

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
общеразвивающего вида №3 г. Ардон

Проект по здоровьесберегающим технологиям
во второй младшей «А» группе
Тема «У Солнышка в гостях»

*Девиз проекта: «Здоровый образ жизни – это то, что обеспечивает
Здоровье и доставляет радость».*

Составила воспитатель: Козаева И.В. 2021-2022г.

Содержание:

1. Актуальность.
2. Цели и задачи.
3. Ожидаемые результаты.
4. Этапы реализации проекта.
5. Ресурсное обеспечение проекта.
6. Методы и формы реализации.
7. Перечень оздоровительных мероприятий в течение дня.
8. Тематика проекта.
9. Работа с родителями.
10. Здоровьесберегающая среда.
11. Выводы.
12. Планирование дальнейшей профессиональной деятельности
13. Заключительная часть проекта.
 Диагностика.
 Результаты проекта.
14. Литература.
15. Приложения.

1. Актуальность.

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе нашего дошкольного учреждения. Проблема поиска новых, эффективных форм, средств, методов физического воспитания и оздоровления детей, является актуальной в наше время. Поэтому очевидным является поиск путей решения проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников, подготовки их к здоровьесбережению.

Проанализировав содержание программ для дошкольных учреждений позволяет сделать вывод что, несмотря на различия в подходах, методах, и средствах решения проблемы оздоровления детей дошкольного возраста, проблема сохранения здоровья детей считается приоритетной и ей необходимо уделять первостепенное значение.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании- технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Образовательная область здоровьесберегающих технологий (далее ЗОЖ) требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда будут стоять на первом месте.

2. Цель: обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского

сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его.

формирование культуры здоровья у детей 3-4 лет; сохранение и укрепление здоровья детей; приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Задачи:

Для детей:

Образовательные:

- Дать представление о здоровом образе жизни.
- Продолжать знакомить с правилами личной гигиены.
- Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

Развивающие:

- Развивать культурно-гигиенические навыки у детей.
- Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур.

Воспитательные:

- Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни.
- Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.
- Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным.
- Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Для родителей:

- 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.

Для педагогов:

- 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 проблемы друг друга
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

3.Ожидаемые результаты:

Улучшение показателей физического развития, эмоционального состояния; Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.

Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.

Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.

Благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников (снижение числа случаев заболеваний в течении года);

Формирование необходимости заботиться о своем здоровье, желания и стремления вести здоровый образ жизни.

4.Этапы реализации:

1 этап- организационный: Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

2 этап – познавательный - исследовательский: Проведение тематических занятий, бесед, экспериментов, оздоровительных мероприятий.

3 этап – практический: Разучивание: потешек, стихотворений, пальчиковых игр, пословиц.

4 этап- итоговый: презентация проекта деятельность Подготовка к презентации. Презентация. Обсуждают и отмечают успехи и неудачи. Продукт деятельности готовят к презентации. Непосредственно презентация продукта деятельности
Развлечение с участием родителей «Дружная семья». Проведение родительского собрания по теме: «Здоровая семья», презентация проекта.

5.Ресурсное обеспечение проекта:

Конспекты оздоровительных мероприятий и спортивных досугов.

Физкультурный зал, спортивная площадка.

Оборудование для занятий спортом.

Методическая литература.

6.Методы и Формы реализации:

Методы:

- Словесные: Беседа, чтение художественной литературы, стихотворения, рассказ воспитателя, потешки, пословицы, загадки.
- Наглядные: Рассматривание фотографий и иллюстраций, картин, книг, показ воспитателем упражнений, гимнастик.
- Практические: Продуктивная деятельность, оздоровительная деятельность, музыкальная деятельность, эксперименты.
- Игровые: Дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, сюжетно-ролевые игры.

Формы:

Утренняя гимнастика.

Заряд бодрости на весь день, одно из средств физического оздоровления детей. Разнообразие форм проведения утренней гимнастики способствует формированию интереса детей к ней:

- Обыгрывание сюжетных сказок.
- Подвижные игры.
- Оздоровительный бег.
- Гимнастика с предметами и без них.
- Гимнастика пробуждения.
- Ходьба по следам, по пуговичкам, по массажному коврику, по ребристой доске.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно. Продолжительность утренней гимнастики – 10 мин.

Непосредственная образовательная деятельность.

Знания о здоровом образе жизни формируются в образовательном процессе. Запланированы занятия на учебный год на темы: «Строение тела человека», «Путешествие в страну Здоровья», «Айболит пришел в гости», «Полезные и вредные продукты для человека», «Природа и человек», «Зеленые помощники человека», «Путешествие в страну Неболейка», «Опасные ситуации на улице», «Правила дорожного движения»

Физкультурные занятия.

Особое значение в воспитании здорового ребенка предается развитию движений

и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Форма организации занятий гибка и разнообразна: фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, в спортзале, в группе, на воздух. Физкультурные занятия проводятся 2-3 раза в

неделю в спортивном зале. В группе занятия проводятся -15 мин.

Физкультурные занятия имеют разную форму организации в зависимости от направленности обучения:

- Традиционные
- Игровые
- Сюжетно-игровые
- Тематические
- Оздоровительные
- Занятия – соревнования.

И включают в себя следующие элементы: комплекс упражнений основанный на статических растяжках мышц тела. Эти упражнения способствуют предотвращению нарушений осанки, оказывают глубокое оздоровительное воздействие на весь организм. Упражнения выполняются под музыку в форме сюжетно-ролевой игры в виде сказочного путешествия. Сюжет строится так, чтобы нагрузка была равномерной для разных групп мышц. Проводится 2 раза в неделю.

Физкультурно-оздоровительные мероприятия:

занятия, утреннюю гимнастику, в комплексы гимнастики после дневного сна.

Форма проведения зависит от поставленной задачи. Упражнения носят игровой, сюжетный характер, способствуют укреплению мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса.

Музыкотерапия. Прослушивание детских песен, сказок.

Артикуляционная гимнастика проводится 2 раза в день в режимных моментах перед приемами пищи.

Беседы на темы: «Волшебство вежливых слов», «Правила, помогающие жить дружно», «Надо, надо умываться», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Наши верные друзья», «Зарядка и простуда», «Не боимся мы дождей и осенних хмурых дней» и др.

Дыхательная гимнастика.

Неотъемлемая часть физкультурно-оздоровительной работы. Комплексы дыхательной гимнастики способствуют выработке правильного дыхания, предупреждению простудных заболеваний. Для успешного овладения этой гимнастикой необходимо соблюдать основные правила:

- дышать надо с удовольствием, так как положительные эмоции сами по себе имеют значительный оздоровительный эффект;
- необходимо концентрировать внимание на дыхательном упражнении, что увеличивает его положительное воздействие;
- дышать надо медленно, это необходимо для насыщения организма кислородом
- выполнять каждое упражнение не дольше, чем оно доставляет удовольствие
- дышать надо носом;
- все упражнения выполнять естественно, без усилий и напряжения;
- воздух должен входить и выходить из лёгких одной непрерывной струёй.

Гимнастика для глаз.

Нагрузка на глаза у современного ребёнка огромная, а отдыхают они только во время сна. Гимнастика для глаз полезна всем, а детям особенно.

Упражнения для глаз предусматривают движение глазного яблока по всем направлениям. Упражнения для глаз проводятся с целью укрепления мышц глазного яблока, снятия глазного напряжения и для профилактики близорукости. Гимнастика для глаз проводится ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки с младшего возраста.

Самомассаж.

Массаж позволяет активизировать и синхронизировать работу обоих полушарий мозга. С детьми выполняются массажные движения по ладоням, кистям и предплечьям обеих рук: поглаживание, растирание, лёгкое надавливание, пощипывание, похлопывание. Различные упражнения: катание одного шарика, катание ребристого карандаша, имитация скатывания колобка, палочек, как в лепке, сжимание резиновых игрушек разной плотности и др.

Рекомендуется использовать в работе игровой массаж по методике А. Уманской и К. Дейнеки. Массаж и самомассаж проводится 2-3 раза в день на занятиях, физминутках, прогулках, самостоятельной деятельности детей.

После каждого упражнения следует делать расслабляющие поглаживания или встряхивания рук. Подобранные упражнения могут комплексно влиять на развитие речи и интеллектуальные способности детей. Поскольку у дошкольников преобладает конкретно-образное мышление, ко многим массажам придуманы стихотворные тексты. Их содержание и ритм максимально приближены к характеру самого движения, чтобы у ребёнка возникал конкретный образ. Начинать следует с прогревающих движений, делающих мышцы более податливыми, а движения безболезненными. способствует расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения.

Ф.Р. Ауглин (Швейцария) разработал и применил на практике самомассаж лица, который направлен на развитие и улучшение памяти, абстрактного мышления, интеллекта, развитие речи.

Регулярное применение этого массажа помогает повысить интеллект ребёнка на 75%.

Подвижные и спортивные игры.

Проводятся как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и

временем ее проведения, проводятся в непосредственно образовательной деятельности, в конце прогулки.

Психогимнастика.

Проводится для развития у детей навыка концентрации, пластики, координации движений. Упражнения сопровождаются текстом, помогая детям лучше представить тот или иной образ и войти в него. Эти упражнения помогают создать на занятии положительный эмоциональный настрой, устранить замкнутость, снять усталость.

Гимнастика пробуждения.

Одной из главных особенностей нервной системы детей дошкольного возраста является медленное переключение из одного состояния в другое, чему способствует несформированность нервных процессов. Именно поэтому после дневного сна проводятся специальные упражнения, позволяющие детям постепенно перейти к бодрому состоянию. Гимнастику пробуждения выполняем лежа в кроватях.

Сначала дети вытягиваются: прогибают спину, вытягивают вверх руки, переворачиваются с боку на бок. После чего делают упражнения. После гимнастики дети проходят босиком по массажным дорожкам, что усиливает оздоровительный эффект и является профилактикой плоскостопия.

Важно помнить, что темп пробуждения у детей разный, разная и степень выраженности эмоционального реагирования. Поэтому я улавливаю настроение детей, подбадриваю тех, у кого фон настроения после сна снижен. Слова упражнения проговариваются в спокойном темпе, с радостными интонациями.

Важность гимнастики пробуждения нельзя недооценивать. Она развивает дыхательную мускулатуру, увеличивает подвижность грудной клетки и диафрагмы, улучшает кровообращение в легких, деятельность сердечно – сосудистой системы, укрепляет мышцы спины.

Пальчиковые игры.

Развитие ребёнка связано с развитием движений пальцев рук. Третья часть всей двигательной проекции в коре головного мозга занимает проекция кисти руки. Поэтому тренировка тонких движений пальцев рук оказывает большое влияние

на развитие активной речи ребёнка. Проводятся в режимных моментах, в непосредственно образовательной и совместной деятельности педагога и воспитанников. Для развития мелкой моторики, ловкости, подвижности и улучшения работы мозга мы используем пальчиковую гимнастику. С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Динамическая пауза.

Динамическая пауза и физкультурная минутка предупреждают утомление и помогают сохранить работоспособность в течение дня. Комплексы упражнений здесь подбираются в зависимости от интенсивности нагрузки и состоят из 2—3 упражнений (физкультурная минутка) или 6—8 упражнений (динамическая пауза). Применяю простые, наиболее доступные упражнения, проводятся в начале, середине или конце занятия, по мере утомляемости детей. Необходимо помнить, что интенсивность упражнений не должна быть высокой, их основная задача - позволить ребёнку сменить позу, расслабиться. А короткая, но интенсивная нагрузка приведёт лишь к обратному эффекту. В качестве профилактики утомления плавные «растягивающие» движения, которые снимают мышечное напряжение, повышают уровень работоспособности, именно поэтому в начале разминки уделяю большое внимание дыхательным упражнениям в сочетании с различными движениями тела. Это способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия.

В упражнения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики в зависимости от вида занятия.

В практических занятиях используются физминутки по стихотворному тексту, но обращаю внимание на следующие правила при подборе стихотворений к конкретному занятию:

-содержание текста должно сочетаться с темой занятия, его программными задачами

-стихи должны быть с чётким ритмом, так как под них легче выполнять разнообразные движения

-сам воспитатель произносит текст, так как при произношении текста с детьми у них может сбиться дыхание.

Игры, комплексы упражнений, гимнастика для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.

Осанка – это приобретённое человеком в ходе роста привычное, непринуждённое положение тела во время покоя и в движении. Красивая прямая спина – это и внешняя привлекательность, и внутреннее здоровье. У детей дошкольного возраста мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, обычно развиты слабо. Поэтому, если не приучить ребёнка сохранять правильную осанку в повседневной жизни до школы, неправильная, вынужденная поза во время школьных занятий

будет способствовать прогрессированию нарушений опорно-двигательного аппарата. Как и во всех других случаях, предупредить дефекты осанки легче, чем их лечить.

Профилактику нарушений осанки необходимо осуществлять в двух направлениях:

- создание оптимальных гигиенических условий
- проведение воспитательной работы, направленной на осознанное закрепление правильного положения своего тела.

Игры направлены на общее оздоровление ослабленных детей, укрепление их опорно-двигательного аппарата, мышечного корсета позвоночника, улучшение работы органов дыхания и кровообращения. При проведении игр важно добиться правильной постановки головы и туловища в положениях «стоя», «сидя» и в движениях.

Воспитание культурно-гигиенических навыков.

Сохранение и укрепление здоровья невозможны без соблюдения правил личной гигиены – комплекса мероприятий по уходу за кожей тела, волосами, полостью рта, одеждой и обувью.

Большой упор в личной гигиене делается на мытье рук перед едой, после любой работы, прогулок, при утреннем и вечернем туалете, поскольку именно через руки в ротовую полость попадает подавляющее большинство болезнетворных микроорганизмов. После каждого приема пищи мы с детьми полоскаем рот кипяченой водой комнатной температуры.

Для реализации данной задачи предполагается продолжение целенаправленной работы по воспитанию культуры здоровья, формированию привычек к здоровому образу жизни.

Пополнение спортивного уголка новым инвентарем (детские лыжи, «лыжи» из пластиковых бутылок, сухой бассейн для ног, вертушки, пособие «солнышко», платочки)

Пополнение уголка здоровья новыми играми и пособиями (д/и: «Где живут витамины?», «Полезная и вредная еда для зубов», «Разложи по порядку», «Оденем куклу по погоде», «Выполни упражнение по схеме», «Хорошо

или плохо»; пособия: «Будь здоров», «Если малыш поранился», «Органы чувств человека», «Тело человека (части тела)», «Зимние виды спорта», «Витамины», массажные рукавички).

7.Перечень оздоровительных мероприятий в течение дня.

I половина дня.

Утро. Индивидуальная работа по обучению детей ОВД.

Упражнения с использованием массажных мячиков.

Во время проведения утренней гимнастики используются упражнения дыхательной и артикуляционной гимнастики.

Образовательная деятельность

1.«Веселые минутки». Физкультминутки проводятся в непосредственно образовательной деятельности и под музыкальное сопровождение.

2. Логоритмика.

3. Артикуляционная гимнастика

4. Пальчиковая гимнастика

5. Игровые упражнения имитационного характера: «мишка косолапый», «цапля», «морская звезда», «самолет» и др.

Прогулка.

Проведение подвижных игр.

Дыхательная гимнастика.

Индивидуальная работа по развитию основных движений.

Подготовка к обеду, обед.

Воспитание культурно - гигиенических навыков.

Подготовка ко сну.

Хождение по дорожкам здоровья (массаж стоп).

Воздушные процедуры.

II половина дня.

Подъем. Гимнастика пробуждения:

Дыхательная гимнастика.

Хождение по дорожкам здоровья. Воздушные процедуры.

Игры, самостоятельная деятельность детей.

Игры по развитию мелкой моторики рук: «мозаика», «кто раньше дойдет до середины», поделки из пластилина.

Дидактические игры: «живая и неживая природа», «что где растет», «Покажи и назови».

Проводятся беседы.

Самостоятельная двигательная деятельность с использованием спортивного оборудования из физкультурного уголка.

Массаж волшебных точек ушек

Этот вид закаливания основан на стимуляции биологически активных точек, расположенных на ушной раковине и связанных рефлекторно почти со всеми органами тела. Массаж этих точек полезен, в частности, для улучшения работы органов дыхания и для защиты организма от простудных заболеваний.

Проводится в игровой форме 2—3 раза в день.

Комплекс упражнений представлен в Приложении № 5.

8. Тематика проекта «У Солнышка в гостях».

- **Комплексно-тематический план** по валеологическому воспитанию «У Солнышка в гостях». (приложение 1).

- **НОД: (приложение 2).**

1. НОД. «Как устроено тело человека.»

2. НОД лепке в младшей группе «Витамины в баночке»

3. НОД Путешествие в страну здоровья.

4. НОД по художественно-эстетическому развитию: изобразительная деятельность

«Вирусы-вредирусы» (нетрадиционная техника рисования - выдувание)

- **Беседы: (приложение 3)**

«Как устроено тело человека»;

«Личная гигиена»;

«Чистота – залог здоровья»;

«Полезно – не полезно»;

«Кто такие микробы и где они живут?»;

«Учимся умываться», «Зачем нам мыло».

- **Чтение Художественной Литературы:**

К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе». С. Михалков

«Про девочку которая плохо кушала». И. Демьянова «Замарашка».

Стихотворение: «Что такое чистым быть?» Потешки: «Водичка, водичк»,

«Кран откройся! Нос, умойся!», «От водички, от водицы все улыбками

искрится!», А. Барто «Девочка чумазая», «Девочка ревушка».

- **Пальчиковые игры: (Приложение 4)**

«Семья», «Салат капустный», «Мы делили апельсин», «Пальчик-пальчик где ты был?», «Игрушки», «Ягоды», «Грибы», «Дикие и домашние животные».

- **Дидактические игры на развитие гигиенических навыков: (Приложение 5)**

«Сделаем лодочки» «Что нужно кукле?»

- **Экспериментальная деятельность: (Приложение №6)**

С песком «Какой песок грязный или чистый», «Каким песком лучше играть: мокрым, сухим?». «Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами».

«Купаем куклу Дашу»

- **Проект краткосрочный «Правильно дышим». (Приложение №7)**

- **Комплексы гимнастик (Приложение №8)**

Дыхательная гимнастика: «Петух», «Гуси летят», «Ушки».

- **Художественно-эстетическое развитие:**

Рисование по трафарету овощей и фруктов (карандашами, фломастерами), лепка.

- **Игровая деятельность:**

Сюжетная игра «Кукла Катя встречает и угощает гостей вкусными и полезными блюдами». Сюжетная игра «Мишка заболел, полечим его».

- **Подвижные игры:**

«Воробышки и автомобили», «Удержи мяч» «Игра со светофором», «Лохматый Пес», «Пузырь», «Наседка и цыплята».

9. Работа с родителями:

- Анкетирование.

- Фотовыставка «Оздоровительная работа с детьми в ДОУ».

- Консультация «Здоровье всему голова».

- Консультация «Лук от семи недугов».

Памятка «Что нужно делать, чтобы быть здоровым».

- Карточка «Дыхательная гимнастика в детском саду». «Роль и значение рационального питания дошкольников», «Значение пальчиковой гимнастики для речевого развития ребенка», «Полезные и вредные привычки».

- Развлечение «Кто с физкультурой дружит, тот здоровье бережёт».

- Родительское собрание «Быть здоровыми хотим!» совместно с инструктором по физкультуре)

- Оформлены папки-передвижки: «К здоровой семье через детский сад», «Со спортом дружить – здоровым быть», «Закаливание в вашей семье».

10. Здоровьесберегающая среда.

Предметно-развивающая среда помогает обеспечить гармоничное развитие ребенка,

а также создать эмоционально-положительную обстановку. Она не только позволяет проводить игры и занятия, но и приучает детей к самостоятельным играм.

Здоровьесберегающая среда в нашей группе включает в себя:

1) Уголок двигательной активности детей (уголок по физзо)

В этом уголке размещаются следующие пособия:

- скакалки,

- мячи,

- обручи,

- массажные коврики и дорожки (для профилактики плоскостопия и ходьбы ладошками и ступнями одновременно),

- пластмассовые гантели и гантели изготовленные из подручного материала,

- массажные шарики,

- лесенка для лазания и перешагивания,

- дуга для подлезания,

- тренажер для формирования равновесия,

- мишень на стене в виде матрешки для попадания мячиком в цель,

- кольцеброс,

- кегли для сбивания мячиком,

-тренажер для развития ловкости и быстроты (палочки с веревками разных цветов для скручивания),

Также в группе имеются пособия:

-для развития мелкой моторики рук: разнообразные «шнуровки», «бусы» «Бизиборд»,

-комплексы по утренней гимнастике, дыхательной гимнастике, гимнастике для глаз, гимнастике после сна, пальчиковой гимнастике,

-цветные мягкие модули для прыгания, лазания, игр

В уголке здоровья имеются наглядные консультации для родителей на тему «Здоровье»: «Профилактика гриппа», «Витамины», «О пользе прогулок», «Правильное питание», «Физическое развитие дошкольников» и т.д.

Функции здоровьеразвивающей среды в группе:

Оздоровительная – стимулирует двигательную активность, обогащает двигательный опыт, приобщает к культуре здоровья;

Познавательная – удовлетворяет потребность ребенка в освоении окружающего мира, стимулирует познавательную активность;

Речевая – стимулирует речевое развитие, позволяет ребенку познать азы общения и взаимодействия;

Творческая – приобщает детей к творческой деятельности, способствует саморазвитию и самореализации.

Развивающая среда в группы максимально приближена к интересам и потребностям каждого дошкольника. Воспитатель строит среду так, чтобы ребенок имел возможность заниматься любимым делом в выбранном им мини уголке.

В группе всё доступно каждому ребёнку, соответствует возрасту и учитывает его индивидуальные особенности и возможности развития. Созданы условия для накопления творческого опыта, применения своих знаний и умений, в ситуации действия со знакомыми или совсем не знакомыми объектами.

Учитывая то, что игра для ребёнка дошкольного возраста является ведущим видом деятельности, воспитатель старалась подобрать атрибуты, позволяющие строить сюжеты игр, подражать тому миру, который ребёнок познаёт. Игровая среда меняется со сменой педагогических задач.

11.Выводы

Основной целью современного общества является формирование привычки здорового образа жизни, создание всех необходимых и благоприятных условий начиная с младшего дошкольного возраста для будущего формирования здоровой и физически крепкой личности. Для достижения этой цели необходимо формировать

у дошкольников знания о том, как сохранить и укрепить своё здоровье, навыки здорового образа жизни, формирование потребности и желаний к улучшению деятельности своего здоровья, поскольку самое ценное у человека - это жизнь, самое ценное в жизни- здоровье. Забота о формировании привычек здорового образа жизни ребёнка должна начинаться

с обеспечения четко установленного режима дня, создание оптимальных гигиенических условий, правильного питания, выполнения ежедневных утренних зарядок, закаливания организма, что способствует правильному формированию физических качеств детского организма, профилактике различных заболеваний. Педагоги, осуществляющие работу по формированию у дошкольников привычек к здоровому образу жизни, должны работать в тесном сотрудничестве с семьёй ребёнка, организовать деятельность по привлечению к здоровому образу жизни таким образом, чтобы детям было интересно. Воспитательно-образовательный процесс следует рассматривать параллельно с оздоровительным, поскольку гармоничное развитие наряду с реализацией интеллектуального потенциала личности формирования духовности, направленности и физического здоровья индивида.

12. Планирование дальнейшей профессиональной деятельности.

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия по формированию культуры здоровья у детей, сохранению и укреплению их здоровья, и использование интегрированного подхода в этом направлении.

13. Заключительная часть проекта.

Результаты проекта:

-для детей:

- 1) у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- 2) значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах, ухаживать за собой;

-для родителей:

- 1) заинтересовали родителей в укреплении здоровья ребенка;
- 2) повысились знания родителей и детей о сохранении и укреплении здоровья, значимости здорового образа жизни. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях, о полезных продуктах питания.
- 2) создали благоприятную среду для дальнейшего сотрудничества.

-для педагогов:

- 1) укреплены партнерские отношения с семьями детей группы;
- 2) создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей;
- 3) педагогами был сделан вывод, что с целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия по формированию культуры здоровья у детей, сохранению и укреплению их здоровья, и использования интегрированного подхода в этом направлении.

Диагностика.

мониторинговый- май.

- Анализ заболеваемости детей за-период исследования.
- Анкетирование родителей по проблеме оздоровления детей, подведение итоговых результатов.

Результаты проекта.

- Познавательная ценность: У детей и их родителей повысились знания о сохранении и укреплении здоровья, значимости здорового образа жизни. Расширилось представление о полезных продуктах питания.
- Воспитательная ценность: У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах, ухаживать за собой.

14. Литература .

1. «Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ». Авт. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 128 с. – (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).
2. «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения» / авт. -сост. Т. Г. Анисимова, С. А. Ульянова; под ред. Р. А. Ереминой. – 2-е изд. – Волгоград: Учитель, 2011.
3. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье»: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2011. – 64 с. *(Вместе с детьми.)*.
4. Л. А. Парамонова «Развивающие занятия с детьми 4- 5 лет».
5. Л. Л. Тимофеева. Е. Е. Корнищева «Планирование образовательной деятельности в ДОО».