(cc) BY

Юрина Елена Александровна
воспитатель
Старожитник Алина Александровна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №1»
г. Белгород, Белгородская область

ПРОЕКТ ВО ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЕ «БЫТЬ ЗДОРОВЫМ ЗДОРОВО!»

Аннотация*: в статье представлен проект, направленный на формирование навыков здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.*

Ключевые слова*: проект, здоровье, младший дошкольный возраст.*

Актуальность проблемы

Здоровье всегда было и будет самой большой ценностью для человечества. 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. К сожалению, в России здоровый образ жизни не занимает пока первое место в шкале потребностей и ценностей человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми. Таким образом, проблема формирования у дошкольников культуры здоровья очень актуальна и важна. От её решения зависит будущее нации и государства.

Цель проекта: формирование навыков здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи проекта:

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

1) формировать понимание необходимости заботиться о своём здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;

2) прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;

3) активизировать участия родителей в воспитательно-образовательном процессе, повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

Вид проекта: познавательно-игровой.

Участники проекта: воспитатели, дети, родители.

Продолжительность проекта: краткосрочный (1 неделя).

Этапы реализации проекта

Подготовительный этап:

1. Разработка плана по реализации проекта «Быть здоровым здорово».

2. Разработка консультаций для родителей по данной теме.

3. Подбор наглядно-иллюстративного материала.

4. Изучение соответствующей методической литературы.

5. Подготовка материала для продуктивной деятельности.

Основной этап:

1. Реализация плана проекта «Быть здоровым, здорово».

2. Беседы с родителями по созданию альбомов «Мы за здоровый образ жизни».

Ежедневная работа с детьми:

Утренняя гимнастика.

Гимнастика после сна.

Закаливающие процедуры.

Оздоровительные минутки: пальчиковые игры, динамические паузы.

Воспитание культурно-гигиенических навыков.

Воспитание культуры поведения за столом.

Таблица

План реализации проекта

Направление	*Содержание*	*Форма работы*

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Работа с детьми	«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу», «Пища должна быть разнообразной» «Овощи и фрукты» – лепка «Полезно – вредно», «Узнай и назови овощи» С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», Н. Павлова «Света любит шоколадку» «Продукты питания» «Пузырики» «Повторяй движения и слова» «Огуречик, огуречик…»	Беседы НОД Дидактические игры Чтение художественной литературы Рассматривание альбома Дыхательная гимнастика Малоподвижная игра Подвижная игра
	«Мы – чистюли» К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая», И. Саксонская «Чистим зубы». «Покажем кукле Маше как мы умеем умываться и вытирать руки полотенцем» «Насосик» «Самолёты»	Игра-имитация Чтение художественной литературы Дидактическое упражнение Дыхательная гимнастика Подвижная игра
	«Здоровье в порядке-спасибо зарядке», «Почему нужно много двигаться» «Мой весёлый звонкий мяч» – рисование П. Синявский «Зарядка», С. Шукшина «Мы, весёлые ребята» «Покажем кукле Маше как делаем утреннюю зарядку и зарядку после дневного сна» «Виды спорта» «Вырасти большой» «Мой весёлый, звонкий мяч»	Беседы НОД Чтение художественной литературы Дидактическое упражнение Рассматривание альбома Дыхательная гимнастика Подвижная игра
	«Закаляйся, если хочешь быть здоров» «Больница» «Айболит в гостях у детей» Весёлая пчёлка» «Передай мяч» «Карусели», «Догони меня»	Беседа Сюжетно-ролевая игра Игровая ситуация Дыхательная гимнастика Малоподвижная игра Подвижные игры
	«Наши куклы – врачи»- речевое развитие «Труд инструктора по физической культуре» «Трубач» «Скок-скок, угадай, чей голосок»	НОД Наблюдение на прогулке Дыхательная гимнастика Малоподвижная игра
	Брось дальше», «Поймай мяч», «Подбрось повыше», «Брось через веревку», Целься верней»	Физические упражнения
Работа с родителями	Как прививать детям культурно-гигиенические навыки, Здоровье ребёнка в ваших руках, Закаливание детей в дошкольном возрасте	Консультации для родителей

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

	Режим дня и его значение для здоровья ребёнка, Влияние пальчиковых игр на здоровья детей, Роль дыхательной гимнастики в оздоровлении детей	Буклеты
	Чтение литературных произведений, разучивание стихотворений про здоровье	В кругу семьи
	Совместная работа с ребёнком по созданию альбома «Мы за здоровый образ жизни»	Практическое действие родителей и ребёнка

Заключительный этап:

1. Анализ работы по проекту. Подведение итогов работы.

2. Создание альбомов «Мы за здоровый образ жизни».

Итоги реализации проекта:

Таким образом, в результате проделанной работы:

1. У детей сформированы навыки ЗОЖ.

2. Созданы альбомы «Мы за здоровый образ жизни».

Список литературы

1. Вареник Е.Н. Утренняя гимнастика в детском саду – М.: Сфера, 2009. – 128 с.

2. Игры и развлечения детей на воздухе / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1983. – 224 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)