Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №22

Колпинского района Санкт-Петербурга

Проект:

**«Будь здоров, малыш»**

(среднесрочный)

(ноябрь-февраль)

2 младшая группа «Гномики»

Воспитатель ГБДОУ №22

**Малоземова Светлана Анатольевна**

Санкт-Петербург

2012

**Актуальность:** Проект посвящен проблеме формирования у детей 3-4 лет навыков здорового образа жизни, профилактики острых распираторных вирусных заболеваний и гриппа. Обеспечить «здоровую жизнь» своим детям, приучить их беречь и развивать своё физическое здоровье, а также бережно относиться к окружающему миру – одна из основных составляющих процесса развития и воспитания детей родителями.

Родиться здоровым недостаточно, нужно ещё овладеть знаниями и умениями. Как сохранить и укрепить ресурсы своего организма. Главным примером служит взрослый, семья, семейные традиции, привычки, условия, в которых живёт и развивается ребёнок.

Наиболее ценной для общения и укрепления здоровья является активная физкультурно-оздоровительная работа.

**Проблема:** повышение заболеваемости детей ОРВИ и гриппом; некомпетентность родителей в вопросах оздоровления детей.

**Цель**:

* Вводить первичные правила здорового образа жизни;
* приобщать детей к основам здорового образа жизни;
* повысить компетентность родителей в вопросах профилактики ОРВИ и гриппа

**Задачи:**

1. Создать совместно с детским садом и семьей условий по воспитанию физически здорового ребенка.
2. Повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка
3. Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни, навыки гигиены профилактики заболеваний;
4. Формировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании детей и их родителей

**Условия для реализации проекта:**

1. Осуществляем тесное взаимодействие с инструктором по физическому воспитанию и медсестрой ДОУ.
2. Сотрудничество с родителями.

**Этапы проекта:**

**Первый этап – подготовительный**

* Подобрать методические рекомендации, научно-популярную литературу, иллюстративный материал по данной теме;
* Привлечение внимания педагогов, родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста;

**Второй этап – основной**

* Разработка комплекса мероприятий;
* Разработка методических рекомендаций по формированию здорового образа жизни воспитанников;
* Организация работы с родителями;

**Третий этап – заключительный**

* Проведение спортивного мероприятия вместе с родителями «Воскресенье здоровья».

**Методы и приёмы**

Наглядный метод:

* Рассматривание картинок «Малыши – крепыши», «Зимние виды спорта»
* Рассматривание иллюстраций к произведениям К.Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит».

Словесный метод:

* Чтение произвдений К.Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит».
* Беседа «Веселая зарядка»
* Заучивание потешек про режимные моменты.

**Схема реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **цель** | **Содержание и формы работы** | **Сроки реализации** |
| «Островок босоножия» | Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни, навыки гигиены и профилактики заболеваний  Повышать устойчивость организма ребенка к колебаниям температуры и к переохлаждению. | Утренняя гимнастика:  Босохождение по дорожке здоровья;  Воздушные ванны.  Мытье рук до локтя;  Бодрящая гимнастика после сна.  Индивидуальные беседы с родителями о закаливании, информация в родительском уголке.  Беседа «Веселая зарядка» | Ежедневно  Ноябрь |
| «Волшебные точки» | Повышение компетентности родителей в вопросах профилактики ОРВИ и гриппа | Использование релаксации, пальчиковая гимнастика, самомассаж рук и лица «Волшебные точки»  Чтение произведения К.Чуковского «Доктор Айболит»;  Консультация для родителей «Волшебные точки» | Декабрь |
| «Ярмарка игр» | Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.  Воспитывать привычки к повседневной физической активности. | Игры-забавы, подвижные игры  Д/и «Зимние виды спорта» | Ежедневно |
| В здоровом теле- здоровый дух | Продолжить учить детей заботиться о своем здоровье для укрепления иммунитета. | Утренняя гимнастика с элементами дыхательной гимнастики;  Ароматизация помещения (чеснок, лук);  Аромомедальоны (чеснок);  Чтение произведений К.Чуковского «Мойдодыр» | Ежедневно  Декабрь-  Январь |
| «Воскресенье здоровья» | Помочь детям и родителям осознать значение физических упражнений, режима дня.  Воспитывать потребность в здоровом образе жизни. | Спортивное мероприятие совместно с родителями. | Февраль. |

**Планируемые результаты**:

1. Создание необходимых условий для организации деятельности ДОУ по формированию у детей основ здорового образа жизни;
2. Координация деятельности по формированию здорового образа жизни у детей между родителями, сотрудниками ДОУ.
3. Появление интереса у родителей к проблемам укрепления и сохранения здоровья.

**Литература:**

1. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников» Волгоград «Учитель» 2008.
2. Вареник Е.Н. «Утренняя гимнастика в детском саду» .М:ТЦ «Сфера»2008.
3. Железняк Н.Ч. , Желобкович Е.Ф. «100 комплексов ОРУ для младших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования» М:»Скрипторий» 2003.
4. Кострыкина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Г.»Малыш, физкульт-привет» М: «Скрипторий» 2006.
5. Щетинин М.Н. «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой» М: «Метафора» 2007.