

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 зеленые 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?» подобрили 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*



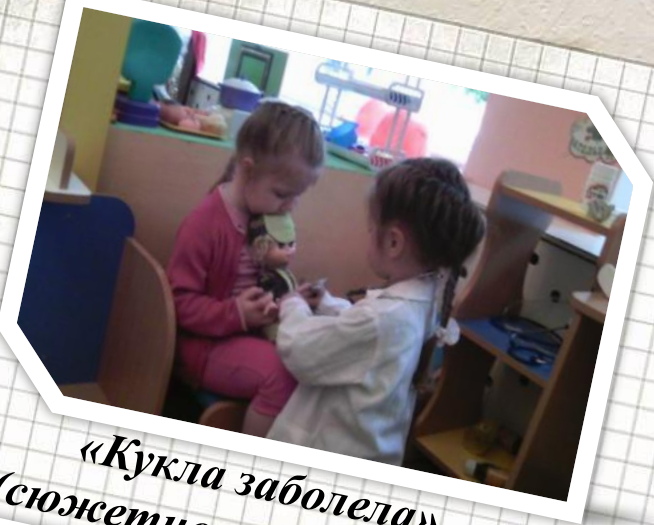
*«Волшебные дорожки»  
(закаливание)*







*«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 внимание родителей к проблеме сохранения детского здоровья и укрепления детско-родительских отношений.