МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД №33 «ЗОЛОТАЯ РЫБКА»

Проект

«Азбука здоровья»

Выполнила:
воспитатель высшей квалификационной категории
Кавка Наталья Викторовна
группа «Кораблик»

2019 г.

Актуальность:

Проблема сохранения и укрепления здоровья в современном обществе является одной из самых актуальных на сегодняшний день. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей, должна давать наиболее ощутимые результаты.В младшем возрасте идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты характера и личности. Именно на этом этапе важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Большое значение в создании благоприятных условий для формирования у дошкольников представлений о здоровом образе жизни играет дошкольное учреждение и семья.

В связи с этим возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходило приобщение родителей к жизни детского сада, сплочение коллектива педагоги-родители – дети, через организацию оздоровительной и образовательной деятельности, что в конечном итоге способствовало бы сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формирования у него привычки здорового образа жизни.

Цель: Формировать представления детей о здоровом образе жизни, приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Популяризация физической культуры, спорта и здорового образа жизни

- Способствовать укреплению здоровья детей, через систему оздоровительных мероприятий

- Продолжать знакомить с правилами личной гигиены

- Воспитывать у детей желание заниматься спортом, физкультурой, закаляться, заботиться о своем здоровье

- Повысить активность родителей в совместной деятельности

Тип проекта:
По продолжительности – краткосрочный (июль).
По количеству участников – коллективный.
По контингенту участников – дети 4 лет.
Участники – воспитатель, родители, музыкальный руководитель, физкультурный работник.

По направленности деятельности участников проекта: познавательно – игровой.

Ожидаемый результат:

- Сформируется у детей желание вести здоровый образ жизни.
- Снизится уровень заболеваемости у детей дошкольного возраста.
- Повысится активность родителей, направленная на формирование здорового образа жизни.
- Повысится педагогическая компетентность по вопросам здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Этапы реализации проекта

ЭТАПЫ	МЕРОПРИЯТИЯ
ПЕРВЫЙ ЭТАП **Организационно-подготовительный**	- изучение методической литературы - подбор сказок, потешек, поговорок, пословиц, загадок для чтения - подбор пальчиковых игр, физкультминуток, дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз - разработать мероприятие по ЗОЖ «Мама, папа, я – спортивная семья!» - подбор памяток для родителей: «Витамины», «Для чего нужен режим дня», «Как правильно чистить зубы», «Осторожно: болезнетворные микробы!», «Чистота – залог здоровья!», «Зачем нужен сон», «Свежий воздух и вода» - подбор мультфильмов, дидактических, н/п и подвижных игр - подбор иллюстраций, сюжетных картин для рассматривания с детьми - музыкальная подборка песен - вовлечение родителей в совместную деятельность

ВТОРОЙ ЭТАП **Практический** Реализация основных видов деятельности по направлениям проекта	1. Чтение сказок К.И. Чуковского: «Айболит», «Мойдодыр»; Е. Крылова «Как лечили петуха»; «Новые приключения Бобра Суперзуба»; А. Барто «Девочка чумазая»;С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», «Как у нашей Любы», «Чудесные таблетки»; И. Демьянова «Замарашка»; Н. Павлова «Света любит шоколадки…»; Т. Тонина «Мамин фартук»; П. Образцов «Лечу куклу»; Г. Зайцев «Уроки Айболита» 2. Отгадывание загадок (фрукты, овощи, ягоды, продукты питания, предметы гигиены) 3. Просмотр мультфильма «Королева зубная щетка», «Про бегемота, который боялся прививок» 4. Утренняя гимнастика «Парад зарядок!» Цель: сохранение и укрепление здоровья детей. 5. Рассматривание иллюстраций, сюжетных картинок «Предметы личной гигиены» Цель: закреплять названия и функции предметов личной гигиены. 6. ФЛЭШМОБ «Утренняя гимнастика» Цель: повысить активность родителей в совместной деятельности по формированию ЗОЖ. 7. Рассматривание альбома «Вредная – полезная еда», беседа о полезных и вредных продуктах. Цель: дать представление о полезной и вредной пище. 8. Проговаривание потешек во время КГН: «Водичка – водичка», «Давай-ка с тобой закаляться, холодной водой умываться!», «Кран откройся! Нос умойся!», «Доктор, доктор, как нам быть: уши мыть или не мыть?», «Мыли мылом ушки, мыли мылом ручки» 9. Н/п игра: «Фрукты, овощи, ягоды» Цель: развивать умение классифицировать предметы, обобщать: закреплять названия продуктов, полезных для здоровья. Н/п игра: «Аскорбинка и ее друзья» Цель: знакомить с основными витаминами и их полезными свойствами. 10. Беседа: «Кто такие микробы и где они живут?» Цель: формировать осознанное отношение к необходимости вести здоровый образ жизни.

	11. Рисование по трафарету овощей и фруктов Цель: закреплять знания о полезных продуктах; развивать мелкую моторику. 12. Конструирование «Больница для зверюшек» Цель: проявлять положительное отношение к профессии врача, желание помогать другим. 13. Лепка «Витамины для зайчат» (морковь, яблоко). Цель: знать о пользе витаминов для укрепления своего здоровья. 14. С/р игра: «Вызываем врача на дом» Цель: знакомить с действиями врача (осмотреть больного, измерить температуру, посмотреть горло). С/р игра: «Ведем куклу в больницу» Цель: расширять игровой опыт, проявлять первичные представления о внимательности и чуткости к окружающим. 15. Разучивание пальчиковой гимнастики «Буренушка», «Компот»: Цель: способствовать развитию мелкой моторики рук, мышлению, памяти, воображению, вниманию. 16. Разучивание физкультминутки «Дети утром рано встали, за грибами в лес пошли…», «Буратино потянулся, раз нагнулся, два нагнулся…» 17. Д/и «Что вредно, что полезно для здоровья» Цель: способствовать пониманию, в чем значение полезных продуктов для сохранения здоровья, чем вредны некоторые продукты. Д/и «Можно – нельзя» Цель: расширять и обогащать представления о предметах личной гигиены. 18. Обсуждение проблемной ситуации «Доктор Айболит увез с собой инструменты и лекарства» (Проблема: заболели куклы, чем же нам теперь их лечить?). Цель:закреплять названия и знания о предназначении медицинских инструментов, специальной одежды, что лекарства можно приобрести в аптеке. 19. П/и: «Лохматый пес», «Найди себе пару», «Воробышки и автомобиль», «У медведя во бору» и др. 20. Беседа: «Правила здорового образа жизни» Цель: знакомить детей с понятием «здоровье»,

	«здоровый человек»; воспитывать желание быть здоровым, стремление к соблюдению режима и чистоты.
ТРЕТИЙ ЭТАП **Итоговый**	- сбор и обработка методических, практических материалов, соотношение поставленных и прогнозирующих результатов с полученными результатами, обобщение материалов проекта.
ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП **Заключительный**.	Оформление материалов проекта: - Совместное мероприятие с родителями по ЗОЖ «Мама, папа, я – спортивная семья!». Цель: пропаганда и формирование здорового образа жизни семей детского сада.

Используемая литература:

1. Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет» Изд. Мозаика-Синтез Москва, 2010
2. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика» для занятий с детьми 3-7 лет Изд. Мозаика-Синтез Москва, 2018
3. М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» для занятий с детьми 3-7 лет Изд. Мозаика-Синтез Москва, 2018
4. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» для занятий с детьми 2-7 лет Изд. Мозаика-Синтез Москва, 2019
5. В.Г. Фролов, Г.П. Юрко «Физкультурные занятия на воздухе» с детьми дошкольного возраста Москва «Просвещение» 1983

6. В.В. Цвынтарный «Играем пальчиками и развиваем речь» Нижний Новгород Издательство «Флокс» 1995
7. Е. Синицына «Умные пальчики». Серия «Через игру – к совершенству». М.: «Лист» Москва 1999
8. «Физическое развитие детей 4-5 лет» - планирование двигательной деятельности на год (физкультминутки, развлечения, гимнастика, игры) ООО «Издательство «Учитель»
9. К.С. Бабина «Комплексы утренней гимнастики в детском саду». – М.: Просвещение, 1978

Заключение:

С целью повышения интереса к ЗОЖ необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия по сохранению и укреплению здоровья. Дети и родители получили положительные эмоции при участии в совместном празднике. Родители вовлечены в образовательный процесс и ведут совместную деятельность с воспитателями по формированию у детей навыков здорового образа жизни.