

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №5 СЕРПАНТИН»

Проект
на тему: « За здоровьем в детский сад»
во второй младшей группе



Разработала и провела:
воспитатель
Кротова Наталья Владимировна

г. Ростов Великий
2019 г.

Тип проекта: познавательно-оздоровительный.

Сроки: июнь, июль, август.

Участники: дети, родители, воспитатели, инструктор по физкультуру.

Актуальность:

В настоящее время одной из главных задач педагогов является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Здоровье – один из главных источников счастья, радости человека, которое медленно и с трудом накапливается, но и которое можно быстро и легко потерять. Именно дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. В этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков о ЗОЖ, осознанную потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом.

Прошедший учебный год показал, что дети нашей группы часто болели; мало посещали детский сад, особенно в осенне-зимний период и поэтому вопрос о закаливании детей стал актуален для нашей группы.

Цель:

Создать благоприятные условия для укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей с учётом их индивидуальных особенностей.

Задачи:

1. Сформулировать у детей представление о ЗОЖ, развивать представление об элементарных правилах личной гигиены, воспитывать культурно-гигиенические навыки.
2. Формировать у детей самостоятельность, инициативность, любознательность, познавательный интерес к закаливанию, обогатить словарный запас детей (здоровье, закаливание, зарядка, физкультура, витамины, здоровый образ жизни, личная гигиена).
3. Укреплять связь между детским садом и семьёй, изменить позицию некоторых родителей в отношении проведения закаливания с детьми.

Ожидаемый результат:

в процессе оздоровительных, закаливающих и познавательных валеологических мероприятий повысить и расширить знание детей о ЗОЖ, правилах личной гигиены, поведения за столом, снизить уровень заболеваемости детей.

Трудности реализации проекта:

погодно-климатические условия, нежелание некоторых родителей и детей участвовать в закаливании.

Этапы реализации проекта:

1 этап: подготовительный (организационный);

2 этап: основной (реализация проекта);

3 этап: заключительный (подведение итогов).

1 этап – Подготовительный:		
№	Мероприятия	Ответственные
1.	Обсуждение плана работы и мероприятий по данной теме со специалистами детского сада.	Воспитатели группы, инструктор по физической культуре
2.	Проведение анкетирования с родителями воспитанников по вопросам закаливания.	Воспитатели групп
3.	Подбор методического материала по данной теме.	Воспитатели группы, старший воспитатель ДОУ
4.	Планирование работы с детьми для стимулирования у них познавательной активности.	Воспитатели группы
5.	Привлечение родителей воспитанников к реализации проекта: Разработка буклетов для родителей по здоровому образу жизни. Собрание «Совета отцов»- «Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни».	Воспитатели группы, председатель «Совета отцов группы»

2 этап – Основной		
Работа с детьми		
1.	Беседы:	«Что такое закаливание?», «Для чего служит зарядка?», «Полезная и вредная еда», «Что я знаю о спорте», «Чистоплотные дети».
2.	Чтение художественной литературы:	К. Чуковский: «Мойдодыр», «Федорино горе», «Айболит», р.н.с «Про непослушные ручки и ложки»; загадки, потешки, стихи о ЗОЖ, культурно-гигиенических навыках, поговорки о здоровье.
3.	Дидактические игры:	«Игрушки у врача», «К нам гости пришли», «Угадывай на вкус», «Неумытая Катя», «Для чего надо спать», «Оденем куклу на прогулку».

4.	Подвижные игры:	«Поезд», «Мяч в кругу», «Солнышко и дождь», «День и ночь», «Самолёты», «Лохматый пес», «Птицы в гнёздах», «Найди своё место», «Мы – веселые ребята», «Воробышки и автомобиль», «Поймаем бабочек».
5.	Экспериментирование:	«Волшебное мыло», «Тонет – не тонет», игры с водой.
6.	Оздоровительные и закаливающие мероприятия:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утренняя гимнастика на улице. 2. Длительное пребывание детей на свежем воздухе, солнечные и воздушные ванны в облегчённой одежде. 3. Умывание детей в течение дня прохладной водой, мытьё ног. 4. Дыхательная гимнастика: «Разгоняем облака», «Остудим чай», «Надуваем шарик». 5. Пальчиковая гимнастика с проговариванием: «Встреча лета», «Летом дети в лес идут», «Что такое лето?». 6. Ходьба по ребристой доске и массажным ковриком. 7. Подвижные игры, физкультурные занятия, досуги, развлечения, праздники. 8. Игры с водой, обливания. 9. Дневной сон без маечек с открытой фрамугой.
Работа с родителями		
1.	Консультации:	«Здоровые дети – счастливые родители» «Закаливание детей в летний период» «Правильное и здоровое питание детей»
2.	Буклеты:	«Как правильно закалывать водой» «Профилактика плоскостопия у младших дошкольников»
3.	Конкурс:	«Лучшее пособие для оздоровительных мероприятий в детском саду»
Работа с педагогами		
1.	Консультация:	«Новые подходы к физическом воспитанию и

		оздоровлению детей в группе детского сада»
2.	Буклеты:	Комплекс зарядок Зарядки-побудки
3.	Презентация проекта на педсовете	Проект на тему: « За здоровьем в детский сад»

3 этап – Заключительный:

1. Спортивный праздник с участием пап «Папа и я – весёлые друзья!».
2. Оформление проекта.

Полученные результаты:

У детей появились представление о закаливании, о ЗОЖ, значительно расширился интерес и появилась потребность к личной гигиены; появилось желание к занятиям физкультурой, спортом, утренней гимнастикой; активизировалась речь. У родителей и детей изменилось отношение к закаливанию, как к оздоровлению организма.

Родители воспитанников группы приняли активное участие в реализации проекта. В рамках «Совета отцов» был разработан, организован и проведен спортивный праздник «Папа и я – веселые друзья», который помог ещё больше приблизить родителей к интересам и жизни детей в детском саду.

А самое главное, у детей осталось позитивное отношение к закаливанию, укреплению организма, к занятиям физкультурой, играм, появилось желание вести здоровый образ жизни.

Анкета для родителей по вопросам закаливания
(ответы подчеркнуть)

1. Ф.И. ребенка
2. Часто ли болеет ваш ребенок?
А) да б) нет
3. Каковы причины болезни вашего ребенка?
а) недостаточное физическое воспитание в детском саду;
б) недостаточное физическое воспитание в семье;
в) наследственность, предрасположенность;
г) другое.
4. Знаете ли вы физические показатели, по которым можно определить, правильно ли развивается ваш ребенок?
а) да б) нет
5. На что необходимо обращать первостепенное внимание в семье и дет. саду?
а) соблюдение режима дня;
б) рациональное и калорийное питание;
в) полноценный сон;
г) достаточное пребывание на свежем воздухе;
е) благоприятная психологическая атмосфера;
ж) наличие физ.оборудования, спортплощадок
з) закаливающие мероприятия.
6. Какие закаливающие мероприятия привлекаемы вашему ребенку?
а) облегченная одежда в группе, во время прогулки (по сезону);
б) обливание ног контрастной температурой;
в) хождение босиком (на улице);
г) систематические проветривание;
д) сон без маечек;
е) полоскание полости рта после еды;
ж) утренняя дыхательная гимнастика;
з) подвижные пальчиковые, спортивные игры;
и) обливание, обтирание (на улице).
л) ваш вариант ответа:
7. Ваше отношение к закаливанию:
а) за б) против в) не знаю.
8. Как вы укрепляете здоровье вашего ребенка дома?

Комплексы утренней гимнастики.

1 комплекс: « В гостях у солнышка».

1 часть: ходьба по кругу, бег, ходьба на носочках, бег врассыпную, ходьба в колонне, построение в круг.

2 часть: ОРУ:

1. И.п: ноги на ш.п, руки на поясе. «Посмотрим на солнышко» 1-2 – поднять голову вверх; 3-4 – в и.п. (5 раз)

2. И.п; о.с «Поздороваемся с солнышком»

1-2 – руки вверх, ноги назад, помахать костями рук, произносим «привет»;

3-4 – в и.п (6 раз)

3. И.п; тоя, ноги расставлены, руки внизу «Поиграем с солнышком»

1-2 – присесть, закрыть руками глаза.

3-4 – в и.п (5 раз)

4. «Растём к солнышку. Прыжки на двух ногах в верх, 10 сек.

3 часть: П/и «Солнышко и дождь» (2 раза)

2 комплекс: «Воробышки»

1 часть: ходьба по кругу, бег, ходьба с остановкой по сигналу воспитателя, бег, ходьба с построением в круг,

2 часть: ОРУ:

1. И.п: О.С «Воробышки дышат»

1-2 – взмах руками в стороны,

3-4 – в и.п (5 раз)

2. И.п: О.С. «Воробышки дышат»

1-2 – вздох носом, поднять плечи,

3-4 – выдох, протяжно проговаривая «чи – и – и – и – к», постукивая указательным пальцем по крыльям носа, (5раз)

3. И.п: О.С. «Воробышки ловят мошек».

1-2 – поворот туловищем вправо, хлопок двумя руками, произнося «хлоп»,

3-4 – в и.п

То же влево. (по 3 раза в обе стороны)

4. И.п: О.с. «Воробышки клюют зерна»

1-2 – присесть, постучав пальчиками о землю, произнося «чив – чив»

3-4 – в и.п (5раз)

5. Прыжки (10сек)

3 часть: «Воробышки летают» - бег и ходьба по площадке

3 комплекс: «Самолетик»

1 часть: ходьба по кругу, бег по кругу в чередовании с ходьбой, построение врассыпную.

2. часть: ОРУ:

1- поднять руки к груди, согнув в локтях;

2-3 – вращательные движение кистями, относительно друг друга.

4- в и.п (5 раз)

3. И.п: ноги на ш.п., руки на поясе. «Самолеты заправляются»

1-2 – присесть, руками коснуться земли (заправляются)

3-4 – в и.п (5 раз)

4. И.п: О.с. «Самолёты едут по неровной дорожке». Подпрыгивая на двух ногах, чередуя с ходьбой (3раза)

3 часть: Дыхательное упражнение: « Разгоняем облака» (3 раза по 15 сек.). Спокойная ходьба за ведущим.

Сценарий спортивного праздника с участием пап «Папа и я – веселые друзья!»

Цель:

способствовать созданию положительных эмоций у детей и родителей от совместного мероприятия.

Задачи: совершенствовать двигательных умения детей в непринужденной обстановке, формировать навыки сотрудничества детей и родителей, содействовать их эмоциональному сближению, вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на совместную деятельность со взрослыми; прививать детям любовь к занятиям физкультурой и спортом; развивать у детей ловкость, быстроту, умение слушать задание; воспитывать желание быть здоровыми, любить, уважение к близким, друг к другу, взаимопомощь.

Оборудование: музыкальное сопровождение, канат, два обруча в форме тоннеля, мыльные пузыри, воздушные шары.

Ход: ведущий сообщает о том, что рад приветствовать всех собравшихся на спортивном празднике «папа и я – веселые друзья!». Сегодня на празднике будут веселиться, смеяться и играть. Но вначале нам всем надо размяться.

Разминка: дети повторяют за папами имитацию движений животных:

«Жирафы» - подняться на носки, руки вверх;

«Пингвины» - встать на пятки, руки вниз, покружиться;

«Птички» - бег врассыпную;

«Зайчики» - прыжки на двух ногах на месте.

Ведущий: «Наш праздник открыт, продолжаем играть».

1 игра: «Вокруг папы».

Папы встают врассыпную на площадке, а дети - вокруг пап, образуя несколько кругов. По сигналу ведущего: «Раз, два, три-беги» - дети разбегаются по площадке. Затем на сигнал ведущего: «Раз, два, три - к папам беги», - дети возвращаются на место к папам.

Игра проводится 2 раза

2 игра: «Волшебный тоннель».

Дети делятся на две команды девочек и мальчиков. Папы держат обручи-тоннели, а дети пролезают по тоннелю.

3 игра: «Перетяни канат» (совместная).

4 игра: « Переправа».

Кто из пап быстрее и больше перенесет детей с одного края площадки на другой.

5 игра: «Поймай мыльные пузыри».

Папы выпускают мыльные пузыри, а дети стараются их поймать, подпрыгивая вверх.

Ведущий говорит, что сегодняшний спортивный праздник подошел к концу, всех благодарит за участие, помощь. Детям папы раздают воздушные шары.

Фотогалерея









