Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 10 «Образовательный центр ЛИК»

городского округа Отрадный Самарской области детский сад №11

**Проект «Здоровые малыши»**

**для детей 3-4 года**

Автор: Воспитатель

высшей квалификационной категории

Коршунова Оксана Анатольевна

**Проект по формированию навыков здорового образа жизни**

**у детей младшего возраста. «Здоровые малыши»**

*«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:*

*забота о здоровье – это важнейший*

*труд воспитателя. От жизнерадостности,*

*бодрости детей зависит их духовная жизнь,*

*мировоззрение, умственное развитие,*

*прочность знаний, вера в свои силы».*

**Актуальность проекта:** в настоящее время существуют тенденции снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитие дошкольников.

Основополагающий вопрос: «Знают ли ребята как сохранить свое здоровье?» Здоровье рассматривается как физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самими собой необходимо учиться заботится о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

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

**Задачи проекта:**

1. Изучить учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения и созданию условий для формирования навыков здорового образа жизни.

2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приёмов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, гимнастики пробуждения, подвижные игры, физкультминутки и т.д.)

3. Объяснить детям о значении сохранения и укрепления здоровья на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания.

4. Повысить интерес детей к оздоровлению собственного организма и умение определять свое состояние и ощущение;

5. Привлечь родителей к организации оздоровительной работы с детьми.

**Участники проекта:**

* дети 3-4 лет (младший возраст);
* воспитатели;
* родители.

**Тип проекта:***познавательно-игровой.*

**Ожидаемый результат:**

* снижение уровня заболеваемости детей;
* повышение физического развития детей;
* повышение уровня знаний и представлений детей о здоровом образе жизни;
* усовершенствование предметно-пространственной развивающей среды в группе (атрибуты, массажные дорожки, пособия для дыхательной, пальчиковой гимнастики; картотеки физкультминуток, подвижных игр);
* пополнение «банка идей» (рекомендации, консультации, памятки, буклеты, мультимедийные презентация для педагогов и родителей, воспитанников по использованию здоровьесберегающих технологий.

**План реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Срок** | **Деятельность педагогов** | **Деятельность воспитанников** |
| Подготовительный | с 01.03 – 04.03 | Подбор методической и художественной литературы по формированию культуры здоровья. |  |
| с 06.03 – 11.03 | Подготовка и подбор материалов для изготовления картотек по разделам: «Подвижные игры для детей младшего возраста», |  |
| с 13.03 – 18.03 | «Физкультминутки», «Пальчиковые игры». |  |
| с 20.03 – 25.03 | Составление каталога загадок «Загадки о предметах личной гигиены», «Части тела», пословиц и поговорок о здоровье | Чтение, заучивание, рассматривание иллюстраций книг |
| с 27.03 -30.03 | Подбор  иллюстраций, фотографий о здоровье | Рассматривание, обсуждение |
| Анкетирование родителей по теме «Здоровье вашего ребенка» | Анкетирование |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Основной | с 03.04 – 08.04  с 10.04 – 15.04  04.04  06.04  11.04  19.04  26.04  с 17.04 – 22.04  с 24.04 – 29.04  21.04 | Чтение художественной литературы: К. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе», «Доктор Айболит», стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», А. Барто «Девочка чумазая» | Беседы по прочитанным произведениям |
| Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!» | Дидактическая игра лото «Овощи», «Фрукты». Рисование детьми полезных продуктов |
| Проф. Гимнастика (утренняя гимнастика,гимнастика пробуждения), массажные дорожки. |  |
| * Комплексное занятие «Красивая улыбка» * «Путешествие в Страну здоровья». * «Полезные и вредные продукты»   «Здоровье в порядке-спасибо зарядке» | Создание коллективной композиции (лепка) |
| Заучивание пословиц, поговорок о здоровье | Чтение, заучивание |
| Подвижные игры, физкультминутки. Сюжетно-ролевые игры «Больница», «Аптека» | Изготовление атрибутов к играм вместе с детьми |
| «Беседа о здоровье и чистоте», «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!» | Рисование предметов гигиены |
| 12.04  18.04  25.04 | * Консультация на тему: «Система здоровьесберегающих технологий в ДОУ». * Оформление уголка здоровья для родителей «Растём здоровыми!».   «Изготовление дорожек здоровья».   * «Изготовление нестандартного оборудования в физкультурный уголок». * Оформление фотогазеты: «Здоровая семья – здоровый малыш». * Презентация проекта | Двигательная деятельность |

**Итоги проекта.**

За время реализации проекта у детей сформировались начальные представления о здоровом образе жизни. Это можно увидеть по результатам совместной деятельности педагогов и детей.

* 80% детей приобрели представление о своем теле и организме
* На 25 % повысился интерес детей к оздоровлению собственного организма;
* У 60 % детей появилось умение определять свое состояние и ощущение;
* У 50% детей сформировались навыки ведения здорового образа жизни;
* На 30 % снизился уровень заболевания;
* У 70% родителей сформировалась активная позиция по решению заданных проблем совместно с детьми.

Предлагаю вам посмотреть презентацию проекта по ссылке:

<https://cloud.mail.ru/public/NByh/UtWWp8fWs>

**Литература**

1. Программа воспитания и обучения в детском саду, ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования. Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.

2.Алешина Н. В. Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью (младшая группа). Изд.: Москва, ЦГЛ, 2003.

3.Гурец И. И. Прогулки в детском саду. Изд.: Москва, Творческий центр «Сфера», 2009.

4.Иванова Н. В., Кривовицына О. Б. Социальная адаптация малышей в ДОУ. Изд.: Москва, Творческий центр «Сфера», 2011.

5.Михайленко Н. Я., Короткова Н. А. Организация сюжетной игры в детском саду. Изд.: Москва, Линка – Пресс, 2009.

6.Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики. Изд.: Санкт – Петербург, Детство – Пресс, 2010.

7.Харченко Т. Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. Изд.: Санкт – Петербург, Детство – Пресс, 2011.

8.Черенкова Е. Ф. Развивающие игры с пальчиками. Изд.: Москва, Рипол Классик Дом 21 век ,2010.

Приложение 1

**Анализ анкеты для родителей по теме «Здоровье вашего ребенка».**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вопросы** | **Ответы** | | |
| **Да** | **Нет** | **Частично** |
| 1. Есть ли дома спортивное оборудование? | 15 | 5 | 0 |
| 2. Есть ли дома тренажеры (качели, перекладины)? | 8 | 4 | 8 |
| 3. Посещаете ли вы с ребенком бассейн? | 10 | 10 | 0 |
| 4. Бывают ли походы прогулки с ребенком? | 18 | 2 | 0 |
| 5. Поощряете ли вы двигательную активность ребенка? | 20 | 0 | 0 |
| 6. Как вы понимаете значение двигательной активности? | Для всестороннего развития ребенка | | |
| 8. Гуляете ли вы с ребенком 4 часа в день? (по сан. нормам) | 15 | 5 | 0 |

**Выводы по результатам анкетирования.**

   Большинство родителей предают большое значение организации среды для физического развития детей в домашних условиях (90 %). У многих семей имеются дома тренажеры, качели и другое спортивное оборудование для организации физического воспитания. Мало семей посещают бассейн (36,6 %) – это связано с возрастным показателем детей. Все родители (100 %) поощряют двигательную активность ребенка дома, а также понимают ее значение для всестороннего развития ребенка и придают большое значение полноценному развитию двигательной активности.