

# Проект группы № 9

## «Будь здоров , малыш !»

Воспитатель: Коган Наталья Сергеевна

- \* **Продолжительность проекта:** краткосрочный (1 неделя)
- \* **Тип проекта:** познавательно-игровой
- \* **Участники проекта:** воспитатель, дети второй младшей группы и их родители.
- \* **Возраст детей:** 3 - 4 года (вторая младшая группа).
- \* **Проблема проекта:**
  - \* - уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни;
  - \* - создавать воспитательное условие для детей, которое стало бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребенка.
- \* **Цель проекта:** повышать уровень знаний и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через взаимоотношение с педагогами детского сада.
- \* **Задачи проекта:**
  - \* **-для детей:**
    - \* 1) укреплять и охранять здоровье детей;
    - \* 2) формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
    - \* 3) дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
    - \* 4) дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.
  - \* **-для педагогов:**
    - \* 1) установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
    - \* 2) создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки друг друга;
    - \* 3) активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.
  - \* **-для родителей:**
    - \* 1) дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т.д.;
    - \* 2) способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
    - \* 3) заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье

## Девиз проекта:

«Здоровый образ жизни - это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость».



Дата	Вид образовательной деятельности	Совместная деятельность педагога с детьми	Работа с родителями	Интеграция
16.04.2018-20.04.2018г.	Ежедневная профилактическая работа	<p>1. Профилактическая гимнастика: - утренняя гимнастика, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз и т.д. - гимнастика пробуждения, массажные дорожки.</p> <p>2. Формирование культурно - гигиенических</p>	Консультации по запросам	<p>Образовательные области:</p> <p>«Здоровье»;</p> <p>«Безопасность»;</p> <p>«Физическая культура»;</p> <p>«Социализация»;</p> <p>«Познание»;</p>

## Здоровый образ жизни





# 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.

# Посадка петрушки и укропа





# Дидактические игры





# 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.
- \* соблюдение режима дня. В детском саду режим соблюдается, а вот дома не всегда (беседа с детьми о режиме дня дома и в детском саду).
- \* 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.
- \* гимнастика, физ. занятия, закаливание и подвижные игры.
- \* -Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше.
- \* По утрам зарядку делай будешь сильным, будешь смелым.
- \* Мне гимнастика нужна помогает здорово.

## культура питания.

- \* Беседа о пользе полезной пищи
- \* Игра «Больница»
- \* Отсюда вывод:
- \* **НЕЛЬЗЯ:** пробовать все подряд, есть и пить на улице, есть не мытое, есть грязными





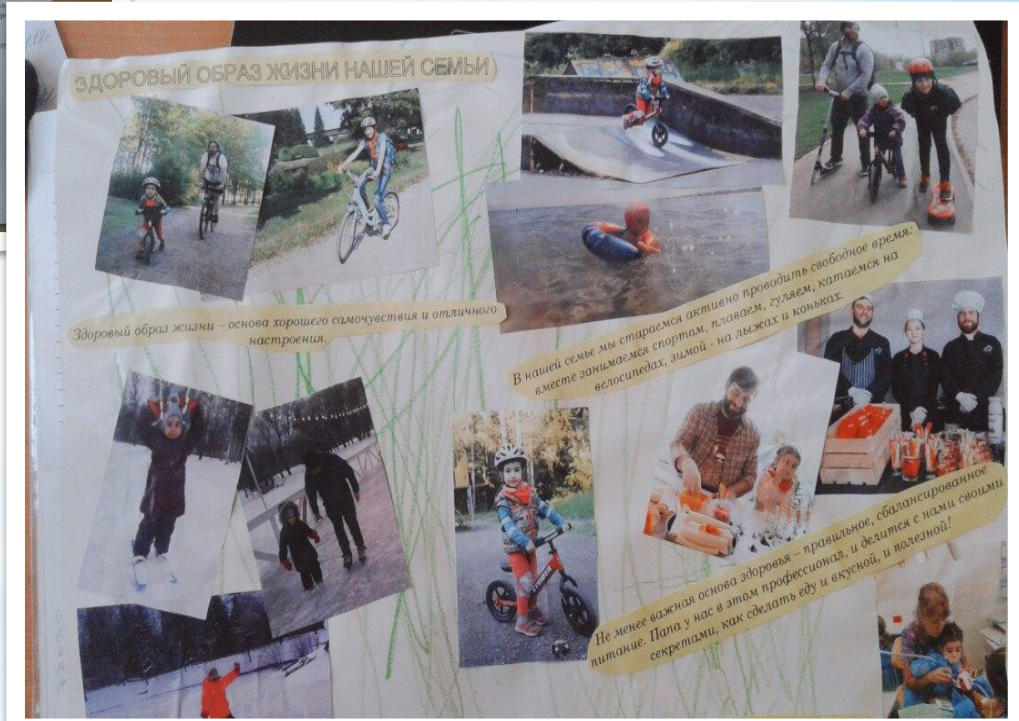


# Занимайся спортом !





# Создание альбома «Здоровый образ жизни в нашей семье»



## Результаты проекта:

### -для детей:

- 1) у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- 2) дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пищи для здоровья человека (во время завтрака, обеда, полдника), о ценности здоровья (подвижные игры, динамические паузы, различные виды гимнастик).

### -для родителей:

- 1) родители приняли участие в изготовлении фотоотчета о здоровом образе жизни семьи.
- 2) выразили желание приобрести массажные дорожки для группы и дома;
- 1) установлены партнерские отношения с семьями детей группы;
- 2) создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей.