

Краткосрочный проект:
«Будь здоров, малыш!»

1 младшая группа №4 «МБДОУ
№12»



Автор: Трошева Диля Муллануровна

Актуальность


- Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов в воспитательно-оздоровительной работе. Уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни; создавать воспитательное условие для детей, которое стало бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребенка.

Проблема:

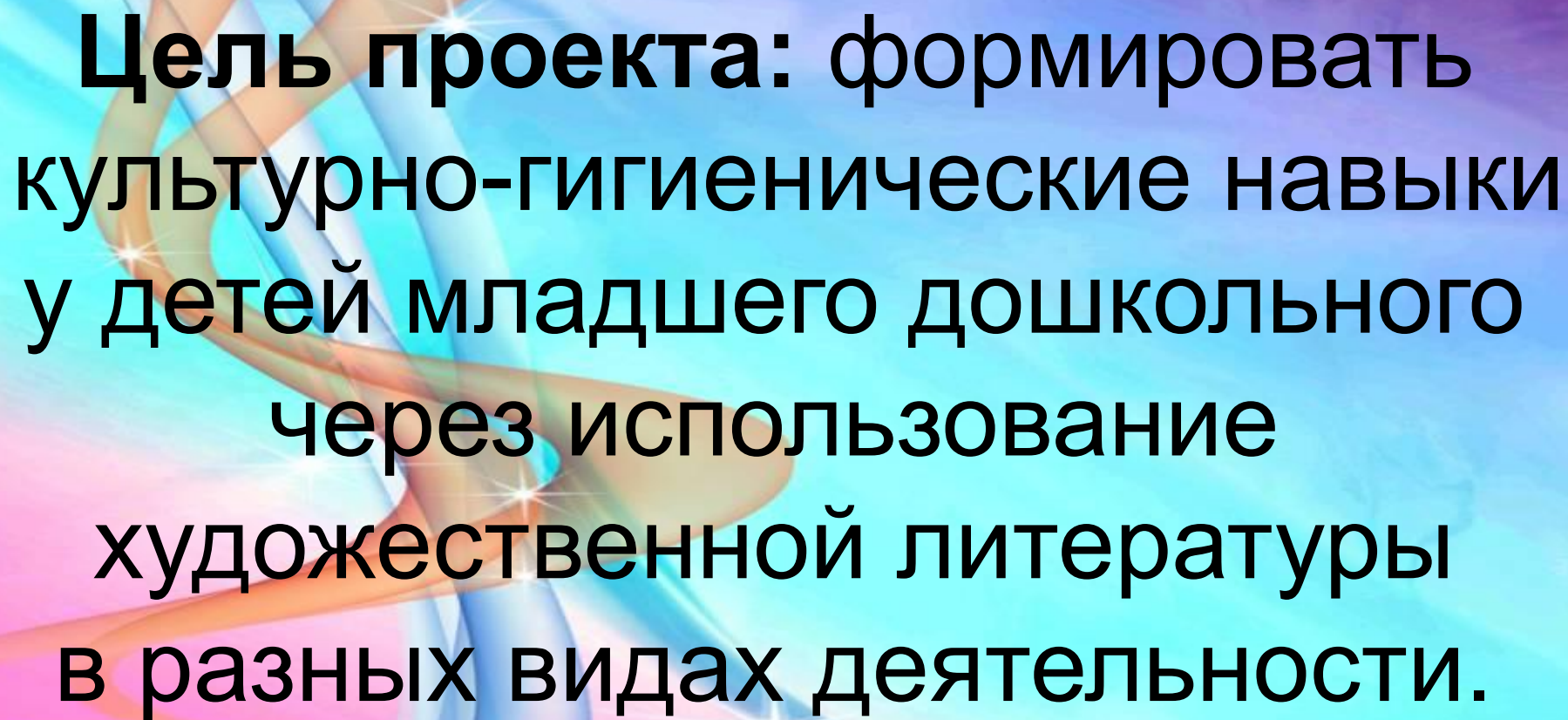
- Отсутствие у детей культурно гигиенических навыков.
- Актуальной является проблема здоровья детей раннего возраста в ДОО. Особенно в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно-оздоровительной работы.

Мотивация детей:

- быть здоровыми, чистыми, не похожими на Грязнулю из стихотворения Чуковского «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая».
Научиться держать мыло в руках, чтобы оно «не выскальзывало, не злилось».



Тип проекта: познавательно-игровой
Участники проекта: воспитатели, дети
первой младшей группы и их
родители.



Цель проекта: формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного через использование художественной литературы в разных видах деятельности.

Задачи:

1. воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания;
2. повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.
3. развивать уверенность в себе и своих возможностях; развивать активность, инициативность, самостоятельность;
4. дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены.
5. установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;

Предполагаемый результат.

- сформирование основы гигиенических навыков: (закатывание самостоятельно рукавов перед мытьем рук, правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки; вытираться после умывания, вешать полотенце на место). установление партнерских отношений с семьями детей группы;
- создание атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей.
- выявление желаний у детей выполнять различные упражнения.

I этап — подготовительный

- **Наблюдение за детьми.**
- **Проведение диагностики.**
- **Организация предметно-развивающей среды.**
- **Подборка литературы, игр, иллюстрации.**

II этап — практическая часть

- Ввести в игровую ситуацию детей и сформулировать проблему:
- Организовать занятия, беседы.
- Проведение игр.
- Чтение художественной литературы.
- Оказывать помощь детям при реализации замыслов.

Реализация проекта

- Ситуативная беседа «Почему опасно не мыть руки с мылом».
- Показ алгоритма «Мытье рук».
- Практич.упр.: «Моем чисто руки и лицо». Использование потешки «Водичка — водичка».
- Чтение и разучивание потешки «Ладушки, ладушки...»
- Практическое упражнение «Аккуратные зайчата».
- Рассказывание стихотворения Г.Лагздынь «Аккуратные зайчата».
- Игра-ситуация: «Почему у кукол грязное полотенце?»
- Занятие: «Кукла Ляля умывается».
- Д/И «Подбери предметы личной гигиены».
- Итоговое занятие «В гостях у Мойдодыра».

Алгоритм «Мытье рук»

Как правильно вымыть руки



Закатать
рукава



Открыть
кран



Намочить
руки



Взять
мыло



Намылить
руки



Смыть
мыло



Закреть
кран



Взять
полотенце



Выгнать
руки



Расправить
рукава

Беседы:

- «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу».
- Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки).

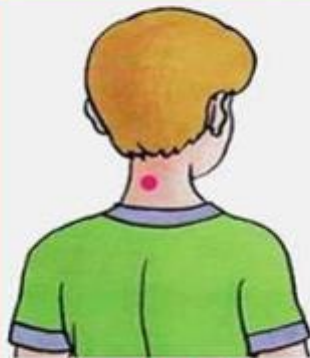
Точечный массаж для детей.

Точечный массаж для детей



ТОЧКА 1.

Массаж этой точки способствует уменьшению кашля и улучшению кровотока



ТОЧКА 3.

Эта точка оказывает очень большое влияние на излечение от таких болезней как грипп и простуда



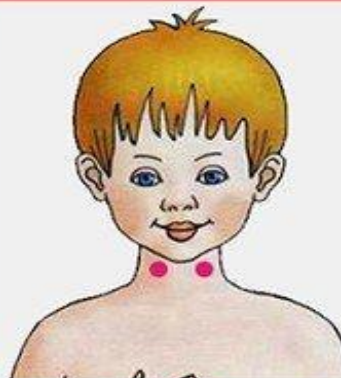
ТОЧКА 2.

Массаж этой точки регулирует иммунные функции, в результате повышается сопротивляемость инфекционным заболеваниям



ТОЧКА 4.

Эта точка контролирует кровоснабжение слизистой оболочки носа и гайморовой полости.



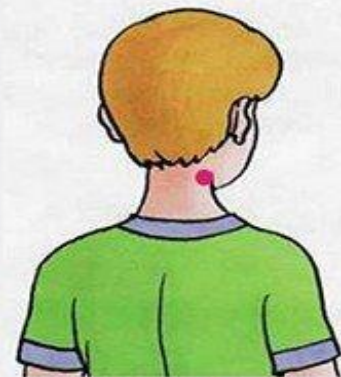
ТОЧКА 5.

Эта точка контролирует химический состав крови и слизистую оболочку гортани



ТОЧКА 7.

Массаж этой точки улучшает кровоснабжение зоны глазного яблока и лобных отделов мозга



ТОЧКА 6.

Массаж этой точки способствует нормализации работы вестибулярного аппарата



ТОЧКА 8.

Эта точка контролирует органы слуха и вестибулярный аппарат

ТОЧКА 9.

При массаже этой точки приходят в норму разные функции организма



Главными союзниками в нашей работе по формированию привычки к здоровому образу жизни у малышей являются родители

Все медицинские и закаливающие процедуры проводим с согласия родителей.

Но, главное, на что в первую очередь направлена наша работа – это доказать, что без их участия мы не сможем добиться хороших результатов, только они являются самым ярким примером для своих детей.

Наладить взаимоотношения помогают разнообразные формы работы: показы занятий, консультации, тематические родительские собрания, папки-передвижки, в которых отражается жизнь детей в детском саду.

Консультации для родителей.

Профилактика гриппа

Грипп – острое респираторное заболевание, которое ежегодно поражает сотни тысяч детей и взрослых во всем мире. Грипп очень заразен. Он передается воздушно-капельным путем от больного здоровому, главным образом, в первые два-три дня болезни. Если в семье кто-то заболел, очень велика опасность, что заболеют и другие члены семьи, особенно дети.

Сам грипп не столь страшен, как страшили его оскабрившие, к которым относит острый отит, бронхиты, пневмония...

Грипп протекает с явлениями острой интоксикации; его основные симптомы: сильный озноб, резкое повышение температуры, иногда сопровождающиеся судорогами, головная боль, боли в горле, мышечная слабость, боли в спине и конечностях;

ВОЛЯ КАЖДОГО СОВЕТОВАТЬСЯ С ПЕДАГОГОМ ИЛИ ЛЕКАРЕМ ДОМАШНЯЯ МЕДИЦИНА.

помогите у ребенка болезненное ощущение, зубчики десны; во время появления гриппа зубная паста можно носить в натуральном виде; при первых симптомах гриппа и для его профилактики во время эпидемии купите ребенку средство для профилактики с витамином С, цинком, эфирными маслами, чтобы вода пропиталась соком, и такие витаминные ванны.



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СВОИХ ДЕТЕЙ

- **НОВЫЙ ДЕНЬ НАЧИНАЙТЕ С УЛЫБКИ И УТРЕННЕЙ РАЗМИНКИ.**
- **СОБЛЮДАЙТЕ РЕЖИМ ДНЯ.**
- **ПОМНИТЕ: ЛУЧШЕ УМНАЯ КНИГА, ЧЕМ БЕСЦЕЛЕННЫЙ ПРОСМОТР ТЕЛЕВИЗОРА.**
- **ЛЮБИТЕ СВОЕГО РЕБЕНКА, ОН – ВАШ!**
- **УВАЖАЙТЕ ЧЛЕНОВ СВОЕЙ СЕМЬИ, ОНИ – ПОПУТЧИКИ НА ВАШЕМ ПУТИ.**
- **ОБНИМАТЬ РЕБЕНКА СЛЕДУЕТ НЕ МЕНЕЕ 4 РАЗ В ДЕНЬ, А ЛУЧШЕ – В РАЗ.**
- **ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К СЕБЕ – ОСНОВА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЫЖИВАНИЯ.**
- **НЕ БЫВАЕТ ПЛОХИХ ДЕТЕЙ, БЫВАЮТ ПЛОХИЕ ПОСТУПКИ.**
- **ЛИЧНЫЙ ПРИМЕР ПО ЗОЖ – ЛУЧШЕ ВСЯКОЙ МОРАЛИ И ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЕСТЕСТВЕННЫЕ ФАКТОРЫ ЗАКАЛИВАНИЯ – СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДУ.**
- **ПОМНИТЕ: ПРОСТАЯ ПИЩА ПОЛЕЗНЕЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ, ЧЕМ ИСКУСНЫЕ ЯСТВА.**
- **ЛУЧШИЙ ВИД ОТАХА – ПРОГУЛКА С СЕМЬЕЙ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, ЛУЧШЕЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ РЕБЕНКА – СОВМЕСТНАЯ ИГРА С РОДИТЕЛЯМИ!**



Растим здорового ребенка

Семья – первый скульптор, который формирует иную, как нос, неоформленную душу и ум, волю и характер ребенка. Ребенок изучает мир через семью, в семье он получает именно и семью.

Позитивное здоровье и гармоничное физическое развитие ребенка – то, к чему стремятся все родители. Для реализации этой мечты нужны не только рациональное питание, положительный психоэмоциональный фон, но и формирование хороших привычек, грамотно организованный процесс физического воспитания. Чтобы добиться позитивных результатов, необходимо тесное сотрудничество семьи и детского сада.

В первую очередь родители должны стать эмоциональной опорой для ребенка. Очень важна помощь семьи в налаживании нормальной жизни малыша в детском саду: дать ему возможность постепенно привыкнуть к новым условиям, максимально подробно и точно отвечать на все вопросы педагогов, продумать, какие любимые вещи, игрушки, книги малыша возьмет с собой и группу детского сада.

Родители должны обеспечить дошкольное учреждение полной информацией о здоровье ребенка. Режим сна и питания, диету, принятые в детском саду, нужно соблюдать и дома.

Воспитателям нашего легче работать, если в домашних условиях продолжается формирование привычек, вырабатываемых в детском саду:

- Умываться;
- Принимать по утрам и вечером душ или мыться до пояса;
- Мыть ноги летом и перед дневным сном;
- Следить за состоянием рук, мыть их после прогулки;
- Пользоваться туалетом и туалетной бумагой;
- Чистить зубы и полоскать рот после еды;



«Неболейка»

(самомассаж биологически активных зон кожи)
 Чтобы горло не болело, мы его погладим смело.
 (Поглаживать ладонями шею мягкими движениями сверху вниз.)
 Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать.
 (Указательными пальцами растирать крылья носа.)
 Лоб мы тоже разотрем, ладошку держим козырьком. (Приложить ко лбу ладони «козырьком» и растирать его движениями в стороны – вместе.)
 «Вилку» пальчиками сделай, массируй ушки ты умело! (Раздвинуть указательный и средний пальцы и растереть ушную зону.)
 Знаем, знаем – да-да-да, нам простуда не страшна! (Потереть ладони друг о друга.)



Работа с родителями:

- Анкетирование для родителей «Растём здоровыми?»
- Консультация для родителей «Закаливание детей в домашних условиях»
- Мастер-класс для родителей «Физоборудование своими руками»
- Оформление папки-передвижки для родителей «Правильное питание».
- Рекомендации для родителей «Режим дня как средство воспитания здорового ребенка»
- Индивидуальная беседа с родителями «Плоскостопие малыша»
- Оформление папки-передвижки «Защищаем зрение»
- Практикум с родителями «Что такое пальчиковая игра»
- Оформление фотовыставки «Путешествие в страну Здоровья».
- Беседа-консультация с родителями «Алгоритм мытья рук», «Как привлечь ребенка к усвоению КГН».
- Оформление папки-передвижки для родителей «Как ухаживать за молочными зубами», «Правильное питание», «Растим здорового ребенка», «Точечный массаж для детей».

III этап —заключительный.

- Итоговое занятие «В гостях у Мойдодыра».
- Цель: учить соблюдать последовательность действий при мытье рук и самостоятельно мыть руки, используя схемы-алгоритмы; учить понимать смысл схематического изображения; воспитывать желание быть чистым и аккуратным, вызывать желание демонстрировать положительный пример.
- Анализ полученных результатов;
- Рекомендации родителям;
- Презентация для родителей и педагогов.

Результаты проекта:

- 1) у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- 2) дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пищи для здоровья человека (во время завтрака, полдника, обеда, ужина), о ценности здоровья (подвижные игры, физминутки, различные виды гимнастик).
- 3) установлены партнерские отношения с семьями детей группы;
- 4) создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей.

Результаты проекта:

- Существует интерес и желание у детей выполнять различные упражнения.
- С удовольствием принимают воздушные ванны, ходят босиком по «тропе здоровья» - ребристой доске, играют с водой.
- Дети стали реже болеть.
- Дети самостоятельно проявляют инициативу: бегать, прыгать, играть с мячом, ползать, лазать.

- **Перспектива.**

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.