

Управление образования администрации муниципального образования городского округа
«Усинск».

(Управление образования АМО ГО «Усинск»)

«Усинск» кар кытшын муниципальной юкӧнлӧн администрацияса йӧзӧс велӧдӧмӧн
веськӧдланін

(«Усинск» КК МЮА йӧзӧс велӧдан веськӧдланін)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида № 8» г. Усинска.

(МБДОУ «ДС ОВ № 8» г. Усинска)

«Челядьӧс сӧвмӧдан 8 №-а видзанін» школаӧдз велӧдан Усинск карса муниципальной
сьӧмкуд учреждение.

«ЧС 8 №-а В» ШВ Усинск карса МСУ.

ПРОЕКТ «В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ – ЗДОРОВЫЙ ДУХ!»

Автор - составитель:

Шатрова Нина Дмитриевна

воспитатель МБДОУ «ДС ОВ №8» г. Усинска,

город Усинск

2022 год

ПАСПОРТ ПРОЕКТА:

« Я не боюсь ещё и ещё раз повторить
Забота о здоровье - это важнейший труд
Воспитателя, от жизнерадостности,
Бодрости детей зависит их духовная жизнь,
Мировоззрение, умственное развитие,
Прочность знаний, вера в свои силы»
В.А.Сухомлинский.

Вид проекта: познавательный – оздоровительный.

Тип проекта: долгосрочный.(9мес.)

Возраст детей: 2 – 3 года.

По числу участников: групповой.

Участники проекта: дети, родители, воспитатели, музыкальный руководитель, педагог – психолог.

Актуальность:

«Береги здоровье смолоду!» — гласит народная пословица. Здоровье – одна из главных ценностей в жизни. Ведь здоровье рассматривается, как гармоничное состояние организма (физическое, психическое, социальное — благополучие), которое позволяет человеку быть активным в своей жизни.

Занятия физической культурой уже в младшем возрасте не только положительно влияют на здоровье ребенка в будущем, но и дисциплинируют его, закаляют характер, учат быть ответственным, смелым и сильным не только телом, но и духом.

Следует отметить, что формирование у детей привычек и навыков к здоровому образу жизни невозможно без активного вовлечения родителей в процесс воспитания ребёнка.

Цель проекта: формирование у дошкольников основ здорового образа жизни; осознанного выполнения элементарных правил здоровьесбережения, путем практического применения в разных видах детской деятельности.

Задачи проекта:

1. Развивать интерес к сохранению и укреплению своего здоровья.
2. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни.
3. Прививать любовь к физическим упражнениям, двигательной активности, закаливанию.
4. Воспитывать культурно – гигиенические навыки.
5. Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

Мотивация:

Поступая в детский сад, многие дети часто болеют, имеют низкий уровень в физическом развитии: нарушение осанки, излишний вес, задержки в развитии быстроты, ловкости, координации движений.

Этапы проекта:

- Подготовительный этап;
- Технологический этап;
- Рефлексивный этап.

I этап – Подготовительный:

- подобрать методическую и художественную литературу (стихи, пословицы), иллюстрированный материал по данной теме;
- составить перспективный план мероприятий;
- подобрать материалы, игрушки, атрибуты для игровой деятельности;
- подобрать материалы для продуктивной деятельности.

II этап – Технологический:

Познавательное направление:

- наблюдение за старшими детьми на физкультурных занятиях;
- наблюдения за подвижными играми старших детей;
- Занятие «Чудо овощи»;
- рассматривание иллюстраций, фотографий различных видов спорта;
- рассматривание олимпийской символики;
- рассматривание спортивного инвентаря;
- занятие «Если хочешь быть здоров!», «Чудо овощи», «В гостях у зайки», «Прогулка с зайчиком», «Волшебница – вода», «В гостях у Мойдодыра»;
- занятие «Купание куклы Насти», «Научим зайчика делать зарядку»;
- просмотр мультфильма «Умываются мышата», «Королева зубная щётка», «Доктор Айболит», «Девочка чумакая», «Мойдодыр».

Социально – коммуникативное направление:

- сюжетно - ролевые игры: «Больница»; «Овощи и фрукты»;
- «Кукла Катя заболела»; «Кукла Катя идёт за витаминами»; «Прогулка в детском саду»;
- «Кукла Катя в детском саду»; «Купание куклы Кати».
- игры-драматизации: «Репка», «Девочка чумакая»;
- дидактические игры: «Найди пару»; «Парные картинки»;
- «Чего не стало»; «Собери из частей целое»; «Угадай на ощупь»; «Узнай на вкус»; «Чудесный мешочек»; «Угадай на ощупь»; «Угадай на вкус».
- трудовые поручения: стирка кукольного белья, носовых платочков; мытьё мячиков; - посадка лука;
- пальчиковые игры: «Лиса», «Солнышко», «Гусь», «Летели утки» и др.

Речевое направление:

- чтение К.И. Чуковский «Мойдодыр»;
- чтение К.И. Чуковский «Айболит»
- чтение К.И. Чуковский «Федорино горе»
- чтение А. Барто «Девочка чумакая»
- заучивание потешки «Водичка, водичка », стихотворения Л. Митронова «Вышли на зарядку»;
- чтение русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки»;
- чтение " А. Кутуфин «Вовкина победа"
- чтение Ю. Тувим: «Овощи»
- заучивание пословиц и поговорок о здоровье
- диалог между педагогом и ребёнком: «Как быть здоровым?»
- полилог между педагогом и группой детей: «Полезные овощи и фрукты»
- полилог между педагогом и группой детей: «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу».

Художественно – эстетическое направление:

- прослушивание песен: «Зайцы делают зарядку»; «Весёлая зарядка»;
- прослушивание марша В. Алференко «На зарядку»;
- лепка: «Витамины»; «Морковь», «Мяч», «Гантеля»
- раскрашивание овощей и фруктов, флажков;
- аппликация: «Лук», «Лыжи», «Овощи», «Фрукты»;
- рисование красками: «Мяч»; «Ягоды», «Обруч».

Физическое направление (здоровьесбережение):

- Подвижные игры: «У медведя во бору»; «Воробушки и автомобиль»;
- «Самолёты»; «Поезд»; «Лохматый пёс»; «Карусели»; «Пузырь»; «Беги ко мне»; «Догони меня»; «По ровненькой дорожке»; «Куручка хохлатка»; «Делай, как я»; «Кот и мыши»;
- «Птички в гнёздышках»; «Куры в огороде»;
- «Вороны»; «Мой весёлый звонкий мяч»; «Жуки»; «Зайка серый умывается»;
- «Зайка беленький сидит»; «Делай как я»;
- Дни здоровья (ежеквартально);

- Утренняя гимнастика (ежедневно);
- Физкультурные занятия (2 занятия в неделю);
- Ежедневные прогулки;
- Физминутки;
- Индивидуальная работа с детьми.

Взаимодействие с родителями:

- совместно с родителями изготовление рулей для сюжетно – ролевых игр, мячей, гантелей, кольцоброссов, массажных дорожек, ортопедических ковриков и других пособий для физического развития детей;
- проведение Дня открытых дверей с показом занятия по физическому развитию;
- анкетирование «Физическое воспитание в семье»»;
- консультации для родителей: «Культурно-гигиенические навыки у детей младшего возраста», «Режим дня», «Возрастные особенности детей младшего возраста», «Прогулки на свежем воздухе», «Закаливание детей в дошкольном возрасте», «Семь условий здорового ребенка», «Лук и чеснок рядом идут», «Фитонциды»; «Спорт в жизни людей», «Роль семьи в физическом воспитании ребенка», «Зачем заниматься физкультурой?»;
- участие родителей в родительском собрании «Роль семьи в благополучии ребенка» с просмотром видеофильма;
- индивидуальные беседы с родителями: «Значимость двигательной активности для детей»;
- тренинг педагога-психолога для родителей «Эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста»;
- консультация педагога-психолога с экскурсией «Сенсорная комната в детском саду».

III этап - Рефлексивный

- спортивное развлечение «Весёлое путешествие»;
- картотека народных рецептов: «Бабушкины рецепты»;
- итоговый видеофильм «В здоровом теле – здоровый дух!».

Ожидаемые результаты:

- снижение уровня заболеваемости детей;
- повышение уровня физической подготовленности воспитанников;
- формирование у воспитанников осознанной потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических и нравственных качеств детей, двигательной активности, расширение кругозора, сохранение и укрепление здоровья;
- повышение активности родителей в совместной деятельности всех участников образовательного процесса.

Литература:

1. Харченко Т. Е. «Бодрящая гимнастика для дошкольников» Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2011 г.
2. Михайленко Н. Я., Короткова Н. А. «Организация сюжетной игры в детском саду» Изд.: Москва Линка – Пресс 2009 г.
3. Иванова Н. В., Кривовицына О. Б. «Социальная адаптация малышей в ДОУ» Изд.: Москва Творческий центр «Сфера» 2011 г.
4. Нищева Н. В. «Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2010 г.
5. Черенкова Е. Ф. «Развивающие игры с пальчиками». Изд.: Москва Рипол Классик Дом 21 век 2010 г.
6. Гурец И. И. «Прогулки в детском саду».
7. Интернет-ресурсы:
<http://tmndetsady.ru/metodicheskiy kabinet/proektnayaeyatelnost/news5891.html>