

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ
РЕБЕНКА «КАПЕЛЬКА»



Методическая разработка проекта

по формированию потребности в здоровом образе
жизни у детей дошкольного возраста

**«Растить здоровым,
малыш!»**

Автор: воспитатель **1** квалификационной категории Винокурова Светлана
Александровна
Светогор

Актуальность проблемы

В ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ НЕГАТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ СТАЛИ УГРОЖАТЬ ЗДОРОВЬЮ НАЦИИ. ПРАКТИЧЕСКИ ВСЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ И СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПРЕТЕРПЕЛИ РЕЗКОЕ УХУДШЕНИЕ. ОСОБУЮ ТРЕВОГУ ВЫЗЫВАЮТ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ. СВЫШЕ ЧЕМ У 60% ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 3-7 ЛЕТ ВЫЯВЛЯЕТСЯ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ.

КАК ПОМОЧЬ ПОДРАСТАЮЩЕМУ РЕБЕНКУ РЕАЛИЗОВАТЬ СВОЕ ПРАВО НА ЗДОРОВЬЕ И СЧАСТЛИВУЮ ЖИЗНЬ?

ОДНИМ ИЗ ПУТЕЙ РЕШЕНИЯ ЭТОЙ ПРОБЛЕМЫ ЯВЛЯЕТСЯ ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ВОСПИТАНИЮ СОЗНАТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ. ЗДОРОВЬЕ И ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ – ВЗАИМОСВЯЗАННЫЕ ЗВЕНЬЯ ОДНОЙ ЦЕПИ. ВАЖНО И НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬСЯ К СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ, ЧТОБЫ ВЫЯВИТЬ ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ И МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА И ТО МЕСТО, ТУ РОЛЬ, КОТОРАЯ

Цель формирования потребности в здоровом образе жизни:

**ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.
РАЗВИТИЕ ПОТРЕБНОСТИ РЕБЁНКА В ЗНАНИЯХ
О СЕБЕ И О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ.
УСТАНАВЛИВАТЬ ТЕСНУЮ ВЗАИМОСВЯЗЬ
МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И ПЕДАГОГАМИ В
ФОРМИРОВАНИИ У ДЕТЕЙ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О
ЗДОРОВОМ ОБРАZE ЖИЗНИ.**

Задачи по формированию потребности в здоровом образе жизни у дошкольников:

**ВЫЯВИТЬ ПРОБЛЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ У
ДОШКОЛЬНИКОВ И ПЕДАГОГОВ ПРИ
ОРГАНИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ В
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ;**

**СОЗДАТЬ УСЛОВИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ У
ДОШКОЛЬНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ
ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ
ЗДОРОВЬЮ;**

**РАЗВИТЬ У ДОШКОЛЬНИКОВ
САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ, ИНИЦИАТИВУ, ИНТЕРЕС
К
ТВОРЧЕСКОМУ РЕШЕНИЮ СИТУАЦИЙ,**

Педагогика сотрудничества



СОЗДАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ДЕТСКОМ САДУ И ДОМА

В семье:

- ✓ По мере материальной возможности позаботится о создании условий для физического развития детей.
- ✓ Заранее согласовывать выполнение режима дня дома в выходные дни.
- ✓ Вспоминать о своем детстве и рассказывать какими видами спорта вы любили заниматься, в какие подвижные игры вы играли со сверстниками.
- ✓ Создание библиотеки детской и энциклопедической литературы, содержание которой способствует формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.
- ✓ по мере возможности расширять сферу реальных контактов с людьми, ведущими здоровый образ жизни.
- ✓ Осуществлять закаливающие процедуры с использованием воды, воздуха, солнечных лучей в соответствии с состоянием здоровья, рекомендации врача:

В ДОУ:

- ✓ Соблюдение требований САНПиНа по организации жизни детей в ДОУ.
- ✓ В группе создавать условия для свободной двигательной деятельности детей.
- ✓ Пропагандировать среди родителей игры и игрушки, являющиеся педагогически ценными. Разъяснять родителям негативное воздействие отдельных видов игрушек на психику и развитие детей.
- ✓ Пропагандировать опыт по воспитанию полезных привычек как основу становления характера ребенка.
- ✓ Привлекать детей, обучающихся в различных спортивных секциях к взаимообучению сверстников.
- ✓ Создавать благоприятную гигиеническую обстановку, предусматривающую систематическое проветривание и поддержание температуры воздуха +20 +22 °С.

Условия формирования представлений о здоровом образе жизни у дошкольников

Образовательная программа:
использование технологий
обучения ЗОЖ

Занятия
беседы

Дидактическ
ие игры

Игровые
ситуаци
и

Досуги

Организация
предметно-
развивающей среды

Работа с родителями

Спортивн
ый зал

Спортивны
й уголок в
группе

Бассей
н

Собрани
я

Консультац
ии

Семейны
й клуб

Развле
чения

Ожидаемые результаты

Дети

Педагоги

Родители

Принципы реализации проекта



**Саморазвитие – познание
реализация двигательного опыта.**

**Самоконтроль – формирование
способности противостоять
заболеваниям.**

**Самопомощь – формирование
позитивного отношения к жизни, веры
в свои силы и возможности,
оптимизма.**

**Самореализация – закрепление
собственных представлений о
способах самосбережения и
укрепления здоровья.**

Принцип единства с семьей

проекта



Проводимые мероприятия

Работа с детьми :

- Блиц-опрос детей «Что я знаю о здоровье?». Видеорепортаж.
- Беседы «Лекарственные растения», «Чтобы быть здоровым», «Здоровая полноценная пища».
- Познавательные занятия «Изучаю свое тело».
- Выставка рисунков « Я учусь быть здоровым».
- Чтение художественной литературы, сказки с последующим обсуждением.
- Изготовление: макет «Предметы гигиены».
- Оборудование для развития дыхания.
- Спортивное развлечение «Кто спортом занимается, тот силы набирается».
- Развлечение в бассейне «Рисунки на воде».
- Театрализованная игра-зрелище «Витаминная семья»
- Развлечение-игра «Добрый доктор Айболит»

Работа с родителями :

- Анкетирование «О здоровье всерьез».
- Консультации, памятки, рекомендации.
- Выпуск газеты для родителей «Ваше здоровье».
- Оформление копилки «Бабушкины рецепты».
- Сбор иллюстративного материала о здоровом образе жизни (оформление альбома).
- Викторина «Спорт – это жизнь».
- Фотовыставка «Я учусь быть здоровым».
- Индивидуальные проекты – презентации «Как я забочусь о здоровье своего ребенка».
- Составление кроссвордов о спорте, о здоровье.
- Педагогический всеобуч для родителей. Презентация проекта «Здоровье свыше нам дано, учись, малыш, беречь его».

Расти здоровым, малыш!

