



Проект во второй младшей группе МДОУ «Детский сад» пгт.  
Изъяю, 2015 год

## « БУДЬ ЗДОРОВ, МАЛЫШ! »

ВОСПИТАТЕЛЬ ГРУППЫ ВИСКОВА НАТАЛЬЯ ВАСИЛЬЕВНА

## ПРОЕКТ «БУДЬ ЗДОРОВ, МАЛЫШ!»

---

- Продолжительность проекта: одна неделя, краткосрочный
- Тип проекта: познавательно-игровой
- Участники проекта: дети второй младшей группы, родители детей, воспитатель группы
- Возраст детей: дети второй младшей группы «Радуга»(3-4 года)

# ПРОБЛЕМА ПРОЕКТА

---

- Уделять особое внимание родителей и педагогов формированию и укреплению здоровья ребёнка, с целью создания вокруг него потребности и привычки к здоровому образу жизни
- Создавать воспитательное условие для детей, которое стало бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребёнка

# ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

---

ПОВЫШАТЬ УРОВЕНЬ ЗНАНИЙ И ОБОГАЩАТЬ ОПЫТ РОДИТЕЛЕЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ ЧЕРЕЗ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ С ВОСПИТАТЕЛЯМИ ГРУППЫ



# ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

---

## □ Для детей:

- укреплять и охранять здоровье детей
- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены
- дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни
- дать представление о здоровой и полезной пищи для человека

---

□ Для педагогов:

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни
- создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблемы друг друга
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях

---

□ Для родителей:

- дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т.д.
- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми
- заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье

# ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ ПРОЕКТА

Ежедневная физкультурно-оздоровительная работа с детьми :

- оптимизация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима;
- определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей;
- ежедневная утренняя гимнастика;
- ежедневная гимнастика после дневного сна;
- включение подвижных игр и игровых упражнений на прогулке и в группе;
- пальчиковая гимнастика;
- физкультминутки во время непосредственно организационной деятельности детей;
- организация двигательной деятельности в зале и на улице (3 раза в неделю);
- индивидуальная работа по физическому развитию;
- использование приёмов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы;
- ежедневная дыхательная гимнастика в игровой форме;
- ежедневная гимнастика для глаз;
- использование корригирующих дорожек для профилактики заболеваний стоп;
- ежедневное использование оксалиновой мази;
- артикуляционная гимнастика;
- игровые упражнения для профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- чесночно-луковые закуски;
- Закаливание детей с учётом состояния их здоровья:
- воздушные ванны (организация дневного сна без маек);
- хождение босиком по полу перед сном и после;
- прогулки на свежем воздухе (3 раза в день);
- солнечные ванны (в летний период);
- водные процедуры после дневного сна;
- соблюдение режима проветривания помещений группы;
- полоскание фитонцидными растворами и противовоспалительными травяными отварами; «оздоровительный сон» (ароматерапия);
- употребление витаминов-свежих соков и фруктов.



# ПОНЕДЕЛЬНИК

---

Вид ОД: беседы, образовательные мероприятия, игры

СД педагога с детьми:

- «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!»
- оо «ПР» «В стране здоровья»
- с/р «Больница», «Аптека»;п/и «У медведя во бору»;  
«Мышеловка»; д/и «Лото»

Работа с родителями:

- консультация «Физическое оборудование своими руками»

Интеграция ОО:

- «С», «Ф», «Р», «П», «Х»

# ВТОРНИК

---

Вид ОД: беседы, образовательные мероприятия, игры

СД педагога с детьми:

- «Витамины я люблю-быть здоровым я хочу!»
- оо «РР» Чтение х/л К.Чуковский «Мойдодыр»
- п/и «Мышеловка», д/и «Мяч в ворота», «Найди одинаковый флажок»

Работа с родителями:

- Индивидуальные беседы о физических, гигиенических умениях и навыках, о полезной и вредной пищи, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.

Интеграция ОО:

- «С», «Ф», «Р», «П», «Х»

# СРЕДА

---

Вид ОД: беседы, образовательные мероприятия, игры

СД педагога с детьми:

- «Беседа о здоровье и чистоте»
- оо «ФР» Спортивно-оздоровительное развлечение «Неболейка»
- п/и «Мышеловка», «У медведя во бору», «Воробушки и автомобиль»; д/и «Мяч в ворота», «Найди одинаковый флажок»

Работа с родителями:

- Наглядность в виде информационных файлов «Пословицы и поговорки о здоровье», «Загадки о здоровье».

Интеграция ОО:

- «С», «Ф», «Р», «П», «Х»

# ЧЕТВЕРГ

---

Вид ОД: беседы, образовательные мероприятия, игры

СД педагога с детьми:

- Отгадывание загадок о фруктах и овощах, рассматривание натуральных объектов
- оо «ПР» Исследовательская деятельность «Проращивание гороха»
- п/и «Бабка сеяла горох», «Фрукты, овощи»; д/и «Дары природы», «Витамины в продуктах» (пазлы)

Работа с родителями:

- Пальчиковые игры с использованием нетрадиционного пособия. «Огород на подоконнике» (выращивание «витаминов» дома)

Интеграция ОО:

- «С», «Ф», «Р», «П», «Х»

# ПЯТНИЦА

---

Вид ОД: беседы, образовательные мероприятия, игры

СД педагога с детьми:

- оо «ХЭР» создание коллективной работы
- п/и по желанию детей; д/и «Что лишнее»;с/р «Больница»

Работа с родителями:

- Создание альбома «Здоровый образ жизни в нашей семье»
- Выставка массажных дорожек (их важность и значимость в жизни ребёнка)

Интеграция ОО:

- «С», «Ф», «Р», «П», «Х»

# ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ

---

- День открытых дверей для родителей «Эй, родители, ну-ка, вставайте! На зарядку выбегайте!»
- Фотовыставка «Первые шаги к здоровью...»

# РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА

---

## □ Для детей:

- у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- формируются представления о полезной и вредной пищи для здоровья человека (во время завтрака, полдника, обеда, ужина), о ценности здоровья (подвижные игры, физминутки, различные виды гимнастик)

---

□ Для родителей:

- родители с желанием приняли участие в спортивном развлечении «Неболейка»
- выразили желание приобрести массажные дорожки для группы и дома
- приняли участие в оформлении фотогазеты «Первые шаги ребенка к здоровью»



---

□ Для педагогов:

- установлены партнерские отношения с семьями детей группы
- создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей

# ПРИЛОЖЕНИЕ

## □ **Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»**

- **Цель:** научить ребенка заботиться о своем здоровье.
- -Вчера кукла – мама рассказывала, что ее дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины нужны детям для укрепления организма. Ее дети их очень любят. Витамины очень полезные.
- -А вы, ребята, пробовали витамины?
- -Витамины бывают не только в таблетках.
- -А в каких продуктах есть витамины? Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д.
- -В каких продуктах они содержатся и для чего нужны?
- Витамин А – морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.
- Витамин В – мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).
- Витамин С – цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).
- Витамин Д – солнце, рыбий жир (для костей).
- Для лучшего запоминания использовать художественное слово.
- Никогда не унываю и улыбка на лице,
- Потому что принимаю витамины А, В, С.
- Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку.
- Черный хлеб полезен нам и не только по утрам.
- Помни истину простую, лучше видит только тот,
- Кто жует морковь сырую или сок морковный пьет.
- От простуды и ангины помогают апельсины.
- Ну, а лучше съесть лимон хоть и очень кислый он.

# ФОТОТЧЕТ «ВИТАМИНЫ В ПРОДУКТАХ»



## БЕСЕДА О ЗДОРОВЬЕ И ЧИСТОТЕ

- **Здоровье** – это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается. Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. В формировании понятий о здоровом образе жизни.
- -Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять.
- Понятие о здоровом образе жизни включает в себя много аспектов.
- Это, **во-первых, соблюдение режима дня.** В детском саду режим соблюдается, а вот дома не всегда (беседа с детьми о режиме дня дома и в детском саду).
- **Во-вторых, это культурно-гигиенические навыки.**
- -Дети должны уметь правильно умываться.
- -Для чего это надо делать? Чтобы быть чистым, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой, чтобы быть закаленным, чтобы смыть микробы.
- **В-третьих, это гимнастика, физ. занятия, закаливание и подвижные игры.**
- -Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше.
- По утрам зарядку делай будешь сильным, будешь смелым.
- Прогоню остатки сна одеяло в сторону,
- Мне гимнастика нужна помогает здорово.
- -Полезно полоскать горло, обтираться полотенцем, чаще играть в подвижные игры.
- **В-четвертых, культура питания.**
- -обыгрывание ситуации «В гости к Мишутке» и «Вини – Пух в гостях у Кролика»;
- - рассматривание и обсуждение картинок к играм: «Осторожно, вирус!», «Будь здоров!»
- **Отсюда вывод:**
- **НЕЛЬЗЯ:** пробовать все подряд, есть и пить на улице, есть не мытое, есть грязными руками, давать кусать, гладить животных во время еды, есть много сладкого.

# ФОТООТЧЕТ «ЗОЖ»



## ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ «ПРОРАЩИВАНИЕ ГОРОХА»





# ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ





# ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ ВМЕСТЕ С РОДИТЕЛЯМИ

