

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №50»**

# **Проект «Здоровье – это здорово!»**

**Для детей четвертого года жизни (младшая группа)**

**Разработчик: Нестерович Т.А.**

**2022 год**



### **Актуальность проекта:**

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации. Особенно это заметно по статистике заболеваемости дошкольников в регионе с суровым климатом. И если современные стандарты образования обязывают педагогов более тщательно и активно участвовать в области здоровьесбережения детей, то родители воспитанников ДОО часто игнорируют советы воспитателей, предпочитая более легкий путь в этом направлении. Вместо систематического закаливания, бесед о пользе свежего воздуха и подвижных игр, четкого соблюдения режима дня и режима питания сердобольные мамы и бабушки «кормят» малышей синтетическими лекарственными препаратами, которые согласно рекламе «помогают восстанавливать жизненные силы организма».

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. При профессиональном подходе к вопросам здоровьесбережения у каждого ребенка укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой помещения, а также соблюдать правила гигиены.

## **Проблема:**

Жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни. К сожалению, в России здоровый образ жизни не занимает пока первое место в шкале потребностей и ценностей человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми и развитыми физически. Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека.

## **Цель проекта:**

сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей привычки к здоровому образу жизни

## **Задачи проекта:**

- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы оздоровительной работы;
- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;
- создавать условия для благотворного физического развития детей;
- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

### **Участники проекта:**

дети младшего дошкольного возраста, родители воспитанников, педагоги группы

### **Сроки реализации проекта:**

Июль – сентябрь 2022 года

### **Предполагаемый результат проекта:**

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной оздоровительной работы;
- Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур;
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни;
- Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здоровья.

# План реализации проекта

## 1. Подготовительный этап

- Определение цели, задачи проекта, сроков реализации, предполагаемого результата.
- Подбор материалов по теме проекта
- Работа с методическим материалом, литературой по данной теме.
- Разработка перспективного плана к проекту

## 2. Реализация проекта

- Беседы по темам: «Что такое здоровье?», «Витамины и их роль в жизни человека», «Полезно – не полезно», «Что такое режим дня?», «Личная гигиена», «Кто спортом занимается..»
- Закаливающие процедуры: пребывание на свежем воздухе, босоножие, хождение по массажным дорожкам, умывание контрастной водой
- 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, водичка... », «Кран откройся! Нос, умойся!», «От водички, от водицы все улыбками искрится! »; А. Барто «Девочка чумазая»
- Дидактические игры: «Вредная и полезная еда», «Мой режим дня»
- Познавательное развлечение «Здоровые зубки» - с участием врача-стоматолога общей практики
- Экскурсионное занятие в кабинете медицинской сестры ДОУ
- Работа с родителями: Консультации на тему: «Здоровое питание – здоровый ребенок», «Здоровый образ жизни для детей». Конкурс семейных фотографий «Здоровье – это здорово!»

# Босоножие



# Экскурсия в медицинский кабинет



# Развлечение с привлечением врача-стоматолога общей практики «Здоровые зубки»





# Конкурс семейных фотографий «Здоровье – это здорово!»



### 3. Заключительный этап

- Участие воспитанников в развлечении «Добрый доктор Айболит»
- Презентации проекта «Здоровье – это здорово!» коллегам на педагогическом сообществе.

