

# Проект

## *«Будь здоров, малыш»*

Составили: воспитатели  
первой младшей группы № 1:  
Лукьянова Оксана Петровна  
Гладунова Екатерина Алексеевна

*Здоровье - это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.*

### **Актуальность проекта:**

Уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни. Здоровье детей - самая актуальная тема на сегодняшний день. Ведь современное общество нуждается в активных и здоровых людях, поэтому здоровье нужно укреплять как можно раньше. Навыки здорового образа жизни, приобретённые в раннем возрасте, послужат фундаментом для общего развития и сохранят свою значимость в последующие годы.

### **Цель проекта:**

Формировать привычку здорового образа жизни у детей раннего возраста, повышать компетентность родителей в вопросах оздоровления детей, их стремление к самообразованию.

### **Задачи проекта:**

1. Дать первоначальные представления о пользе витаминов.
2. Дать первоначальные простейшие представления о здоровом образе жизни.
3. Развивать у детей навыки, культуру питания.
4. Формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.
5. Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.
6. Повысить педагогическую компетентность родителей по вопросам укрепления здоровья детей.
7. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

**Тип проекта:** познавательно-игровой.

**Участники проекта:** дети младшей группы № 1, родители воспитанников, педагоги группы.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный.

### **Ожидаемые результаты:**

Дети: обогащение двигательного опыта; повышение двигательной активности; укрепление здоровья; совершенствование культурно-гигиенических навыков, формирование культуры питания; формирование элементарных основ безопасности и сохранения своего здоровья.

Родители: обогащение родительского опыта приёмами взаимодействия и сотрудничества с ребёнком в семье; повышение компетентности родителей в вопросах физического воспитания и оздоровления детей.

Образовательная деятельность	Вид деятельности	Содержание деятельности
Социально-коммуникативное развитие	Коммуникативная, игровая	<p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Путешествие в страну Здоровья» Цель: формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.</li> <li>– «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» Цель: закрепить знание детей о полезных продуктах.</li> <li>– «Правила личной гигиены» Цель: воспитывать в детях желание соблюдать правила гигиены.</li> <li>– «Правила приёма пищи» Цель: закрепить правила приема пищи.</li> </ul>
Познавательное развитие	Познавательная, коммуникативная, игровая, исследовательская	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Игра-конструирование «Больница для зверят».</li> <li>– Дидактическая игра «Чудесный мешочек» Цель: закреплять умение детей называть предметы личной гигиены; развивать зрительную память, внимание.</li> <li>– Просмотр мультфильма «Мойдодыр».</li> <li>– Сюжет - игра «Семья» Цель: учить детей отражать в играх события реальной жизни, воспитывать навыки коллективной игры.</li> <li>– Рассматривание альбома «Виды спорта» Цель: знакомство детей с разными видами спорта.</li> </ul>
Речевое развитие	Коммуникативная	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Чтение К. Чуковский «Айболит» Цель: познакомить детей с новым произведением, закрепить у детей представление о профессии врача.</li> <li>– Чтение художественной литературы. Стихи и загадки про овощи и фрукты, рассматривание иллюстраций. Цель: формировать у детей интерес к знаниям об овощах и фруктах.</li> <li>– Просмотр мультфильма Фиксики «Витамины».</li> </ul>

		<p>– Чтение художественной литературы Г.Лагздынь «Зарядка», «Моем руки».</p> <p><i>Цель:</i> воспитывать у детей положительное отношение к навыкам самообслуживания и культурно – гигиеническим навыкам.</p>
Художественно-эстетическое	Изобразительная, творческая, коммуникативная, музыкальная	<p>– Лепка «Яблочко-витаминное, наливное».</p> <p><i>Цель:</i> совершенствовать умения детей работать самостоятельно, совершенствуя приемы и способы лепки.</p> <p>– Рисование «Дерево здоровья»</p> <p><i>Цель:</i> учить детей рисовать в технике ладошкой листья деревьев; учить радоваться результатам работы.</p>
Физическое	Двигательная	<p>– Подвижные игры: «Цветные автомобили», «Сбей кегли», «Попади в цель», «Найди свой цвет», «Наседка и цыплята», «Зайка серенький сидит», «Воробушки и автомобиль».</p> <p>– Закаливающий массаж подошв «По ровненькой дорожке».</p> <p><i>Цель:</i> сохранение и укрепление здоровья у детей, пробуждение организма детей после дневного сна.</p> <p>– Игры с шариком Су-джок</p> <p><i>Цель:</i> развивать ручную умелость и мелкую моторику; нормализовать мышечный тонус.</p> <p>– Комплекс «Котята»</p> <p><i>Цель:</i> профилактика плоскостопия.</p> <p>– Спортивно – познавательный досуг театрализованной программы «Здоровым будешь – все добудешь!»</p> <p><i>Цель:</i> повышать двигательную активность. Развивать ловкость. Вызывать положительные эмоции от совершаемых действий.</p> <p>– Дыхательная гимнастика: «Пузырики», «Насосики»</p> <p><i>Цель:</i> укрепление здоровья.</p>

### **Консультации для родителей:**

- «Профилактика плоскостопия».
- «Витамины для детей»,
- «Игры с Су-джок»,
- «Воспитание у детей культуры и навыков поведения за столом»,
- «Активность ребенка - залог его здоровья».

### **Продукты реализации проекта:**

- Фотовыставка «Со спортом - дружить здоровыми быть!».
- Коллективная работа воспитанников и педагогов «Дерево здоровья»

### **Список используемой литературы:**

1. Программа воспитания и обучения в детском саду» под «редакцией М. А. Васильева, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой.
2. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. -М., 2012.
3. Мосягина Л. И. Целостная система физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего и младшего дошкольного возраста. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.- 288 с.
4. Павлова П. А., Горбунова И. В. Расти здоровым, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста. - М.: ТЦ «Сфера», 2006.
5. Развивающие игры с малышами до трёх лет: популярное пособие для родителей и педагогов/ сост. Т. В. Галанова. - Ярославль: Академия развития, 2008.
6. Яколева Т. С. «здоровье сберегающие технологии воспитания в ДОУ» / Т. С. Яколева, 2006г