

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«ДЕТСКИЙ САД №62»

«Что такое – здоровье?»

(проект по формированию здорового
образа жизни во 2-ой младшей группе
«Василек»)

Воспитатели: Попова Л.В.
Никитина Т.С.

г. Каменск-Уральский, 2015

Актуальность проблемы: Дети 4-го года жизни не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья и то, как его сохранить и укрепить.

Вид проекта: познавательный

Срок реализации проекта: краткосрочный
(с 01 сентября по 30 октября 2015 г.)

Участники проекта: Дети 2-ой младшей группы «Василек», родители и воспитатели

Описание предметно-развивающего пространства:

- Групповое помещение 2-ой младшей группы и приемная;
- Музыкальный зал;
- Участок для прогулок и спортивная площадка



Спортивная эстафета

Цель: Формирование культуры здоровья у детей 3-4 лет; сохранение и укрепление здоровья детей; приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Задачи:

по отношению к детям:

- 1) укрепление и охрана здоровья детей;
- 2) формирование потребности в соблюдении культурно-гигиенических навыков;
- 3) дать представление о ценности здоровья, формирование желания вести здоровый образ жизни;
- 4) дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.



**Пальчиковая гимнастика
«Паучок ползет по ветке»**

Задачи:

по отношению к родителям:

- 1) установление партнерских отношений с семьей каждого воспитанника, объединение усилий для формирования у детей основ здорового образа жизни;
- 2) создание атмосферы общности интересов педагогов и родителей.

Работа над проектом с родителями:

- 1) обсуждение темы проекта;
- 2) привлечь родителей к организации и реализации проекта.
- 3) дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены и т.д.;



**Активный отдых на природе
(семья Дианы Л.)**

Работа над проектом с детьми:
Познавательная деятельность:

- беседы,
- чтение художественной литературы,
- рассматривание картинок и иллюстраций.

Оздоровительная деятельность:

- п/ упражнения,
- самомассаж,
- пальчиковая гимнастика,
- закаливание,
- утренняя гимнастика,
- гимнастика пробуждения,
- подвижные игры на свежем воздухе

-Игровая деятельность:

- игры,
- игровые ситуации,
- упражнения РАЗ .

Продуктивная деятельность:

- раскрашивание контурных изображений овощей и фруктов;
- лепка



**Подвижная игра
«Чей домик?»**

Предполагаемый результат:

1. Дети получают знания о том, что такое здоровье.
2. Знакомятся со способами укрепления и сохранения здоровья.
3. У детей формируются культурно-гигиенические навыки.
4. Все участники проекта (дети, воспитатели, родители) получают положительные эмоции от проделанной работы и полученных результатов.

Продукт проекта:

1. Оформление альбома рецептов «Наше любимое рыбное блюдо»
2. Изготовление детского меню
3. Игра «Если хочешь быть здоров»



**Самомассаж
«Катится колючий ежик»**

Этапы проекта:

- 1 этап – *подготовительный* (с 01 по 10 сентября):
1. Создание условий для реализации проекта «Что такое здоровье?»;
2. Изучение методических пособий и литературы по теме;
3. Подбор художественной литературы (пословицы, стихи, загадки, игры);
4. Обсуждение с родителями на тему: «Участвуем в проекте «Что такое здоровье?»»;
5. Составление перспективного плана мероприятий.



Утренняя гимнастика



**Музыкально-ритмические движения
«А под пальмой краб сидит»**

- 2 этап – основной**
(с 11 сентября по 20 октября):
1. П/ упражнения,
 2. Самомассаж и пальчиковая гимнастика,
 3. Закаливание и гимнастика пробуждения
 4. Утренняя гимнастика и физкультурные занятия
 5. Подвижные игры на свежем воздухе
 6. Беседы;
 7. Рассматривание картин, иллюстраций;
 8. Чтение литературы;
 9. Дидактические игры;
 10. Художественное творчество (лепка, раскрашивание, аппликация);
 11. Участие родителей в конкурсе «Наше любимое рыбное или овощное блюдо»
 12. Участие команды родителей в конкурсе «Кулинарный поединок»



**Подвижная игра
«Попади в ворота»**

- 3 этап – заключительный**
(с 21 по 31 октября):
- Анализ и обобщение результатов, полученных в процессе реализации проекта.
 - Выставка детских рисунков, поделок из пластилина, связанных с тематикой проекта.
 - Выпуск альбома «Наше любимое рыбное блюдо».

Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
"ДЕТСКИЙ САД №62"



**ОВОЩИ И
ФРУКТЫ -
ПОЛЕЗНЫЕ
ПРОДУКТЫ**

г. Каменск-Уральский
октябрь, 2015

Минералы и микроэлементы



Самыми важными минералами для ребенка являются кальций и железо. Кальцием богаты зеленый листовые культуры и бобовые, а также он входит в состав картофеля. Данное вещество отвечает за костную и мышечную систему детского организма. Железо также содержится в плодах картофеля, помидоров, цветной и белокочанной капусты, в листьях салата. Йод содержится в моркови, картофеле, зеленом салате и брокколи. Благодаря употреблению овощей, содержащих йод, улучшается состояние щитовидки и нормализуется обмен веществ.



Реализация проекта: I этап – подготовительный

Для организации работы над проектом «Что такое здоровье?» подобрали художественную литературу: поговорки, стихи, сказки, загадки о растениях. Обсудили с родителями участие в проекте и распределили задания. Изготовили папку-передвижку «Ребенок и компьютер», листовку-молнию «В каких продуктах живут витамины!», буклеты о пользе овощных и рыбных блюд



*Физические
упражнения
на улице*



«Змейка» п/ упражнение

2 этап – основной



Подвижные игры на улице



Эстафета



*Использование
элементов РАЗ
при
пробуждении*



Утренняя гимнастика



*«Волшебные дорожки»
(закаливание)*





*«Палочка-
скалочка»
(самомассаж)*



*«Кукла заболела»
(сюжетно-ролевая игра)*



*«Помоги Мойодобру»
(дидактическая игра)*



*«Моем руки перед едой»
(п/ упражнение
на формирование
культурно-гигиенических
навыков)*



*«Уж, оно соку спелого полно...»
(лепка яблока)*



*«Яблоки на тарелочке»
(аппликация)*



*«Витамины
для Мальвины»
(лепка)*



*«Мой веселый, звонкий мяч»
(аппликация)*



Спортивные и подвижные игры в зале



*«Если хочешь быть здоров!»
(спортивная игра)*





*Рассматривание
иллюстраций*



*«Детское
меню»*



*Просмотр мультфильма
«Мойдодыр»*



*Итоговое мероприятие
«Кулинарный поединок»*



Будьте здоровы!



3 этап – заключительный

В результате работы над проектом дети:

1. Узнали, что такое здоровье и способы его сохранения.

2. Учились проявлять инициативу: выбор деятельности (рассматривание книг и иллюстрация, дидактические и сюжетно-ролевые игры, подвижные игры), выбор цветовой гаммы в творческих заданиях.

3. Учились соблюдать культурно-гигиенические нормы и правила.

Дети, родители и воспитатели получили положительные эмоции от проделанной работы.

На наш взгляд, удалось активизировать внимания родителей к проблеме сохранения детского здоровья и укрепления детско-родительских отношений.