



***Социальный проект :***  
**«Здоровая прогулка с малышом»**

**1 младшая группа.**

**Подготовила: Прядко Елена Егоровна  
МКДОУ д/с №2 общеразвивающего вида  
Город Россошь**

## Цель:

- Обмениваться информацией о лучших местах прогулок и отдыха с детьми в городе и заинтересовать родителей к их активным проведениям.

## • Задачи:

-Обеспечить физическое и эмоциональное развитие ребёнка в ДОУ и семье.

-Просвещать родителей с целью повышения психологической и педагогической культуры;

-Заинтересовать родителей найти и обмениваться информацией об оптимально приспособленных местах для прогулок и отдыха с детьми в городе.

-Дать информацию родителям о важности активного отдыха с детьми на улице;

# Советы для приятной прогулки.

- 1 Для осмотра достопримечательностей лучше всего подходит утренняя прогулка, т.к ребенок в это время наиболее активен.
- 2 После небольшой экскурсии подберите такое место отдыха, где ребенок может свободно подвигаться, поиграть с другими детьми.
- 3 ,Берите с собой фотоаппарат., чтобы запечатлеть памятные места и достопримечательности города.
- 4 Принесите фотографии в детсад, чтобы ребенок мог рассказать взрослым и детям о своих впечатлениях.
- 5 Выбирая маршрут продумайте меры безопасности: возьмите питьевую воду, а летом не забудьте про головной убор и небольшую дорожную аптечку.
- 6 После прогулки старайтесь побеседовать с реббенком, чтобы уточнить что ему особенно понравилось. Это поможет малышу лучше осознать и запомнить новую

# **«Как одевать ребенка на прогулку»**

1. При выборе одежды нужно учитывать температуру и скорость ветра
2. Одежда должна соответствовать сезону.
3. Количество одежды должно быть умеренным, чтобы ребенок не перегревался и не переохлаждался.
4. Одежда должна быть удобной, практичной не стеснять ребенка в движении.



# Как гулять с пользой для здоровья.

1. На свежем воздухе организм насыщается кислородом.
2. Прогулка является надежным способом укрепления здоровья и профилактики утомления.
3. Свежий воздух очищает воздух от пыли, аллергенов, благодаря чему улучшается функционирование слизистой носа и верхних дыхательных путей.
4. Формируются правильные навыки выполнения основных движений.
5. Под воздействием ультрафиолетовых лучей в коже вырабатывается витамин Д. При недостатке этого витамина развивается рахит.
6. На прогулке ребенок получает новые впечатления, положительные эмоции, от которых зависит интеллектуальное и социальное развитие.

# Анкета для родителей.

1. Ф.И.О.
2. Сколько времени вы выделяете для прогулки с ребенком на свежем воздухе?
3. Кто чаще гуляет с малышом?
4. Любимое занятие вашего ребенка на прогулке?
5. Играете ли вы в подвижные игры с ребенком? Перечислите в каких.
6. Любимые места отдыха в городе.



# Пословицы и поговорки.

- В дом, куда не заглядывает солнце, заглянет врач.
- В доме, где свежий воздух и солнечный свет, врач не надобен.
- В здоровом теле здоровый дух.
- Вечерние прогулки полезны, они удаляют от болезни.
- Двигайся больше, проживёшь дольше.
- Деньги потерял — ничего не потерял, время потерял — много потерял, здоровье потерял — всё потерял.
- Пешком ходить - долго жить.
- Сидеть да лежать, болезни поджидать.
- Сон — лучшее лекарство.
- Утро встречай зарядкой, вечер провожай прогулкой.

# Папка-передвижка «Времена года»





# Буклет «Я гуляю по родному городу»



# Газета для родителей.



# Альбом «Наш отдых в ВЫХОДНОЙ»

## Стариненко Ника.

Одним из самых любимых занятий нашей дочери, являются прогулки на свежем воздухе!

Ника с большим удовольствием гуляет в парке, кормит там голубей, играет с детками на специально отведенных площадках. Ну и, конечно, как же в парке не посетить аттракционы?!

В восторг дочурку приводит «Колесо обозрения», она с азартом садится к папе, крепко держит его за руки и смело поднимается ввысь, любуясь всей красотой природы!



2015/03/23 07:45 PM