

Проект по теме:

«ЗДОРОВ (II младшая группа)

Выполнила:

воспитатель группы № 5

Яценко Д.А.

Малец О.В.



г.Барнаул

ПАСПОРТ ПРОЕКТА:

1. Тема: «Здоровый образ жизни»
2. Автор проекта: воспитатель группы № 5 МБДОУ «Детский сад № 200» города Барнаула Яценко Дарья Алимовна; Малец Ольга Валерьевна
3. Вид проекта: познавательно-игровой
- по характеру координации: открытый
- по количеству участников: групповой
4. Участники проекта: дети второй младшей группы, воспитатели группы № 5, родители воспитанников
5. Срок проекта: краткосрочный – 1 (один) месяц

ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЕКТА ПО ПРЕДЛОЖЕННОЙ ТЕМЕ

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации. Особенно это заметно по статистике заболеваемости дошкольников на Крайнем Севере – в регионе с суровым климатом. И если современные стандарты образования обязывают педагогов более тщательно и активно участвовать в области здоровьесбережения детей, то родители воспитанников ДОУ часто игнорируют советы воспитателей, предпочитая более легкий путь в этом направлении. Вместо систематического закаливания, бесед о пользе свежего воздуха и подвижных игр, четкого соблюдения режима дня и режима питания сердобольные мамы и бабушки «кормят» малышей синтетическими лекарственными препаратами, которые согласно рекламе «помогают восстанавливать жизненные силы организма».

Формирование же отношения ребенка к здоровому образу жизни немислимо без активного участия в этом процессе не только педагогов и всего персонала детского сада, но и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. При профессиональном подходе к вопросам здоровьесбережения у каждого ребенка укрепляется желание

быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой помещения, а также соблюдать правила гигиены.

Таким образом, одна из главных задач воспитательно-образовательного процесса на сегодняшний день – помочь малышам и их родителям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье. Кроме того, особенно остро встает вопрос здоровья в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов в воспитательно-оздоровительной работе.

АННОТАЦИЯ ПРОЕКТА

Я разработала этот проект с целью сохранения и укрепления здоровья детей, формирования у них привычки к здоровому образу жизни.

В течение месяца с детьми второй младшей группы проводились тематические беседы о здоровом образе жизни, о том, что такое закаливание, как влияет свежий воздух на хороший аппетит и крепкий сон и т. д.

Во время ознакомления с художественной литературой обращалось внимание ребят на то, как писатели и поэты воспевают здоровый образ жизни. Разучивались народные песенки и прибаутки о здоровье человека.

В непосредственной образовательной деятельности детям предлагалось поиграть в подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры, затрагивающие вопросы здоровья человека.

В течение реализации проекта проводилась работа по закаливанию ребят:

умывание контрастной водой, хождение босиком по коврикам-массажёрам, проведение подвижных игр на свежем воздухе.

Совместно с родителями были оформлены выставки детских рисунков, аппликаций, творческих работ в технике пластилинографии. Кроме этого, для родителей проводились специальные консультации по формированию здорового образа жизни детей младшего возраста, оформлялся наглядный материал в родительском уголке о значении режима и здорового питания для детей.

I ЭТАП: РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА

Цель проекта:

- сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;
- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;
- создавать условия для благотворного физического развития детей;
- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Предполагаемые результаты проекта:

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы;
- Создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;
- Активное вовлечение родителей в физкультурно-оздоровительную работу ДОУ;
- Использование разнообразных форм взаимодействия с родителями

с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.

Сбор информации: проведение первичного опроса детей и родителей.

Перед проведением проекта проводился опрос воспитанников 2-ой младшей группы для выявления знаний детей о здоровом образе жизни. По окончании проекта проводился повторный (итоговый) опрос для анализа результатов.

Кроме этого, перед проведением проекта проводилось анкетирование родителей по вопросам здорового образа жизни ребенка. По результатам анализа проведенного опроса выстраивалась работа с родителями: разрабатывались консультации (как групповые, так и индивидуальные), содержание родительских собраний, планировалась работа совместной деятельности с воспитателями.

Опрос детей проводился по методу «Модель трех вопросов»:

<i>Что мы знаем об этом?</i>	<i>Что мы хотим узнать?</i>	<i>Как мы можем узнать?</i>
<p>- Дети в группе часто болеют. Почему?</p> <p>Ответы детей:</p> <p>Дима: - Чтобы не болеть, надо много двигаться.</p> <p>Ваня: - Потому, что я плохо кушаю.</p> <p>Ира: - Не люблю купаться, умываться.</p> <p>Аделина: - Мама не разрешает ходить босиком.</p> <p>Даша: - Бабушка старенькая,</p>	<p>Зачем мыть руки с мылом?</p> <p>Зачем ходить босиком по коврикам-массажерам?</p> <p>Почему зарядка бывает разная?</p> <p>Для чего нужно закаляться?</p> <p>Почему люди болеют?</p>	<p>- художественная литература (стихи, потешки, книги, загадки);</p> <p>- наблюдения;</p> <p>- прогулки;</p> <p>- подвижные игры;</p> <p>- дидактические игры;</p> <p>- закаливание;</p> <p>- утренняя гимнастика;</p> <p>- спортивные праздники, развлечения;</p> <p>- физкультминутки;</p> <p>- рекомендации родителям.</p>

поэтому болеет.		
-----------------	--	--

По проведенному опросу я сделала следующий вывод: дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни»; они не осознают значимость и ценность здоровья и не знают, как его сохранить и укрепить.

Опрос родителей проводился методом анкетирования. Вопросы анкеты разрабатывались мной таким образом, чтобы охватить мнение родителей по всем составляющим понятия «здоровый образ жизни» (см. Приложение 1).

По проведенному опросу среди родителей я сделала следующий вывод: многие родители не совсем понимают, что такое здоровый образ жизни; у них отсутствует представление о комплексном характере данного понятия. Родители воспитанников искренне убеждены в том, что они могут поддержать здоровье ребенка с помощью использования синтетических лекарственных препаратов, либо с помощью народных методов лечения во время течения болезни. Практически никто из родителей не использует в быту неагрессивные способы закаливания своего малыша.

Исходя из сделанных выводов, я наметила план работы над проектом:

1. Сбор информации: подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины), знакомство с методической литературой по вопросам здоровьесбережения.
2. Работа с детьми: упражнения, игры, чтение стихов и загадок; проведение бесед по темам «Полезно – не полезно», «Плохо – хорошо», «Чистота и здоровье», «Личная гигиена», «О здоровой пище», «Кто спортом занимается».
3. Закаливающие процедуры: бодрящая гимнастика, пребывание на свежем воздухе, умывание контрастной водой, воздушные ванны, хождение по коврикам-массажерам.
4. Совместная и самостоятельная деятельность: физкультурный уголок «Мы хотим быть здоровыми!», совместные дидактические игры, спортивные

упражнения на все виды мышц, самостоятельная двигательная активность детей, творческая работа в технике пластилинографии «Наши фруктовые друзья».

5. Работа с родителями: выставка познавательной литературы по физическому развитию детей и укреплению здоровья детского организма, консультации по темам «Для чего нужны коврики-массажеры», «О соблюдении детского режима», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Игра в жизни ребенка», «Занимайся гимнастикой по утрам», оформление видеofilmа (презентации) «Здоровый образ жизни» (см. Приложение 2).

II ЭТАП: ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

1. Тематические беседы с детьми:

- «Как можно заботиться о своем здоровье».
- «Чистота и здоровье».
- «Полезно – не полезно».
- «Как надо закаляться».
- «Личная гигиена».
- «О здоровой пище».

2. Ознакомление с литературой:

Чтение	Сроки
К. Чуковский «Доктор Айболит», стихотворения о здоровье	1 неделя
А. Барто «Девочка чумахая»	2 неделя
З. Александрова «Купание», К. Чуковский «Мойдодыр»	3 неделя
Г. Зайцев «Дружи с водой», загадки и пословицы о здоровом образе жизни	4 неделя

3. Интегрированная образовательная деятельность:

	Тема, цель	Сроки
1	«Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: <i>дать знания о значимости зарядки для здоровья детского организма, заинтересовать детей выполнением упражнений, вызвать положительные эмоции.</i>	1-ая неделя проведения проекта
2	«Добрый доктор Айболит в гостях у детей» Цель: <i>продолжать формировать представление детей о здоровом образе жизни. Напомнить детям, что болеть – плохо и что нужно делать, чтобы не болеть. Расширять представление детей о полезных витаминах.</i>	2-ая неделя проведения проекта
3	«Кукла купается!» Цель: <i>закреплять знания детей о личной гигиене с использованием туалетных принадлежностей, способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни.</i>	3-я неделя проведения проекта
4	«Дружим с водой» Цель: <i>познакомить со смысловым значением закаливания, как процедуры, укрепляющей здоровье, повышение интереса к оздоровлению детского организма. Вода – залог чистоты и здоровья.</i>	4-ая неделя проведения проекта

4. Игровая деятельность:

	Название игры, цель	Сроки
1	Подвижная игра «Солнышко и дождик» Цель: <i>развивать двигательную активность детей.</i>	1 неделя
2	«Озорной мяч» Цель: <i>выполнять подскоки в своем темпе и ритме.</i>	
3	«Воробышки и автомобиль» Цель: <i>закрепление бега в разных направлениях.</i>	
4	Дидактические и развивающие игры «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи» Цель: <i>развивать представление детей о вкусной и полезной еде.</i>	2 неделя
5	«Кошки - мышки» Цель: <i>бегать в определенном направлении не толкая друг друга, ходить на носках.</i>	
6	Подвижная игра «Кошечка» Цель: <i>развитие навыка ползания, укрепление мышц туловища, рук и ног.</i>	3 неделя

7	«Маленькие ножки бегут по дорожке» Цель: бегать быстро – медленно, реагировать на сигнал	
8	«Волшебный лес» – комплекс подвижных игр, основанных на подражательных движениях различным животным: медведю, зайцу, лисичке, собачке, кошке и пр. Цель: упражнять детей в беге, ходьбе, ползать на четвереньках, сохранять равновесие, прыгать на двух ногах на месте, формировать качество личности.	В течение месяца
9	«Развитие движения у детей раннего возраста» Цель: закрепление основных видов движения, воспитывать положительные эмоции, формировать умение правильной осанки.	
10	«В стране здоровья» Цель: формировать сознательное отношение к здоровью, учить заботиться о своем здоровье, вызвать эмоциональный настрой.	

Алгоритмы проведения подвижных игр проекта описаны в Приложении 3.

5. Самостоятельная и совместная художественно-продуктивная деятельность:

- Рисование карандашами, фломастерами овощей и фруктов.
- Творческая работа в технике пластилинографии «Наши фруктовые друзья».
- Игры с водой на улице (при благоприятных погодных условиях) и в группе.
- Закаливающие мероприятия: умывание контрастной водой, воздушные ванны, хождение босиком по коврикам-массажерам.
- Прогулки и подвижные игры на свежем воздухе.

7. Наблюдения, экскурсии:

- Наблюдение за играми старших детей на прогулке. Цель: воспитание добрых отношений друг к другу, развивать предпосылки детей к играм разного вида: бегать, прыгать, бросать и ловить мяч, подлезать, лазать.
- Экскурсия в спортивный зал детского сада: беседа с инструктором по

физическому воспитанию, знакомство со спортивным инвентарем.

III ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПРОЕКТА

Проведение итогового опроса детей:

Опрос проводился по методу «Модель трех вопросов»:

<i>Что вы узнали, что раньше не знали?</i>	<i>Что вас удивило?</i>	<i>Что понравилось больше всего?</i>
<ul style="list-style-type: none">- Нужно заниматься гимнастикой, чтобы не болеть.- Чаше мыть руки.- Что такое здоровье.- Вредные привычки: что это такое (грызть ногти, ковырять в носу, сосать пальчик).- Как можно закаляться.- О витаминах.	<p>Ваня:</p> <ul style="list-style-type: none">- Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. <p>Лена:</p> <ul style="list-style-type: none">- Что такое «тропа здоровья». <p>Дима:</p> <ul style="list-style-type: none">- как принимать воздушные ванны. <p>Ярослав:</p> <ul style="list-style-type: none">-Нужно пользоваться зубной щеткой.	<ul style="list-style-type: none">- Играть в подвижные игры.- рисовать, лепить, отгадывать загадки.- Фотографироваться.- Играть с водой.

Проведение итогового собрания с родителями:

Проведение итогового собрания с родителями по теме «Что дал проект «Здоровый образ жизни» моему ребенку» осуществлялось в форме круглого стола. Я рассказала родителям воспитанников о методах реализации проекта, остановилась на каждом конкретном ребенке (с какими трудностями мы столкнулись в течение прошедшего месяца, каких результатов добились). Показала так же короткий видеофильм «Здоровый образ жизни» с использованием фотографий детей в разных режимных моментах. Некоторые из родителей выступили с небольшими докладами по

теме собрания.

В ходе проведения проекта «Здоровый образ жизни» были получены следующие результаты:

1. У детей второй младшей группы появился интерес и желание выполнять различные упражнения.
2. Дети с удовольствием принимают воздушные ванны, ходят босиком по коврикам-массажерам, испытывая при этом удовольствие, играют с водой.
3. Дети самостоятельно проявляют инициативу к движению: бегают, прыгают, играют с мячом, ползают, лазают не только в группе, но и на улице.
4. Резко снизились показатели заболеваемости детей.

Воспитательная ценность проекта:

1. У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах.

Познавательная ценность проекта:

1. У детей повысились знания о значимости образа жизни.
2. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях.

Перспектива проектной деятельности в данном направлении:

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу по указанной теме через создание и реализацию новых совместных с родителями проектов с использованием интегрированного подхода в этом направлении.





Нужно вставить фото детей когда они умываются, и после сна