

«За здоровьем в детский сад»

Формирование здорового образа жизни у
детей младшего дошкольного возраста



Выполнили
воспитатели младшей группы

Полякова Л.С.

Скворцова И.В.

- **Актуальность:** Проблема здоровья человека, его сохранение и укрепление остается особенно острой, требующей серьезного педагогического осмысления. По данным Комитета по здравоохранению здоровье учащихся общеобразовательных школ и воспитанников дошкольных учреждений имеют неблагоприятную динамику. В связи с этим актуально воспитание культуры здоровья уже в дошкольном детстве. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду.
- **Цель:** Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста через систему знаний и представлений об окружающем мире, привлечение родителей к решению оздоровительных задач.
- **Задачи:**
 - Дать детям первоначальное представление о здоровом образе жизни.
 - Познакомить с особенностями строения тела человека (голова, шея, руки, ноги, туловище). Каждая часть тела выполняет определенные функции: глаза видят, руки держат, берут, выполняют упражнения, уши слышат, нос дышит и т.д.
 - Приучать детей следить за своим внешним видом, чистотой своего тела; правильно пользоваться предметами личной гигиены.
 - Познакомить с полезными продуктами, их значением для здоровья человека.
 - Воспитывать понимание ценности здоровья, потребность быть здоровыми.



- По виду: познавательный
- По продолжительности реализации проекта: долгосрочный.
- Возраст участников проекта: дети младшей группы.
- Участники проекта: дети, воспитатели, родители.
- По количеству участников: коллективный.





Месяц	Тема	Содержание и формы работы с детьми
Ноябрь	Личная гигиена	<p>1. Беседа «Чумазый мальчик» Цель: Развивать у детей понимание о значимости гигиенических процедур.</p> <p>2. Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу» Цель: Пополнять знания детей о зубной щетке, и других средствах личной гигиены. Формировать привычку к опрятности.</p> <p>3. С/рол. игра «Салон красоты» Цель: Формировать представления о профессии парикмахера, формировать навыки культуры общения, поведения.</p> <p>4. Чтение К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «девочка чумазая», З.Александрова «Купание», потешки: «Расти коса до пояса», «Водичка водичка».</p> <p>5. Развлечение «Путешествие в страну здоровья» Цель: воспитание культурно-гигиенических навыков.</p>
Декабрь	Будем спортом заниматься	<p>1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке» Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта.</p> <p>2. Дидактическая игра «Назови вид спорта» Цель: Закрепить название некоторых видов спорта</p> <p>3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду» Цель: Формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности</p> <p>5. Спортивное развлечение «Спорт это сила!»</p>
Январь	Полезные продукты	<p>1. Занятие «Что полезно, а что вредно» Цель: Уточнить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов и овощей для здоровья человека.</p> <p>2. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп» Цель: Закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении различать овощи и фрукты.</p> <p>3. С/рол. игра «Магазин» Цель: Закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру поведения в общественных местах.</p> <p>4. Чтение Ю.Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита»</p> <p>5. Продуктивная деятельность Аппликация «Варим борщ».</p>

Февраль	Витамины для здоровья	<p>1. Беседа «Знакомьтесь, витамины» Цель: формировать представления о значении витаминов для здоровья человека. Познакомить с поговоркой. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>3. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». Цель: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.</p> <p>4. Огород на окне. Цель: формировать представление о натуральных витаминах и их пользе для здоровья человека.</p>
Март	«Солнце, воздух и вода - наши верные друзья».	<p>1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». Цель: Познакомить детей с закаливанием и его основными видами.</p> <p>2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров»». Цель: формировать у детей потребности быть здоровыми. Воспитывать культурно гигиенические навыки.</p> <p>3. Развлечение «Если хочешь быть здоровым, закаляйся!» Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности.</p> <p>4. Чтение произведения В. Сулова «Про Юру и физкультуру» Цель: Развивать здоровье сберегающее сознание детей, пространственное мышление, внимание.</p>



Ноябрь

Личная гигиена



Декабрь

Будем спортом заниматься



Январь

Полезные продукты



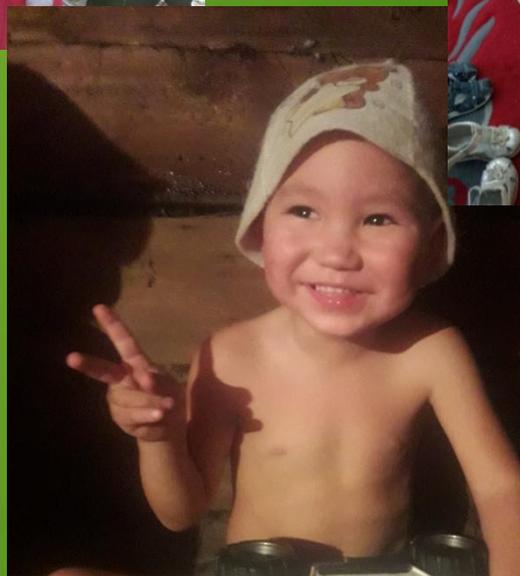
Февраль

Витамины для здоровья



Март

Солнце, воздух и вода -
наши лучшие друзья



Спасибо за внимание

