываться!», «Носик, носик! Где ты, носик?», «Кран откройся! Нос, умойся!» «Доктор, доктор, как нам быть: уши мыть или не мыть?»



## **Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»**

- Аппликация «Витаминный компот».
- Рисование «Огурцы в банке».
- Рисование по трафарету овощей и фруктов (карандашами, фломастерами)
- Рассматривание иллюстраций к произведениям: «Мамин фартук», «Про девочку, которая плохо кушала», «Замарашка», «Света любит шоколадки...», «Девочка чумазая».

### **Работа с родителями**

- Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни в вашей семье»..
- Консультация «Как правильно одеть ребёнка на прогулку».
- Создание рубрики в родительском уголке «Если хочешь быть здоров»





## Итоговый

- Выставка рисунков «Мы со спортом крепко дружим»
- Выставка фотогазеты «Солнце, воздух и вода - наши верные друзья»

Отчетная информация на сайте ДОУ



## Заключение

- *Воспитательная ценность:* У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах, ухаживать за собой.
- *Познавательная ценность:* У детей и их родителей повысились знания о сохранении и укреплении здоровья, значимости здорового образа жизни. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях, о полезных продуктах питания.
- *Перспектива:* С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия по формированию культуры здоровья у детей, сохранению и укреплению их здоровья, и использование интегрированного подхода в этом направлении.



***Спасибо за внимание!***

