



**Формирование навыков
здорового образа жизни через
применение проектной и
здоровьесберегающей
технологий**

Воспитатель
МБДОУ Интикульского детского сада
«Дюймовочка» №13
Костерина Марина Михайловна

2014 год
п. Интикуль
май

В своей педагогической практике для достижения положительных результатов в работе с детьми использую технологию проектной деятельности. Проект даёт возможность всесторонне подойти к заданной теме. Прежде всего, в ходе проектной деятельности расширяются знания детей об окружающем мире, развиваются общие способности - познавательные, коммуникативные. Дошкольники приобретают необходимые социальные навыки - они становятся внимательнее друг к другу, начинают руководствоваться не столько собственными мотивами, сколько установленными нормами. Проектная деятельность влияет на содержание игровой деятельности - она становится более разнообразной, а сами дошкольники становятся интересны друг другу. Проектирование заставляет педагога постоянно находится в пространстве возможностей, требует ежедневного творческого роста. Развиваются и детско - родительские отношения.

Заниматься проектной деятельностью я начала с 2012г. За это время реализовала два детско - взрослых проекта: *"Этот чудный мир воды"*, *«Книжечка неделя»*.

И сейчас предлагаю вашему вниманию ещё один проект **"Чистюльки"**. Его я взяла в начале 2013 учебного года. Срок реализации один год. Взяла этот проект в связи с тем, что набранная группа состояла полностью из вновь прибывших детей, которые не владели КГН.

Цель проекта "Чистюльки": развитие культурно-гигиенических навыков у ребёнка.

Задачи:

- Развивать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания;
- Формировать привычку следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расчёской, носовым платком;
- Формировать навыки поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом;
- Формировать начальные представления о ценности здоровья, что здоровье начинается с чистоты тела, что чистота – красота – здоровье - это неразделимые понятия;
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;
- Активно привлекать родителей к соблюдению и развитию навыков личной гигиены дома.

Во время реализации проекта проводила НОД по следующим темам:

- "Помоги Зайке сберечь здоровье"
- "Доктор Айболит"

- "Учим куклу Дашу мыть руки"
- "Мои здоровые зубки"
- "Доброе утро, расчёска"
- "Как нужно ухаживать за собой"

Играли в дидактические игры:

- "Оденем куклу на прогулку"
- "Кому что нужно"
- "Таня простудилась"
- "Уложим мишку спать"
- "Сделаем куклам разные причёски"
- "Мыльные перчатки"
- "Вымой руки"
- "Водичка, водичка"
- "Умывалочка"

Читали художественную литературу:

- К.И. Чуковский "Мойдодыр"
- Е. Силенок "Рано утром звери встали"
- Л. Гржибовская "О зубках"
- О. Чусовитина "Я сам чищу зубы", "Чтоб здоровье сохранить"
- А. Шлыгин "В ванне"
- Т. Каменев "Водичка"

Проводились беседы и рассказы по игровому дидактическому материалу "Малыши - крепыши"

Были приобретены: мультфильм "Мойдодыр", раскраски "Чистота-залог здоровья".

Итог проекта: познавательное мероприятие «Как дети учили Олю, умываться», на котором дети показали свои приобретённые умения и знания КГН и были награждены медалями "Чистюлька".

Результат проекта: У детей сформированы КГН - что является первым шагом в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни.

Совсем недавно я начала внедрять в своей работе здоровьесберегающую технологию "Применение ИКТ в физкультурных занятиях с детьми". Эту технологию я увидела на краевой научно-практической конференции по проблемам дошкольного образования, которая состоялась в ноябре 2013г в г. Красноярске. Технология для меня новая и очень интересная. Взяла её в свою практику, т.к. считаю, что применение ИКТ в физкультурных занятиях очень насыщает и обогащает знания детей, способствует более глубокому восприятию информации и повышает интерес детей к физической культуре.

Предлагаю вниманию спортивное мероприятие "**Зимние виды спорта**"

Цель: познакомить детей с зимними видами спорта.

Задачи:

- обучать детей технике движения тела, связанной с видом спорта
- развивать интерес к спорту, выносливость и ловкость движений
- прививать навыки ЗОЖ

Это мероприятие было итоговым для детей старшей и подготовительной группы по теме недели "Олимпийские игры" и было приурочено к зимним Олимпийским играм в Сочи. Совместно с коллегой мы решили применить новую технологию на практике. На данном мероприятии дети почувствовали себя настоящими олимпийскими спортсменами. Они с огромным удовольствием и неподдельным интересом познакомились с новыми и незнакомыми для себя видами спорта, выполняли различные упражнения биатлона, санного спорта, фристайла, фигурного катания, кёрлинга.

Результат: Дети полностью усвоили названия зимних видов спорта и использовали приобретённые навыки в утренней гимнастике и в своей свободной деятельности.

И проектная и здоровьесберегающая технологии связаны между собой одной целью – формирование необходимых умений, знаний и навыков по формированию здорового образа жизни