

Егорова Сардана Васильевна- старший воспитатель

Детский сад №16 «Туллукчаан»-филиал АН ДОО «Алмазик»

с. Арылах Мирнинский район

Проект по формированию осознанного отношения детей к своему здоровью **"Будь здоров, малыш!"**



Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Охрана и укрепление здоровья детей – по-прежнему остаются одной из приоритетных задач дошкольного образования еще и потому, что до сих пор не преодолены негативные тенденции в состоянии здоровья детской популяции.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели:

- Физиологически зрелыми рождаются не более 14 % детей.
- Более 50 % дошкольников имеют те или иные функциональные отклонения в состоянии здоровья.
- 15-20 % имеют хронические заболевания, снижающие потенциал ребенка к социализации.

Одной из важных задач, стоящих перед педагогом детского сада является формирование ценностного отношения к собственной жизни и жизни окружающих людей, воспитание потребности в здоровом образе жизни детей. При этом очень важно поддержание интереса и создание условий для накопления первичных представлений о себе и своем организме.

Главный путь - педагогическая стратегия - естественность и использование жизненных ситуаций. Знания должны приходить к ребенку как бы, между прочим. Педагог должен точно знать, чему и когда будет учить ребенка, закреплять его знания, стимулировать интерес к дальнейшему познанию.

Назначение данного проекта - формирование обобщенных понятий о своем организме, воспитание уверенности в себе.



Цели:

- Формирование первичных представлений о ценностях здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Задачи:

- формировать простейшие представления о себе, как отдельном человеке, о строении тела;
- активизировать познавательный интерес к своему организму и его возможностям;
- дать представление об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека;
- закреплять представления детей о способах укрепления и сохранения здоровья;
- воспитывать желание вести активный образ жизни, соблюдать правила личной гигиены.

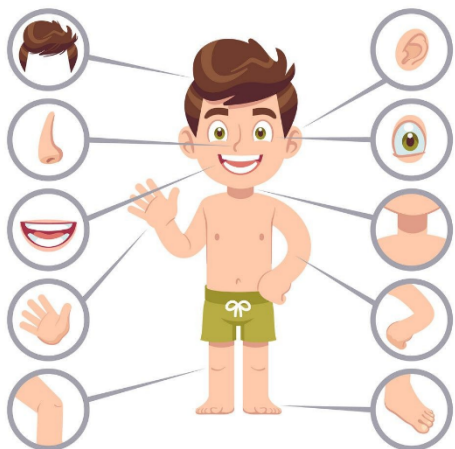


Проект рассчитан на 3 года с 4 до 7 лет (средний, старший дошкольный возраст). Связывающим звеном проекта на разных этапах дошкольного возраста является постепенное осознание себя, своих возможностей и способностей.

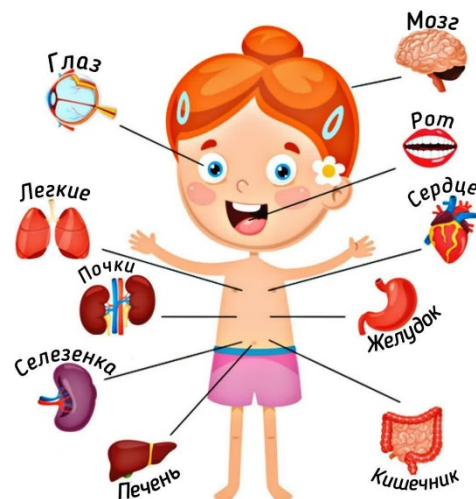
Проект выстроен по годам обучения. На каждый год обучения предусмотрен определенный минимум по 3 разделам: “тело”, “организм”, “здоровье”.

Каждый раздел проекта предполагает решение определенных задач, чтобы помочь ребенку осознать значимость здорового образа жизни, воспитать потребность в сохранении своего здоровья. Педагогу необходимо помогать ребенку, направляя его на путь оздоровления.

I раздел - “Тело” - предполагает решение следующих задач: помочь осознать себя как человека, как неповторимую личность, находить общее с другими людьми и понимать существенные отличия.



II раздел - “Организм” - дает представление о своем организме, его строении и назначении, приводит детей к пониманию того, что свой организм нужно беречь.



III раздел - “Здоровье” - учит детей самостоятельно следить за своим здоровьем, знакомит с несложными приемами самооздоровления при помощи самомассажа.



II раздел «Организм»

І раздел «Здоровье»

[illegible]

	Тема	Оформ. программы	Сроки реализации	Ответственные
Творческая группа	«Уход за руками и ногтями» «Тренировки для рук и ног» «Пальчиковая гимнастика» «Как надо ухаживать» «Гимнастика для пальцев» «В гости к тете Зубной Щётке» «Гимнастика для глаз» «Гимнастика Бодибести» «Массажная дорожка» «День здоровья»	Составление рекомендаций Соревнование Самомассаж Практикум Психогимнастика Развлечение Оздоровительные упражнения Самомассаж «Нюсские шаржи» Самомассаж «Дорожка из конского волоса» Развлечение	Декабрь 2021 Ноябрь 2021 Ежедневно Январь 2022 Февраль 2022 Ежедневно Март 2023 Ежедневно Ежедневно Ежедневно 2 р Май 2023	Воспитатели Педагог-психолог
Спортивная группа	«Спортив свое здоровье» «Система органика человека» «Восполнение потерь» «Гимнастика Бодибести» «Система шаржи» «Чистые растения – чистый воздух» Клуб «Дорожка упражнений»	Занятие Манжет Фендл, лентбук Самомассаж «Нюсские шаржи» Самомассаж «Нюсские шаржи» Турнирный десант Опыт «Закаливание» «Целебные звуки» «Целебные действия света»	Февраль 2023 Ноябрь 2022 Май 2023 Июнь 2023 Апрель 2023	Воспитатели Педагог-психолог
Подготовительная группа	«Что тебе покажет биль дорожки» «В дорожке в замей лес» «Как развивать обонятельную память» «Дорожки сенсор» «Обонятельный мир» «Прямой слух» «Вспомни упрямство организма» «Приготовленные витаминные салаты» «Здоровая аптека» «Гимнастика для пальцев»	Занятие Экскурсия Тренинг Рассказ доктора Айболита Беседа с врачом Оздоровительные упражнения для коррекции осанки Занятие Практикум на дому Показка лекарственных растений на огороде Самомассаж «Нюсские шаржи»	Ноябрь 2023 Ноябрь 2023 Декабрь 2023 Март 2024 Март 2024 Апрель 2024 Май 2024 Май 2024 Май 2024 Сентябрь- Апрель ежедневно	Воспитатели Педагог-психолог
Работа с родителями				
	«Внимание детям и в детском саду» «Как и кому заниматься, чтобы быть здоровым» «Важно о гигиене» «Летний отдых» «Как заниматься в детском саду» «Как развивать за зубами» «Уход за кожей» «Как бороться с простудой» «Уход за руками и ногтями» «Уход за кожей»	Информирование для родителей Флэшмоб «Здоровое утро» Презентационное задание для родителей Занятие с родителями для родителей «Здоровый день» Рекомендации для родителей		Воспитатели Педагог-психолог

• I раздел «Тело»



Беседа с показом на макете мальчик Федя



Игры с лэпбуком



«Что есть во рту?»

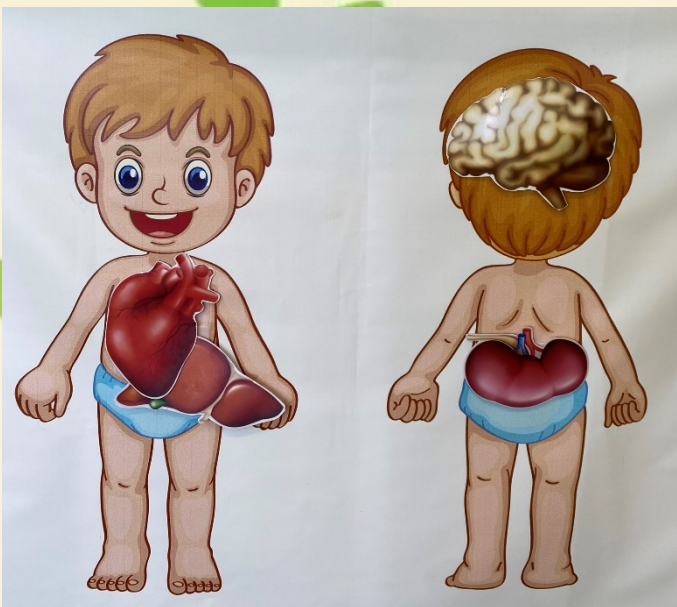


Составление детьми рекомендаций:
«Как ухаживать за «За кожей» и
т.дзубами», .

• II раздел - «Организм»



Беседы с показом на макете мальчик Федя



Игры с лэпбуком



Польза витаминов для органов человека на макете Федя



Хожение по массажному коврику из конского волоса

• Темы III раздела “Здоровье”



Беседы и игры с макетом мальчика Феди



Закаливание



Викторина «Назови героя с добрым сердцем»



Хожение босиком



Игры с лэпбуком



Самомассаж шариками из конского волоса



Работа с родителями

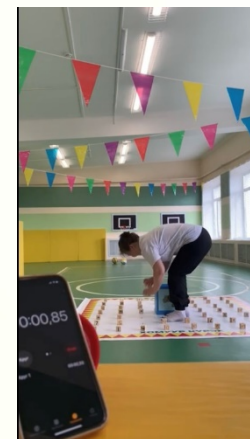
Практическое задание
для родителей
«Книжки о питании»



Здоровая акция «Активный отдых»



Спортивные
соревнования среди
родителей
«Хомур курэх»



Ксенофонтова Вика
Витаминный фруктовый салатик



Иванова Майя
Витаминный фруктовый салатик



Игнатьев Артем
Витаминный овощной салатик



Григорьева Доминика
Витаминный овощной салатик

Флешмоб «Витаминный
салатик»

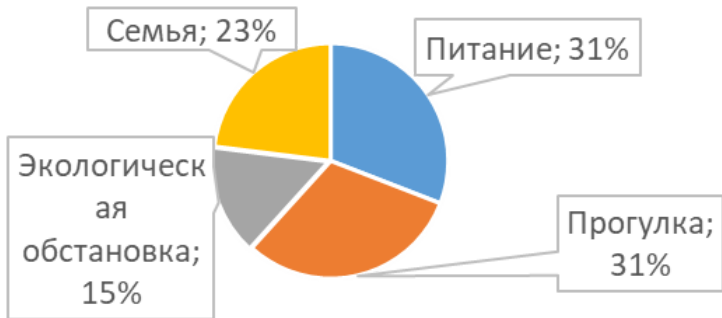
Результаты-продукты проекта:

- 1. Лэпбук «Тело человека»
- 2. Лэпбук «Азбука питания»
- 3. Лэпбук «Азбука здоровья»
- 4. Макет «Будь здоров малыш»
- 5. Макет «Рот и зубы»
- 6. Дидактические игры: «Чистые руки», «Вредные и полезные продукты» и т.д.
- 7. Буклет «Вкусные рецепты от детского сада»
- 8. Альбом «Витамины и минералы»
- 9. Книжки «Здоровое питание»
- 10. Рекомендации для родителей: «Как ухаживать за зубами», «Уход за кожей», «Уход за носом», «Как беречь желудок», «Уход за руками и ногами»
- 11. Флешмоб «Здоровое утро!»

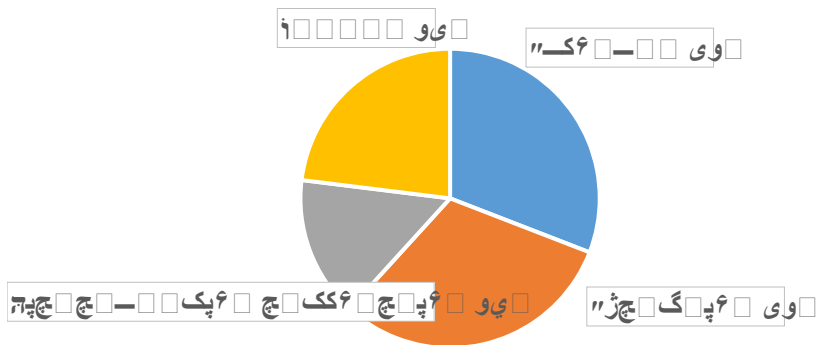


Результаты анкетирования

Что влияет на здоровье ребенка?

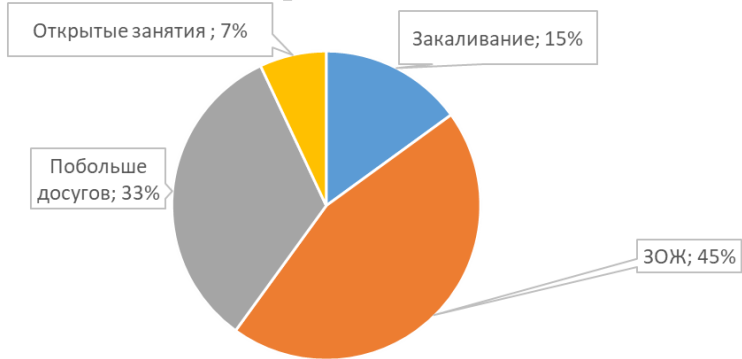


■ Питание ■ Прогулка ■ Экологическая обстановка ■ Семья



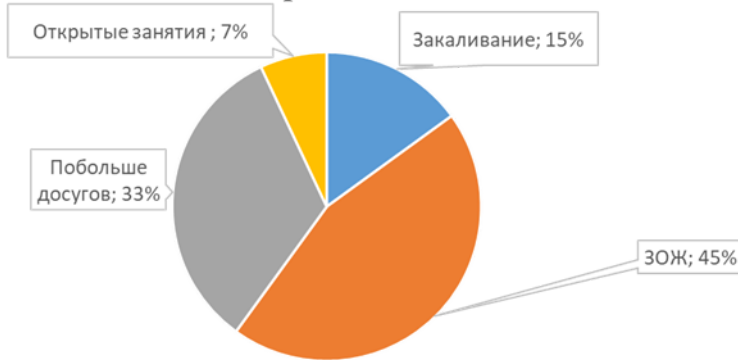
■ "ک- - ■ "چڑگ'پج چیه-یک ج کک ■ :۶۰۰۰

На что должен обращать внимание детский сад заботясь о здоровье дошкольников ?



■ Закаливание ■ 30Ж ■ Побольше досугов ■ Открытые занятия

На что должен обращать внимание детский сад заботясь о здоровье дошкольников ?



■ Закаливание ■ ЗОЖ ■ Побольше досугов ■ Открытые занятия

Вывод и перспективы

- У детей сформировалось желание следить за своим здоровьем, вести активный образ жизни, создавать позитивный эмоциональный фон, соблюдать правила личной гигиены и употреблять в пищу полезные продукты.
- Дети были вовлечены в исследовательскую деятельность, наблюдение с помощью микроскопа «Чем отличаюсь от других», «Что чует нос» и др.
- У детей сформировались представления о себе, как отдельном человеке; об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека. У детей воспитана привычка к аккуратности и чистоте, привиты культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.
- Главное, что дети поняли, что все что приготовлено из овощей и фруктов нужно принимать в пищу, так как это полезно и необходимо.
- В результате пришли к выводу о том, что у детей сформировалось первичное представление о ценностях ЗОЖ. Вырос интерес родителей к вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации здорового образа жизни. (Активность родителей при участии в мероприятиях и совместной деятельности).
- Поставленные задачи были успешно реализованы, через взаимодействие детей, родителей и педагогов. Дети знают основные витамины, которые содержатся в овощах и фруктах, как они влияют на организм человека.
- Родители с огромным желанием приняли участие в флешмобах, акциях и были вовлечены в совместную деятельность с детьми.
- Перспективы на будущее – это продолжать развивать ЗОЖ у детей с раннего возраста. Создать мини-программу для детей нашего села по возрастам

