

*МАДОУ «Детский сад №86 общеразвивающего вида г. Сыктывкара.
Воспитатель, Крылова Наталья Николаевна
Воспитатель, Опарина Любахон Яркунбаевна
г. Сыктывкар, 2024*

**Проект по здоровьесбережению
Во второй младшей группе
«Растем здоровыми»**

Паспорт проекта

Тип или вид проекта	По методу - информационно-практико-ориентированный По количеству участников – групповой По продолжительности - долгосрочный
Область интеграции	<u>Физическая культура</u> – развитие физических качеств, накопление двигательного опыта как важных условий сохранения и укрепления здоровья детей <u>Здоровье</u> – формирование основ безопасной жизнедеятельности в различных видах двигательной активности <u>Социализация</u> – Развитие игровой деятельности детей, приобщение к общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, формирование положительного отношения к себе, гендерной принадлежности <u>Познание</u> – развитие сенсорной культуры, расширение кругозора, в части представлений о человеческом организме, здоровье и здоровом образе жизни <u>Коммуникация</u> – Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни <u>Художественная литература</u> – использование художественных произведений и фольклора для обогащения содержания области <u>Художественное творчество</u> – использование музыкальных произведений для развития двигательного творчества детей
Участники проекта	Дети второй младшей группы, родители, воспитатели
Постановка проблемы проекта	Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в шкале потребности и ценности человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, только в этом случае можно будет надеется , что будущее поколение будет более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.
Обоснование (актуальность) проекта	Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организмов, закладываются основные черты личности , отношение к себе и окружающим. Важно на

	этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.
Цель проекта	формирование основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста через использование здоровьесберегающих технологий.
Задачи проекта	<p>Дать представления о здоровом образе жизни, формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни; прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию; повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.</p> <p><u>Для детей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -укреплять и охранять здоровье детей; -сформировать навыки здорового образа жизни; -формировать простейшие представления о себе, как отдельном человеке, об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека; <p><u>Для родителей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка; -способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми; -дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены. <p><u>Для педагогов:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни; -создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблеме друг друга; -активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.
Сроки реализации проекта	С 01 февраля 2024 г. по 01 августа 2024 г.
Ресурсы проекта	<ul style="list-style-type: none"> -Физкультурный уголок в группе -Уголок здоровья в группе -Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь -Методический инструментарий -Подбор методической литературы
Ожидаемые результаты проекта	<p><u>Для детей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - укрепление и сохранение здоровья через систему комплексной физкультурно - оздоровительной работы, - совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур; -формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни. <p><u>Для педагогов:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - удовлетворение проведенной работой и результатами проекта;

	<p>- собран и систематизирован весь материал по теме проекта. Для родителей: - у родителей появился интерес к образовательному процессу, развитию творчества, знаний и умений у детей, желание общаться с педагогами, участвовать в жизни группы.</p>
Формы реализации проекта	<p>- тематические интегрированные занятия, в том числе и физкультурные; - мониторинговые процедуры (анкетирование родителей); - спортивные соревнования; - беседы; - игры, эстафеты, викторины, конкурсы; - консультации для родителей; - выставка детского творчества.</p>
Продукты деятельности проекта	<p>-Изготовление, совместно с родителями, нетрадиционного физкультурного оборудования на дыхание(февраль) -Стенгазета «Наша здоровая, спортивная семья» (март) - Рассматривание алгоритма и беседа умывания при КГН (апрель) -Папка-передвижка для родителей «Закаливание детей в дошкольном учреждении и дома» (май). - Ситуативный разговор «Где живут витамины?» (июнь) -Создание пазла с родителями «Способы закаливания» (июнь). -Фотовыставка «Свежий воздух и вода - наши лучшие друзья» (участники – дети второй младшей группы) (июль) - Создание альбома «Полезная еда» (июль) -Презентация проекта (31 июля).</p>

Содержание проекта.

Этапы работы над проектом:

Подготовительный этап реализации проекта

Месяц	С детьми	С родителями
Февраль (с 01.02 по 01.03)	<p>-Мониторинг детей. Накопление информации. Наблюдения за детьми. Анализ проблемы.</p>	<p>-Анкетирование родителей по теме «О здоровом образе жизни», обработка анкетных данных. -Изучение степени потребности и желания сотрудничать по данному направлению.</p>

Практический этап реализации проекта

Месяц	С детьми	С родителями
Февраль	<p>Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения)</p>	<p>Изготовления буклета для родителей «Дыхательная гимнастика для детей» -Изготовление, совместно с родителями, нетрадиционного физкультурного оборудования на дыхание (Приложение 1.)</p>

Март	-Целевая прогулка по участку «В здоровом теле – здоровый дух» - Беседа «Что такое хорошо, что такое плохо?» - Спортивное развлечение «Дошколята – спортивные ребята»	-Помощь родителей в создании стенгазеты «Наша здоровая, спортивная семья» (Приложение 2.)
Апрель	- Сказка – беседа «Кто такие микробы?» - Спортивное развлечение «Путешествие в страну здоровья» - Рассматривание алгоритма умывания при КГН	- Консультация «Как правильно одеть ребенка на прогулку» (Приложение 3.)
Май	- Беседа «Здоровье в порядке – спасибо зарядке» -Весенние забавы «Народные игры на свежем воздухе»	Папка-передвижка для родителей «Закаливание детей в дошкольном учреждении и дома» (Приложение 4.) - Открытый показ образовательной деятельности по ЗОЖ
Июнь	-Беседа «Полезные и вредные продукты»	- Сознание пазла с родителями «Способы закаливания» (Приложение 5.)
Июль	-Чтение художественной литературы «Сказки и рассказы о пользе физкультуры и спорта»	-Выставка фото совместно с родителями на тему «Свежий воздух и вода - наши лучшие друзья» (Приложение 6.)

Заключительный этап реализации проекта

Месяц	С детьми	С родителями
Июнь	-Мониторинг уровня заболеваемости	- Выставка фото совместно с родителями на тему «Свежий воздух и вода - наши лучшие друзья» (участники – дети и родители) (Приложение 5.)
Июль	-Показ непосредственно образовательной деятельности на родительском собрании	-Презентация проекта (июль). -Создание альбома «Полезная еда» (Приложение 6.)

Список используемой литературы:

1. Бачурина, В. Н. Новые развивающие игры для дошколят : популярная литература. /В. Н. Бачурина–М. :ДОМ XXI век РИПОЛ классик,200.–С. 114-118.
2. Богина,Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях : методическое пособие/Т. Л. Богина. –М. :Издательство «Мозаика-Синтез», 2006. – С. 94 -96
3. Доскин,В. А. Растем здоровыми :пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры /В. А. Доскин, Л. Г. Голубева–М: «Просвещение»,2002. С. 52–55.
4. Расту культурным :-Полиграф–Проект Москва 2011. С. 12-24.
5. Крылова, Н. И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. Проектирование, тренинги, занятия : методическое пособие/Н. И. Крылова. –Волгоград: издательство «Учитель»,2009.164-169с.
6. Картушина, М. Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет : методическое пособие / М. Ю. Картушина. – М. : ТЦ «Сфера», 2004. С. 30–33,43-48с.
7. Михайленко И. Я. ,Короткова Н. А. Организация сюжетной игры в детском саду. Пособие для воспитателей Москва 2001г. С. 32-38.
8. Прищепа, С. С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет : методическое пособие / С. С. Прищепа. – М.:ТЦ «Сфера»,2009.–89-90с.

Анкетирование для родителей на тему

"О здоровом образе жизни"

Каждый из вас хотел бы, чтобы ваш ребенок был здоровым. Для этого важно уделять особое внимание физическому развитию детей. Для того, чтобы мы могли помочь вам в процессе укрепления здоровья и физического развития детей, пожалуйста, ответьте на следующие вопросы.

1. Как вы считаете, что влияет на здоровье ребенка? _____
2. Источники ваших знаний о культуре здоровья _____
3. Соблюдаете ли вы здоровый образ жизни в семье? _____
4. На что, на ваш взгляд, должны обращать внимание ДОУ, заботясь о здоровье и физической культуре дошкольника?
5. Знаете ли вы, как укреплять здоровье ребенка дома? _____
6. Нужна ли вам помощь детского сада? _____

Спасибо за сотрудничество!

Анализ результатов анкетирования родителей «О здоровом образе жизни»

Анкетирование проводилось с 01 по 29 февраля 2024 года во второй младшей группе №12 детского сада №86.

Родители проявили высокую активность и заинтересованность: было возвращено 100% заполненных анкет.

Выводы: по ответам родителей можно судить о том, что они не всегда четко понимают, какие показатели составляют понятие «Здоровый образ жизни», представление о факторах, влияющих на здоровье ребенка, одностороннее. В основном указывали правильное питание и прогулки (78%). Некоторые родители указали на экологическую обстановку и качество продуктов питания (22%). 80% родителей ответили, что необходимо обеспечить ребенку в ДОУ здоровый образ жизни в комплексе, 20% указали на необходимость закаливания. Однако в качестве закаливающих процедур упоминали в основном прогулки на свежем воздухе и водные процедуры, что свидетельствует о недостаточности знаний о способах и методиках закаливания.

Рекомендации:

воспитателям провести дополнительно консультации по теме «ЗОЖ»;

провести совместные мероприятия с родителями спортивной направленности.

