

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад «Теремок» п. Лев Толстой

Районный конкурс социальных проектов,  
пропагандирующих здоровый образ жизни «Здоровым быть – здорово»

*Номинация конкурса  
«Здоровый образ жизни – гарант твоего успеха»*

*Название проекта:  
«Здоровье с пелёнок»*

*Проект подготовлен  
воспитателями: Князевой Е. П., Леонтьевой О. П.*

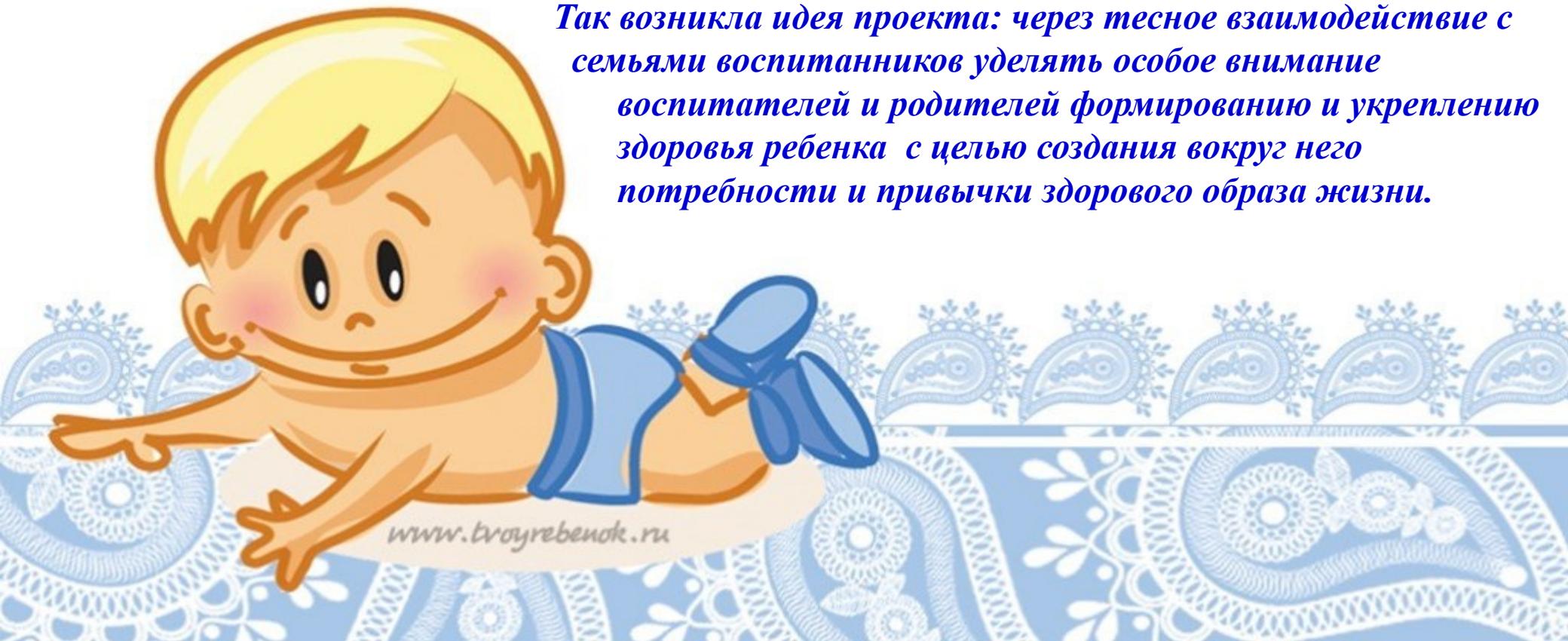


## **Обоснование актуальности проекта:**

*Перед воспитателями и родителями поставлена цель - сохранение и укрепление и охрана здоровья ребенка. Именно в раннем возрасте закладываются основы крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности. В эти годы происходит становление двигательной деятельности, а также начальное воспитание физических качеств.*

*Вот почему проблема сохранения и поддержания интереса к здоровому образу жизни у родителей и детей стала для нас актуальной.*

*Так возникла идея проекта: через тесное взаимодействие с семьями воспитанников уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни.*



## Цели и задачи проекта:

**Цель проекта:** *повышать уровень знаний у детей и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через взаимоотношение с воспитателями группы.*

### Задачи проекта:

#### Образовательные:

- укреплять и сохранять здоровье детей;
- формировать потребность в соблюдении режима дня;
- прививать и совершенствовать навыки гигиены;
- дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
- дать представление о полезной и вредной пище для здоровья человека, рассказать о пользе витаминов.

#### Развивающие:

- развивать самостоятельность, творчество и инициативу в двигательной активности;
- развивать положительную мотивацию к физической культуре, здоровому образу жизни.

#### Воспитательные:

- воспитывать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;
- воспитывать доброжелательное отношение в подвижных играх, четкое соблюдение правил и техники безопасности;
- воспитывать волевые качества при выполнении двигательных действий.

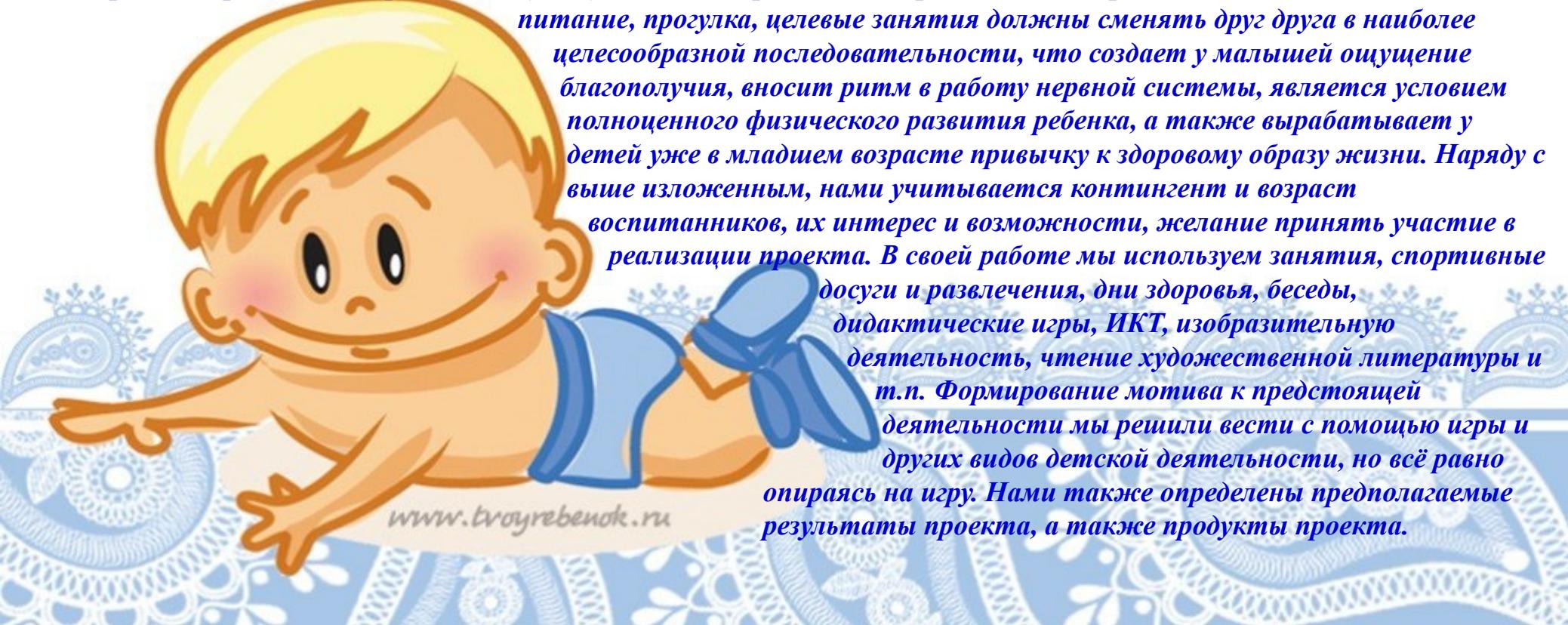
#### Задачи по взаимодействию с семьей:

- устанавливать единые требования к процессу физического воспитания в семье и группе детского сада;
- усилить связь между повседневной воспитательно-образовательной работой с детьми в группе детского сада и воспитанием ребёнка в семье, соблюдение режима дня;
- использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании дошкольников.

**Сроки реализации проекта краткосрочный, с 10 февраля 2020 г. по 14 февраля 2020 г., (1 рабочая неделя).**

**Содержание проекта определяется поставленными целями и задачами, исходя из которых, нами определяются формы и методы решения поставленной проблемы. Перед нами в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по физическому воспитанию, укреплению здоровья и приобщению к ЗОЖ детей младшего дошкольного возраста. Самая эффективная форма занятий с детьми – игра. Главная задача физического воспитания детей третьего года жизни – освоение и совершенствование новых видов движений, особенно пальцев рук и кисти, закрепление и совершенствование навыков уже освоенных видов движений. Занятия физическими упражнениями проводятся в форме зарядки, занятий по освоению и совершенствованию движений и различных игр. Однако, формирование и развитие привычки к здоровому образу жизни включает в себя не только двигательную активность, но и развитие культурно-гигиенических навыков, закаливающие процедуры, правильное питание и сон, а также эмоциональную составляющую. И здесь на первый план выступает необходимость создать у ребёнка, как говорил А. С.Макаренко, «привычку к определённому часу», то есть организовать режим дня – игровая деятельность, сон,**

**питание, прогулка, целевые занятия должны сменять друг друга в наиболее целесообразной последовательности, что создает у малышей ощущение благополучия, вносит ритм в работу нервной системы, является условием полноценного физического развития ребенка, а также вырабатывает у детей уже в младшем возрасте привычку к здоровому образу жизни. Наряду с выше изложенным, нами учитывается контингент и возраст воспитанников, их интерес и возможности, желание принять участие в реализации проекта. В своей работе мы используем занятия, спортивные досуги и развлечения, дни здоровья, беседы, дидактические игры, ИКТ, изобразительную деятельность, чтение художественной литературы и т.п. Формирование мотива к предстоящей деятельности мы решили вести с помощью игры и других видов детской деятельности, но всё равно опираясь на игру. Нами также определены предполагаемые результаты проекта, а также продукты проекта.**



## **План реализации проекта включает в себя три этапа:**

### **I этап – подготовительный.**

- 1. Выявление запроса родителей по данному направлению.**
- 2. Консультирование родителей по теме проекта. Индивидуальная работа с ними.**

### **II этап – практический.**

*Содержание и планирование проекта в течение недели. Проведение непосредственной работы с детьми в рамках познавательно-игрового проекта совместно с педагогами и родителями. Использование в работе различных видов и форм детской деятельности – игровую деятельность, художественно-эстетическое развитие, речевое развитие, физическое воспитание, социально-коммуникативное развитие. Непосредственное участие родителей в развлечениях.*

*Более подробный план работы по приобщению детей младшего дошкольного возраста к физической культуре и здоровому образу жизни с разбивкой по дням недели игр, образовательной деятельности и работу с детьми по другим видам детской деятельности в режимные моменты (см. проект).*

### **III Этап – заключительный.**

- 1. Итоговый анализ результатов работы. Корректировка дальнейшей работы с детьми и с семьей.**
- 2. Оформление стенгазеты по проекту в форме фотоотчета.**

*Механизм реализации проекта включает в себя организационные моменты и работу в соответствии с этапами и планом мероприятий проекта.*

*Кадровое обеспечение проекта включает в себя двух педагогов (воспитателей группы), которые сообща проводят необходимую работу с детьми и родителями в соответствии с этапами, планом мероприятий и содержанием проекта.*

**Критериями оценки эффективности проекта являются знания, умения и навыки детей младшего (ясельного) дошкольного возраста (первой младшей группы) о роли здорового образа жизни, приобщение их к физической культуре.**

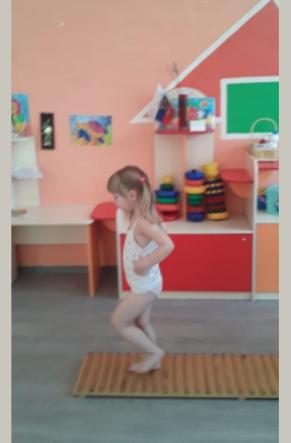
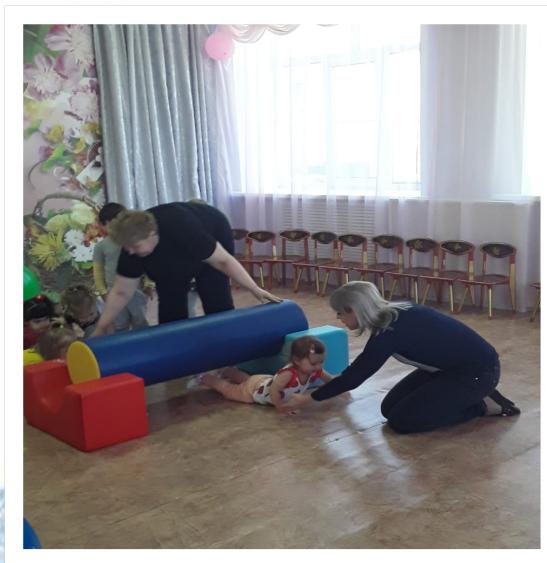
**Перспективой развития проекта, его долгосрочным эффектом может служить то, что с его помощью можно приобщать детей и взрослых к физической культуре, решать вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, приобщению к ЗОЖ детей с раннего возраста. Особенностью проекта является создание единого воспитательно-образовательного пространства, основанного на доверительных партнерских отношений воспитателей с родителями и детьми.**

**В результате реализации данного проекта создается эффективная система работы по приобщению детей младшего дошкольного возраста (ясли) к здоровому образу жизни, так как проект является краткосрочным, длительностью всего в неделю, то его можно использовать в качестве такой формы**

**работы как неделя здоровья и включать в разные временные промежутки (один раз в квартал или один раз в две недели, в разные времена года), при планировании менять тематику дня, а соответственно менять и тематику занятий, игр, режимных моментов и т. п., что, в свою очередь, обеспечивает комплексное решение оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач по приобщению детей младшего дошкольного возраста к ЗОЖ.**



**Ресурсное обеспечение проекта осуществляется в рамках ДОУ и не требует особых затрат. Используются имеющиеся в ДОУ: физкультурный зал, групповая комната и спальня первой младшей группы, физкультурное и спортивное оборудование, наглядные, дидактические и методические ресурсы, картишки, иллюстрации и репродукции, соответствующие сюжету и теме бесед, познавательная литература, художественная литература: К. Чуковский «Айболит», Л. Воронкова «Маша растеряша», С. Могилевская «Про Машеньку и зубную щетку» и др.; мультимедийная установка, мульфильм «Мойдодыр», интернет-ресурсы.**





Учимся мыть  
руки и умываться





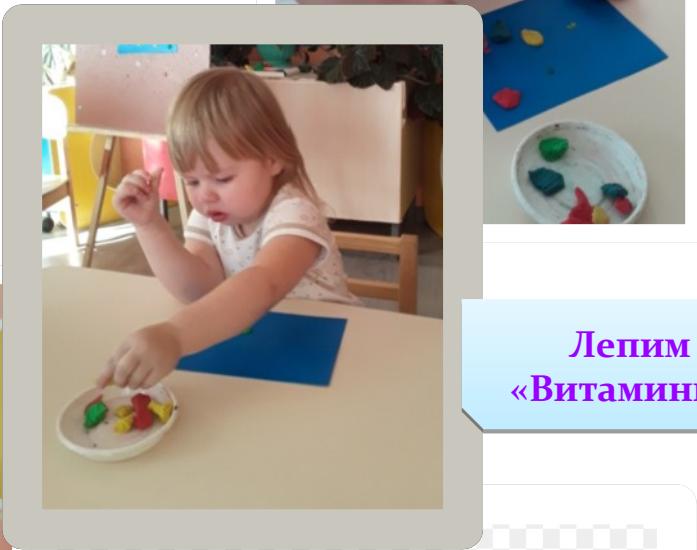
## Бодрящая гимнастика после сна .

**Закаливающий  
массаж  
подошв ног  
«По ровненькой  
дорожке»**



**Двигательная  
деятельность  
«В стране  
Спортландии»**

## Беседа о здоровом образе жизни



Лепим  
«Витаминки»



Пьём полезный  
сок

