

Истомина Ольга Николаевна, воспитатель,
Резанова Елизавета Дмитриевна, воспитатель.

МАДОУ «№22 «Ласточка»,
г.Вологда, Вологодская область

ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ ПРОЕКТ
«БЫТЬ ЗДОРОВЫМ – ЭТО ПРО НАС!»
I МЛАДШАЯ ГРУППА

Проблема:

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать родителям и нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и взрослыми. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Актуальность:

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. А складывается оно из следующих факторов: правильное питание, культурно-гигиенические навыки, занятия спортом и прогулки на свежем воздухе.

Тип проекта: познавательно-игровой.

Цель: сформировать у детей первичные знания о здоровье, от чего оно зависит. Привлечь родителей к формированию и закреплению у детей навыков здорового образа жизни, повышения знаний о культуре здоровья.

Задачи:

1. Дать представление о здоровье, его значении, способах сохранения и укрепления;
2. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и развивать умение правильно пользоваться предметами личной гигиены.
3. Дать представление о полезных и вредных продуктах питания.
4. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.
5. Укрепить связи между детским садом и семьей, заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни ребёнка;
6. Дать представление родителям о значимости совместной оздоровительной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков личной гигиены.

Масштаб: краткосрочный , 2 недели.

Участники: дети первой младшей группы, воспитатели, родители.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование у детей следующих представлений:
 - что такое здоровье и как его сберечь;
 - что такое режим дня, гигиена;
 - о том, что есть полезные и неполезные продукты, какие они;
 - о витаминах, содержащихся в овощах и фруктах, необходимых для здоровья;
 - о значимости утренней зарядки, занятий спортом;
 - о зимних видах спорта (лыжный спорт, хоккей, фигурное катание).
2. Заинтересованность родителей в укреплении здоровья детей, осознание значимости в совместной оздоровительной деятельности с детьми.

Этапы работы:

1. Организационный: подбор демонстрационного и наглядного материалов, сбор методической и художественной литературы, предварительная беседа с родителями, проведение анкетирования.
2. Практический: проведение анкетирования среди родителей воспитанников «Моя здоровая семья»; проведение бесед с детьми, непосредственно-образовательной деятельности; рассматривание иллюстраций; знакомство со спортивным инвентарём; проведение утренних гимнастик, гимнастик после сна с использованием массажных дорожек; проведение спортивных занятий, подвижных игр на улице; воспитание культурно-гигиенических навыков, культуры поведения за столом.
3. Заключительный:
 - создание адвент-календаря недели здоровья и спорта,
 - разработка консультаций для родителей «Здоровье ребёнка в наших руках!», «Здоровье через спорт»,
 - фотоотчёт по работе с родителями «Здоровое питание и активный отдых».

Планирование и организация деятельности:

Организационный этап:

1. Беседа с детьми по данной теме.
2. Сбор материала: демонстрационного, методического, дидактических игр, художественной литературы.
3. Подбор материала для проведения ООД, бесед, сюжетно-ролевых игр с детьми.
4. Информирование родителей о реализации данного проекта, проведение анкетирования «Моя здоровая семья».

Практический этап:

1. Беседы: «В здоровом теле – здоровый дух», «Виды спорта», «Почему нужно мыть руки и чистить зубы», «Полезные и вредные продукты питания».
2. Рассматривание и обсуждение демонстрационных картинок на темы: - зимние виды спорта (хоккей, лыжный спорт, фигурное катание), знакомство со спортивным инвентарём данных видов спорта;
 - продукты питания (полезные и вредные);
 - зимние забавы на улице;
 - «хорошо – плохо» (культурно-гигиенические навыки);
 - зарядка, физкультура.
3. Проведение ООД по областям:
 - «Речевое развитие» - беседы с использованием демонстрационного материала;
 - «Физическое развитие» - утренние гимнастики, гимнастики после сна, занятия по физическому развитию, подвижные игры («Зайцы в домик», «Попади в цель», «Повтори движение», «Хоккей», «Кто выше», «Кто быстрее»);
 - «Художественно-эстетическое развитие» – ООД по рисованию «Вкусная и полезная морковка», ООД по лепке «Яблочки».

- «Познание» - ознакомление с понятием здоровье, важностью мытья рук и чистки зубов.

4. «Социально-коммуникативное развитие» - обучение правилам игр в совместной деятельности. Дидактические игры: «Две половинки», «Полезная и вредная еда», «Фрукты, овощи и ягоды». Сюжетно-ролевые игры: «Доктор», «Полезный завтрак».

5. Чтение художественной литературы: К.И.Чуковский «Мойдодыр», Н.Кончаловская «Про овощи», Ш.Галиев «Заяц на физзарядке», А. Барто «Купание», «Девочка чумакая», А. Анпилов «Зубки заболели».

6. Анкетирование родителей «Моя здоровая семья», беседы на тему правильного питания, семейный спорт и прогулки.

Заключительный этап:

1. Создание адвент-календаря недели здоровья и спорта.
2. Разработка консультаций для родителей «Здоровье ребёнка в наших руках!», «Здоровье через спорт», «Витамины в продуктах».
3. Фотоотчёт по работе с родителями «Здоровое питание и активный отдых».

Фотоприложения

1. Адвент-календарь «Неделя здоровья и спорта»



2. Рассматривание и обсуждение демонстрационных картинок на темы: - зимние виды спорта (хоккей, лыжный спорт, фигурное катание), знакомство со спортивным инвентарём данных видов спорта.



3. Дидактические игры: «Две половинки», «Полезная и вредная еда», «Фрукты, овощи и ягоды». Сюжетно-ролевые игры: «Доктор», «Полезный завтрак».



4. Гимнастики после сна, занятия по физическому развитию, подвижные игры «Зайцы в домик», «Попади в цель», «Хоккей».



5. Образовательная деятельность: рисование, лепка, речевое развитие «Полезные и вредные продукты», беседа о чистке зубов.



6. Работа с родителями: анкетирование, фотоколлажи

В анкетировании приняло участие 16 человек. По результатам опроса мы сделали следующие выводы: родители спортом не занимаются, утреннюю гимнастику делают 3 семьи из опрошенных, фаст-фуд употребляют раз в месяц 5 семей, остальные стараются избегать его. Рацион питания во всех семьях сбалансированный, соблюдается режим дня практически у всех, ежедневные прогулки с ребёнком длятся в течении 1,5 - 2 часов, вредные привычки у членов семьи присутствуют в 4 семьях из опрошенных. Вывод – семьи наших воспитанников стараются вести здоровый образ жизни и прививают это своим детям.

