Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
городского округа Саранска
«Детский сад № 80 комбинированного вида»

Рассмотрена и одобрена
на заседании педагогического
совета № 5 от
«19» 05. 2020г.

«Утверждаю»
Заведующая МАДОУ «Детский сад № 80
комбинированного вида»»
_____С. В. Вишнякова
№ приказа 110-д

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

ДЛЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

« Познать себя и быть здоровым ».

Разработала: Дугушкина Е.В.- воспитатель.

Саранск, 2020 г.

Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они выпадали бы все из окон, утонули бы, попали бы под машины, выбили бы себе глаза, поломали бы ноги и заболели воспалением мозга и воспалением легких - и уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно также, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься.

Я. Корчак.

Современный мир ставит перед нами много новых проблем, среди которых самая актуальная - сохранение и укрепление здоровья детей. Важнейшими условиями здоровья физического были и остаются чистота, движение, питание.

Очень важно помочь ребенку проникнуться уважением к своему телу, научить заботиться о нем, получать радость от красивых, координированных движений, соблюдать неспешность и аккуратность при приеме пищи. Целесообразно доносить эту информацию до ребенка, используя стихотворения, скороговорки, песенки и потешки.

Мною был разработан проект «Познать себя и быть здоровым», для детей младшего дошкольного возраста (3 – 4 лет), родителей и педагогов ДОУ.

Тема проекта: «Познать себя и быть здоровым».

Актуальность проекта.

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и

становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа 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 не только интеллектуально, духовно, но и физически.

Таким образом, проблема формирования у дошкольников культуры здоровья очень важна. От её решения зависит будущее нации и государства.

Цель:

- создание в группе условий для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей.

Задачи проекта:

- создать предметно-развивающую среду и условия для организации двигательной активности и закаливания детей;

- углублять знания о системе закаливающих процедур, о значимости естественно-природных условий;

- формировать культурно-гигиенические навыки;

- умения и знания о том, как правильно позвать взрослого на помощь в опасных для здоровья и жизни ситуациях;

- давать представления об элементарных правилах безопасного обращения с предметами в ванной комнате (дома), туалетной (в группе), за столом во время еды, в процессе одевания и раздевания (в спальне и раздевалке), игрушками в группе и на улице;

- о ситуациях, угрожающих здоровью;

- расширять знания детей о строении своего тела и необходимости ухода за ним;

- обучать детей элементарным здоровьесберегающим технологиям (утренняя, бодрящая, дыхательная гимнастика, самомассаж, упражнения для профилактики плоскостопия);

- безопасному поведению на улице, дома и в группе детского сада;

- повышать компетентность родителей по вопросам укрепления здоровья детей.

Участники проекта.

Дети, родители, педагоги МАДОУ «Детский сад № 80 комбинированного вида».

Тип проекта: информационно-практический, по времени – краткосрочный. Работа по реализации педагогического проекта осуществлялась с 7.07.2020 - 31.08.2020 г., во второй младшей группе.

Место проведения:

МАДОУ «Детский сад №80 комбинированного вида».

Работа над проектом включает ряд этапов:

1 этап – подготовительный

2 этап – основной

3 этап – заключительный

Планирование работы

Этапы:	Виды деятельности	Сроки
1 этап	Подбор методической литературы. Проведение первичной диагностики среди воспитанников, анализ полученных результатов(см. приложение № 1). Дидактическое и методическое оснащение проекта.	С 07.07 - 13.07. 2020 г.
2 этап	Мероприятия по реализации проекта с детьми (см.приложение № 2, 3, 4). Групповая консультация для родителей о целях и задачах внедряемого проекта.	С 13.07 - 17.08. 2020 г.
3 этап	Проведение итоговой диагностики, анализ полученных результатов (см. приложение № 1). Открытое мероприятие для родителей по результатам проведенной работы. Рекомендации родителям.	С 17. 08 - 31.08.2020 г.

Оценка результатов проекта

Результат	Критерии оценки
Возрос интерес родителей к вопросам воспитания здорового ребенка, появилась мотивация здорового образа жизни	Активность родителей при участии в мероприятиях и совместной деятельности. Отзывы родителей.
Создана здоровьесберегающая среда, обеспечивающая комфортное пребывание ребенка в детском саду	Блок нестандартного оборудования: массажеры, дорожки здоровья, "Тропа здоровья" на участке детского сада; картотеки опытов "Мое тело", дидактических игр, фотоальбомы "Так привыкли мы к порядку"
У детей сформированы первоначальные представления о себе как о отдельном человеке, об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека; воспитана привычка к аккуратности и чистоте; дети знают как позвать взрослого на помощь в опасных для жизни и здоровья ситуациях; детям привиты культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания	Наблюдение за детьми

Заключение

Здоровье человека – жизненно важная ценность. Чтобы сохранить и укрепить здоровье, необходимо научиться управлять своим организмом. Но для того, чтобы управлять организмом, надо, прежде всего, знать его: как он устроен, как работает, что для него полезно, а что вредно, понимать его ценность.

В настоящее время и воспитатели, и родители обеспокоены проблемой здоровья детей. Очень важным является формирование у ребёнка правильного отношения к своему здоровью, навыков здорового образа жизни. Как это сделать? Как нацелить ребёнка на то, что нужно ухаживать за своим телом, своей кожей, беречь глаза, уши, зубы, руки и ноги? Как научить

его следовать определённому режиму дня, заботится о сне, о питании? Как помочь ему уберечь себя в мире, полном опасностей и неожиданностей?

Данный проект разработан с целью решения этой проблемы, а именно с целью создания необходимых условий для понимания ценности здоровья и способов его сохранения детьми дошкольного возраста.

Предложенный комплекс мероприятий позволит:

- Сформировать у детей представление о своем здоровье, мерах его сохранения и укрепления.
- Возникновению у детей мотивации к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих.
- Повысить сопротивляемость организма детей к заболеваниям.
- Повысить компетентность родителей в вопросах сохранения здоровья своего ребенка.
- Ориентировать родителей на совместное с педагогом приобщение детей к здоровому образу жизни.

Таким образом, путем реализации проекта осуществляется комплексный подход в формировании культуры ЗОЖ у воспитанников ДОУ.

Данный проект будет интересен педагогам ДОУ. Ведь долг педагогов и родителей заключается не только в том, чтобы дать качественные знания детям, но и в том, чтобы сформировать сознательную установку на здоровый образ жизни, научить их с малых лет жить в гармонии с собой и окружающими миром.

Литература:

1. Алямовская В.Г. Ясли-это серьезно. М., 2001.

2. Алямовская В.Г. Ребенок за столом: Метод.пособие по формированию культурно-гигиенических навыков. М., 2005.

3. Конкевич С.В. Социально-нравственное воспитание дошкольников в формировании представлении об этикете. СПб., 2013.

4. Курочкина И.Н. Этикет для детей и взрослых. М., 2001.

5. Печера К.Л. и др. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. М., 2002.

Приложения

Приложение № 1

Диагностика по ЗОЖ на младший дошкольный возраст

Цель: Выявить элементарные представления о ценности необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни и стараться следовать им в своей деятельности.

Критерии:

1.Выявления знаний названий частей тела.

2.Правильно пользуется предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок), умывается и моет руки при незначительной помощи взрослого.

3.Выполнение элементарных умений и навыков личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, умения пользоваться носовым платком, помогать в уборке помещения и др.)

4.Выявление навыков способствующих поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. С удовольствием делают зарядку дома и в детском саду.

Описание уровней:

Низкий уровень: Дети затрудняются в названиях частях тела. Не умеют пользоваться предметами личной гигиены. Отсутствуют полностью или частично навыки самообслуживания. Не соблюдают меры безопасности.

Средний уровень: Дети владеют основами гигиенической культуры. Бережно относятся к своим вещам, к предметам ближайшего окружения, знают о правилах безопасного поведения. Поддерживают порядок в своих шкафчиках, частично одеваются, следят за своим внешним видом, пользуются предметами личной гигиены.

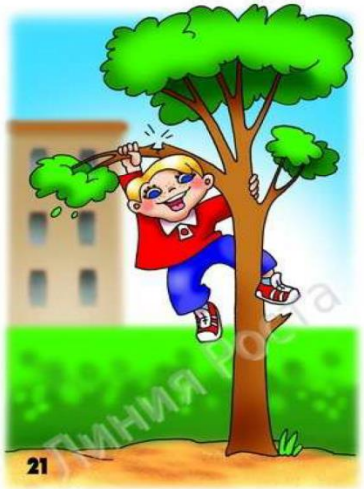
Высокий уровень: Дети называют и показывают части тела. Самостоятельно пользуются предметами личной гигиены. Самостоятельно одеваются, поддерживают порядок в шкафу, прибегают к помощи взрослого лишь в крайних случаях. С удовольствием делают зарядку дома и в детском саду. Умеют пользоваться ложкой, аккуратны при приеме пищи. Знают о ситуациях угрожающих здоровью. Соблюдают правила поведения на улице и в группе.

Таблица результатов											
№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Критерий №1		Критерий №2		Критерий №3		Критерий №4		Итог	
		Нач.уч.г.	Кон.уч.г.	Нач.уч.г.	Кон.уч.г.	Нач.уч.г.	Кон.уч.г.	Нач.уч.г.	Кон.уч.г.	Нач.уч.г.	Кон.уч.г.
1	Кочкина Маша	н	с	н	с	с	в	с	в	с	в
2	Ланчкин Тимофей	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с
3	Лысова Арина	н	с	н	с	с	в	с	в	с	в
4	Паксюткин Никита	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с
5	Палаткина Вика	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с
6	Пирожков Коля	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с
7	Торонов Кирилл	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с
8	Тюгаева Вика	н	с	н	с	н	с	с	в	н	с
9	Федашов Артём	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с
10	Ямбушев Тимур	н	с	н	с	н	с	н	с	н	с

Методика выявления знаний по ЗОЖ

Назови предметы и зачем они нужны человеку?
Объясни или покажи как ими пользоваться ?

Чем опасны эти ситуации для здоровья?



bezopasnost-detej.ru

Холодная сосулька
Вкуснее леденца!
Такую бы конфетку
Лизать мне
без конца!
Но вот лежу
с ангиной,
И мне гулять
нельзя...
Послушайте:
не надо
Сосульки есть,
друзья!

Приложение № 2

Планирование мероприятий по реализации

проекта

Формы организации	Содержание
Познавательные занятия	"Кукла Таня моется", "Кукла Маша обедает", "Уши"(по стихотворению Э. Машковской), "Радость выглядеть опрятным", "Режим дня".
Беседы с детьми	"Части тела человека", "Руки", "Ноги", "Глаза", "Голова", "Рот и зубы", "Как беречь части тела?".
Игры-эксперименты	"Чистящая вода", "Мокрые рукава и полотенце", "Грязные и чистые руки", "Что отражается в зеркале?", "Путешествие в страну одежды".
Игры-этюды	" Я сама!", "Купание"
Дидактические игры	"Правила личной гигиены", "Загадки о предметах личной гигиены".
Чтение художественной и научно-популярной литературы	А.Барто, С. Михалков, К.Чуковский, потешки, пословицы, В.Деркунская, Е.Комаровский.
Изучение плакатов	"Строение человека", "Безопасное поведение дома и в детском саду".
Практическая работа с детьми	Разработать правила безопасного поведения в группе и на прогулке. "Тропа здоровья" на участке детского сада.
Работа с родителями	Тематические беседы.

Приложение № 3

Занятие "Кукла Таня моется".

Задачи:

- давать первоначальные знания о предметах, необходимых для соблюдения норм гигиены (что нужно знать, чтобы помыть куклу Таню);

- пополнять активный словарь словами и понятиями по теме "Гигиена": таз, мочалка, мыло, "чистый", "грязный" и т.д.

Оборудование: кукла среднего размера, игрушечная кухонная посуда, кукольная мебель, тазы с теплой и холодной водой, мочалки; мультимедийное оборудование, слайды с иллюстрациями к стихотворению А.Барто "Девочка чумазая".

Ход занятия:

Дети вместе с воспитателем находятся в умывальной комнате перед завтраком. Входит взрослый в костюме Айболита, здоровается, дети начинают умываться.

Айболит:

Водичка, водичка.

Умой мое личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

После умывания дети и взрослые входят в групповую комнату. Дети накрывают кукольный стол, воспитатель и Айболит помогают им.

Воспитатель незаметно вносит чумазую куклу и сажает ее на стульчик. Дети обращают внимание на куклу. Воспитатель читает стихотворение А. Барто "Девочка чумазая".

На экране мультимедийного оборудования появляются иллюстрации к стихотворению.

Воспитатель: что случилось с нашей куклой Таней?

Дети: Она испачкалась.

Воспитатель: А что нужно делать, чтобы кукла Таня стала чистой и веселой?

Дети: Ее нужно искупать и постирать ее одежду.

Воспитатель: Что нам понадобиться для того чтобы помыть куклу?

Айболит: Помогите мне выбрать нужные предметы.

Дети выбирают предметы, Айболит хвалит детей. Воспитатель ставит перед ними два таза с водой предлагает определить, в каком холодная в каком теплая

Воспитатель: В какой воде лучше помыть Таню?

Дети: В теплой

Воспитатель: Таня чистая она улыбается. А другие куклы в нашей группе чистые?

Дети принимают решение помыть всех кукол

Айболит: Ах какие вы молодцы ребята, - вымыли всех кукол. И дети у нас опрятные и аккуратные, и куклы у них чистые

Айболит раздает детям угощения.

Приложение № 4

Занятие "Кукла Маша обедает".

Задачи:

- давать первоначальные знания о предметах, необходимых для приготовления и принятия пищи (что надо знать, чтобы накормить куклу Машу обедом);

- вводить в понимаемую речь обобщающие слова «посуда», «мебель»;

- пополнять активный словарь словами, обозначающими отдельные предметы посуды (ложка, тарелка, чашка, кастрюля, чайник);

- закреплять представления о предметах мебели (стол, стул).

Оборудование: кукла среднего размера, игрушечная кухонная посуда, кукольная мебель.

Ход занятия:

Воспитатель выставляет предметы игровой мебели: стул, стол с посудой. Все это происходит в процессе живого общения с детьми — в разговоре закрепляются названия всех предметов мебели. Обязательный акцент воспитатель делает на обобщающем слове «мебель».

Педагог привлекает то одного, то другого ребенка к действию: предлагает посадить куклу на стульчик; постелить скатерть на стол; поставить тарелочки, чашечки, ложечки; повязать кукле нагрудник, посадить ее за стол.

Акцентируется обобщающее слово «посуда».

Разворачивается ситуация кормления куклы. В качестве «пищи» для куклы используются игровые муляжи — фрукты, овощи, хлеб и т.д.

Далее педагог разыгрывает ситуацию кормления куклы. Желательно провести эту часть занятия с предельным реализмом, отражая, по сути, моменты кормления малышей: куклу просят есть аккуратно, не проливать суп на скатерть, пользоваться салфеткой и т.д.

В процессе происходящего взрослый задает детям вопросы, вступает в диалог, побуждая называть предметы посуды, эмоционально обыгрывает «поведение» куклы за столом: рассказывает, как Маша съедает первое блюдо — супчик из глубокой тарелочки; второе — котлетку с морковкой — из мелкой, затем из чашки пьет компот.

В этой части занятия дети, помогая воспитателю и вступая с ним в диалог по разным поводам, наблюдают за действиями взрослого, который разыгрывает перед ними игровую ситуацию кормления куклы.

В дальнейшем создаются условия, побуждающие детей перенести игровой показ воспитателя в самостоятельную игровую деятельность.

Дети проявляют интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения; с удовольствием демонстрируют простейшие умения и навыки гигиенической культуры; с интересом изучают себя, наблюдают за своим здоровьем; положительно настроены на выполнение элементарных процессов самообслуживания; радуются самостоятельным и совместным действиям и их результатам (чистые руки, хорошее настроение, убранные игрушки в группе, одежда сложена аккуратно, "Я - молодец"); дети стремятся соблюдать элементарные правила здорового образа жизни и безопасного поведения, проявляют компетентность.