



**Проект во второй младшей группе**

**«Мы за здоровье»**

**по формированию здорового образа жизни**

**Руководитель проекта: старший воспитатель высшей  
квалификационной категории Давыдова И.А.**

**Подготовила: Воспитатель первой квалификационной  
категории Питкина Е.Б.**

**Провели: воспитатель первой квалификационной  
категории Питкина Е.Б.**

**Воспитатель высшей квалификационной категории**

**Власова Т.К.**

**Вид проекта:** *информационно-творческий.*

**Тип проекта:** *познавательно – игровой*

**Сроки реализации:** *с 24 по 28 октября*

**Участники проекта:** *воспитатели, дети младшей группы, «Цветные ладошки», родители, специалисты ДОУ.*



**Девиз проекта:** *«Здоровый образ жизни – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость».*

### **Актуальность данной темы:**

В настоящее время идет постоянный поиск методов оздоровления детей в условиях детского сада. Основная цель – снижение заболеваемости детей. От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и которые им необходимы для эффективного обучения в дальнейшем. Для этого необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое развитие. Фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве. Необходимо так же вести постоянный поиск новых форм взаимодействия с семьей воспитанников. По ФГОС образовательная область «Физическая культура» решает вопросы культуры здоровья, основ здорового образа жизни, правил здоровьесберегающего поведения, что способствует формированию у ребёнка ценностного отношения к своему здоровью. В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

**Новизна:** заключается в интеграции валеологических знаний в различные виды детской деятельности, в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении различных форм работы с детьми, в создании инновационной здоровьесберегающей среды.



### **Проблема:**

Наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно-оздоровительной работы. Дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья и как его сохранить и укрепить.

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровые сберегающих технологий с учетом индивидуальных возможностей и способностей.

**Приоритетная образовательная область:** физическое развитие.

**Интеграция образовательных областей:** социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно – эстетическое развитие.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Дать представление о здоровом образе жизни.
2. Продолжать знакомить с правилами личной гигиены.
3. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

**Развивающие:**

1. Развивать культурно-гигиенические навыки у детей.
2. Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур.
3. Развивать у детей умения выполнять правильно гимнастики и упражнения.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни.
2. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.
3. Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным.
4. Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

### **Гипотеза:**

Мы предполагаем, что проект позволит нам:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой;
- повысить компетентность родителей в вопросах приобщения детей к ЗОЖ;
- снизить уровень заболеваемости;
- сформировать физические и интегративные качества;
- интегрировать содержание образовательных областей.

### **Принципы ФГОС дошкольного образования, реализуемые в проекте:**

- Гуманистический характер взаимодействия родителей, педагогов и детей.
- Уважение личности ребёнка, поддержка инициативы детей.
- Сотрудничество детей и взрослых.
- Сотрудничество с семьёй.
- Возрастные особенности.

### **Условия успешной реализации проекта:**

Проект будет успешно реализован, если будут созданы следующие условия:

- Разработаны мероприятия по проекту с учетом возрастных особенностей детей;
- Дети будут приобщены к здоровому образу жизни через физкультурные и оздоровительные мероприятия;
- Созданы условия деятельности в рамках проекта детей, родителей и педагогов;
- Осуществлено тесное взаимодействие между родителями и педагогами.

## **Формы работы по проекту:**

### ***работа с детьми***

- беседы;
- чтение художественной литературы и рассматривание иллюстраций;
- проведение НОД по теме проекта;
- художественное творчество: рисование, аппликация;
- конструирование;
- развлечение и досуг;
- проведение дидактических и подвижных игр.

### ***работа с родителями***

- вовлечь родителей в совместную деятельность по реализации проекта по приобщению детей к здоровому образу жизни;
- овладение родителями практическими умениями и навыками в обучении детей основам здорового образа жизни;
- подбор художественной литературы;
- выполнение творческих заданий;
- консультации, рекомендации, памятки.

### ***работа с педагогами***

***(старший воспитатель, учитель – логопед,  
музыкальный руководитель)***

- консультирование;
- составление совместного плана действий;
- разработка перспективного и календарного планов.

## **Предварительная работа:**

- подбор необходимого материала по теме проекта;
- подбор художественной литературы о здоровье, чистоте и гигиене;
- подбор дидактических игр;
- подготовка материала для игровой деятельности;
- обновление центра двигательной активности нестандартным оборудованием, сделанным руками родителей.



## Ожидаемые результаты:

В процессе реализации проекта

### **- дети:**

- укрепят и сохраняют своё здоровье;
- сформируется потребность в соблюдении навыков гигиены;
- сформируется представление о ценности здоровья и желание вести здоровый образ жизни;
- будет сформировано представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.

### **- педагоги:**

- установят партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединят усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
- создадут атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблемы друг друга;
- активизируют и обогатят воспитательные умения родителей, поддержат их уверенность в собственных педагогических возможностях.
- повысят теоретический и профессиональный уровень педагога: создадут предметно - развивающую среду, обеспечивающую эффективность оздоровительной работы.
- внедрение в работу оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников.

### **- родители:**

- получают необходимые знания по сохранению и укреплению здоровья детей;
- будет сформирован интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей.
- смогут понять, что здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие.

## **Формы и методы реализации проекта:**

### ***Формы:***

- Наблюдения;
- Беседы;
- Ситуативный разговор;
- ООД;
- Чтение художественной литературы;
- Рассматривание фотографий и иллюстраций;
- Подвижные и музыкальные игры;
- Гимнастики (утренние, дыхательные, после сна, массаж и самомассаж, пальчиковые, артикуляционные);
- Консультации(родителям)

### ***Методы:***

- *Словесные:* Беседа, чтение художественной литературы, рассказ воспитателя.
- *Наглядные:* Рассматривание фотографий и иллюстраций, книг, показ воспитателем упражнений, гимнастик.
- *Практические:* продуктивная деятельность, оздоровительная деятельность, музыкальная деятельность, исследовательская деятельность.
- *Игровые:* дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, сюжетно- ролевые игры.

## **Этапы реализации:**

### **1 этап - организационный:**

**Цель** - выявить отношение воспитанников и родителей к занятиям физкультурой и знания по сохранению и укреплению здоровья. Исходя из проблемы, проводится анкетирование и тестирование родителей, обсуждение целей и задач проекта с родителями, создание благоприятных условий, необходимых для реализации проекта.

### **2 этап – основной**

**Цель** – реализация мероприятий для решения поставленных задач.

Оформление родительского уголка, размещение информации, консультации, рекомендации по теме проекта.

Пополнение центра двигательной активности нестандартным оборудованием и другими атрибутами.

Пополнение материальной базы – оформление картотек, приобретение методической литературы по теме проекта.

Проведение тематических занятий, бесед, экспериментов, оздоровительных мероприятий.

### **3 этап –практический:**



**НОД ФЦКМ** – «Моё здоровье – моё богатство».

**НОД Развитие речи** – составление рассказов об овощах и фруктах.

**БЕСЕДЫ:** «О здоровом образе жизни», «Детям о чистоте и здоровье».

**Ситуативные разговоры:** «Правила гигиены», «Чтобы быть здоровым».

**ЧТЕНИЕ художественной литературы:**

- К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр».
- С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».
- А. Барто «Девочка чумазая», «Девочка ревушка».
- И. Демьянова «Замарашка».
- А. Крылов «Как лечили петуха».
- Г. Зайцев «Приятного аппетита».
- Е. Шкловский «Как лечили мишку».
- Стихотворение: «Что такое чистым быть?», «Я и солнышко».
- Потешки: «Водичка, водичка...», «Кран откройся! Нос, умойся!», «От водички, от водицы все улыбками искрится!».

**Экспериментально – исследовательская деятельность:**

- Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами.
- Определение вкуса овощей и фруктов.

**ХУДОЖЕСТВЕННО - ПРОДУКТИВНАЯ:**

- Рисование «Полосатые полотенца».
- Аппликация «Витамины в вазе».
- Конструирование из бумаги «Нам простуды не страшны».

**ИГРОВАЯ:**

- Сюжетные - ролевые игры: «Кукла Катя встречает и угощает гостей вкусными и полезными блюдами», «Медсестра измеряет больному температуру», «У куклы – дочка болит горло», «Мишка заболел, полечим его».
- Дидактические игры: «Оденем куклу на прогулку», «Азбука здоровья», «Сложи картинку», «Угадай на вкус», «Вымоем куклу», «Угадай – ка», «Поможем Мойдодыру», «Угадай по запаху», «Запомни и покажи», «Чем мы слушаем». «Что сначала, что потом».

**Музыкальная:**

**4 этап –заключительный:**

Цель – выявить изменения, проанализировать полученные результаты.

- Анкетирование родителей.
- Беседы с детьми.
- Анализ полученных результатов.



	<p><i>Физическая культура на улице – игровые задания – упражнения с бегом и прыжками.</i></p> <p><i>Осенние олимпийские игры «Весёлые старты» для детей и родителей.</i></p> <p><i>Подвижные игры: «Дети в лесу», «Догони меня», «Птички в гнёздышках». «Найди своё место», «Лохматый пес», «Наседка и цыплята», «Поезд», «Кто бросит дальше», «Обезьянки», «Листопад».</i></p> <p><b><u>Здоровье:</u></b></p> <p><i>Беседы : «О здоровом образе жизни», «Детям о чистоте и здоровье».</i></p> <p><i>Ситуативные разговоры: «Правила гигиены», «Чтобы быть здоровым».</i></p> <p><i>Дидактические игры: «Расскажем Карлсону, как надо правильно кушать», «Покажем Мишутке, как складывать вещи в раздевальном шкафчике», «Покажем Петрушке, как надо вытирать руки насухо».</i></p>	<p>25 октября</p> <p>9 ноября</p> <p>В течение всего проекта</p> <p>24 октября 26 октября</p> <p>В течение всего проекта</p>
<p><b>Социально – коммуникативное развитие</b></p>	<p><b><u>Безопасность:</u></b></p> <p>Рассказ воспитателя «Как надо одеваться, чтобы не болеть»; показ последовательности одевания.</p> <p>Дид. Игра «Покажем куклам, как правильно одеваться, чтобы не простудиться».</p> <p>Сюжетно ролевая игра «Семья» - Оденем куклу на прогулку.</p> <p>Рассказ воспитателя «Какие бывают машины», рассматривание иллюстраций.</p> <p>Дид. Игра «Найди и назови».</p> <p>Ситуативный разговор «Какой питомец живёт у тебя дома»</p>	<p>24 октября</p> <p>25 октября</p> <p>25 октября</p> <p>28 октября</p> <p>28 октября 24 октября</p>

	<p style="text-align: center;"><b><u>Социализация:</u></b></p> <p>Обучение, напоминание, словесные поручения к другим взрослым в пределах групповой комнаты; создание проблемных ситуаций.</p> <p>Дид. Игра «Учим Мишку обращаться с просьбой к воспитателю».</p> <p>Рассматривание иллюстраций об играх детей.</p> <p>Рассказ воспитателя «Умение делиться игрушками».</p> <p>Ситуативный разговор о доброжелательном отношении к товарищам.</p> <p><i>Сюжетно – ролевые игры:</i> «Кукла Катя встречает и угощает гостей вкусными и полезными блюдами», «Медсестра измеряет больному температуру», «У куклы – дочка болит горло», «Мишка заболел, полечим его».</p>	<p>В течение всего проекта</p> <p>26 октября</p> <p>27 октября</p> <p>27 октября</p> <p>25 октября</p> <p>В течение всего проекта</p>
<p><b>Познавательное развитие</b></p>	<p><b>ФЦКМ</b> «Моё здоровье – моё богатство».</p> <p><b>Экспериментально – исследовательская деятельность:</b></p> <p>«Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами», «Определение вкуса овощей и фруктов».</p> <p><b>Природа:</b> сбор осенних листьев, семян многолетних цветов; ситуативные разговоры о животных и птицах; постройки из песка.</p> <p>Дид. Игры: «Подбери лист», «Найди такой же».</p> <p>Чтение потешек «Дождик, дождик полно лить...», «Котя, котя, коток...».</p> <p><b>ФЭМП</b> «Столько, сколько, поровну» № 8 стр.28 Новикова</p> <p><b>Сенсорное развитие:</b></p> <p>Игры «Бабочки и цветы»,</p>	<p>24 октября</p> <p>28 октября</p> <p>26 октября</p> <p>В течение всего проекта</p> <p>25 октября</p> <p>В течение</p>

	<p>«Отгадай», «Чудесный мешочек», «Догадайся, что я вижу», «Найди такую же фигуру».</p> <p><b>Конструирование из строительного материала:</b> Игры «Домики и заборчики», «Башенки», «Мебель для кукол».</p> <p><b>Дидактические игры:</b> «Оденем куклу на прогулку», «Азбука здоровья», «Сложи картинку», «Угадай на вкус», «Вымоем куклу», «Угадай – ка», «Поможем Мойдодыру», «Угадай по запаху», «Запомни и покажи», «Чем мы слушаем». «Что сначала, что потом».</p>	<p>всего проекта</p> <p>В течение всего проекта</p> <p>В течение всего проекта</p>
Речевое развитие	<p><b>Коммуникация</b></p> <p>ООД «Составление рассказов об овощах и фруктах» (стр.35 Голицына).</p> <p><i>Речевая игра</i> «Строим дом».</p> <p><i>Артикуляционная гимнастика</i> «Маляр», «Барабанщик».</p> <p><b>Речевое общение со взрослым, расширение словарного запаса:</b> беседы, ситуативные разговоры, рассказы воспитателя.</p> <p><b>Формирование грамматически правильной диалогической и монологической речи:</b> игры «Лесенка», «Подскажи словечко».</p> <p><b>Звуковая культура речи:</b> «Отзовись, не зевай!», «Раз, два, три – говори»,</p>	<p>26 октября</p> <p>В течение всего проекта</p> <p>В течение всего проекта</p>
<b>Художественно – эстетическое развитие</b>	<p><b>Художественная литература:</b> К. Чуковский «<i>Доктор Айболит</i>», «<i>Мойдодыр</i>». С. Михалков «<i>Про девочку которая плохо кушала</i>». А. Барто «<i>Девочка чумазая</i>», «<i>Девочка ревушка</i>».</p>	<p>В течение всего проекта</p>

И. Демьянова «Замарашка». А.Крылов «Как лечили петуха». Г.Зайцев «Приятного аппетита». Е.Шкловский «Как лечили мишку». <u>Стихотворение</u> : «Что такое чистым быть?», «Я и солнышко». Заучивание <u>потешки</u> : «Водичка, водичка...» Рассказывание: Л.Зильберг «Полезные продукты». <b>Художественное творчество:</b> ООД «Полосатые полотенца» (стр. 62 Лыкова). ООД «Витамины в вазе» (стр. 38 Комарова). ООД «Нам простуды не страшны» (конспект). <i>Театрализованные игры:</i> «Таблетки растут на ветке, таблетки растут на грядке» (конспект). <i>Досуг</i> «Мы болеть не будем» (стр.81 Голицына) Просмотр мультфильма «Смешарики»: серии «Скажи микробам нет», «Если хочешь быть здоров».	28 октября 25 октября 27 октября 27 октября 26 октября 24 октября 27 октября
---	--

**Выводы:** Организация такой формы работы, хоть и требует большой предварительной работы, но она оказывает положительное комплексное влияние на формирование личности ребёнка, улучшает взаимоотношения в семье, коллективе группы, дошкольного учреждения, повышает интерес детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом. Позволяет отобрать самое необходимое содержание, не перегружая воспитанников.

Благодаря реализации проекта «Мы за здоровье», основными результатами стали:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой;
- повышение компетентности родителей в вопросах приобщения детей к ЗОЖ;
- снижение уровня заболеваемости;

- сформированность физических и интегративных качеств;
- интеграция образовательных областей.

## ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ-



## ЗДОРОВАЯ СТРАНА!

**Перспектива:** С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.