

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«центр развития ребенка-детский сад №5 «Сказка» (МБДОУ ЦРР №5)

**Педагогический проект:**

**«Неделя здоровья»**

***(физкультурно-оздоровительная  
работа с детьми раннего возраста)***



**«Мы весёлые и здоровые...»**

**выполнила Малова Ольга Владимировна**

# Цель проекта

формировать привычку здорового образа жизни у детей раннего возраста, повысить компетентность родителей в вопросах оздоровления малышей, их стремление к самообразованию.



# Задачи:

- заинтересовать родителей вопросами формирования ЗОЖ детей в семье
- активизировать двигательную деятельность детей (в подвижных играх, соревнованиях, игровых упражнениях)
- соблюдать режим дня в д/с и дома
- развивать у детей культурно-гигиенические навыки, культуру питания
- формировать элементарные основы безопасности и сохранения своего здоровья.



**Участники проекта:** дети группы раннего возраста, родители, педагоги: воспитатели группы .

**Длительность проекта:** 1 неделя

**Дети:**

обогащение двигательного опыта; повышение двигательной активности; укрепление здоровья; развитие культурно-гигиенических навыков, культуры питания; формирование элементарных основ безопасности и сохранения своего здоровья.

**Родители:**

обогащение родительского опыта приёмами взаимодействия и сотрудничества с ребёнком в семье; повышение компетентности родителей в вопросах физического воспитания и оздоровления детей.



# Разработка проекта.

- Донести до участников проекта важность данной темы.
- Создать развивающую среду: подобрать материалы, игрушки, атрибуты для двигательной, коммуникативной, игровой деятельности детей; дидактические игры, иллюстративный материал, художественную литературу по теме «Здоровье»
- Подобрать материал для продуктивной деятельности детей (лепка, рисование, строительные игры).
- Подобрать информацию, разработать пособия для работы с родителями.
- Составить перспективный план мероприятий.



# «Мы весёлые и Пальчиковые»



«Ладушки»

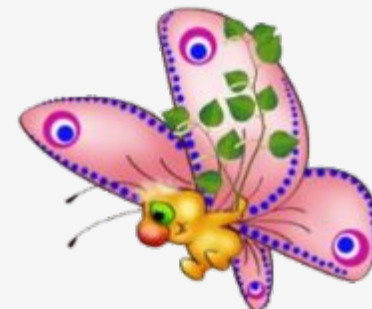
«Сорока-сорока»



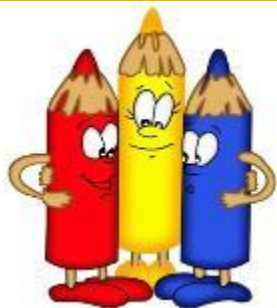
# Дыхательные упр. «Ветерок» и «Шид»



# «Летят»







# Веселый мячик.



# «Мы играли, мы играли и нисколько не

утомлялись»  
«Даровозик»

«Танец с



# «Оденем куклу на куклу»



# Чтение стихов о гигиене



# гости к Мойдодыру »



# Чтение стихотворения К.И. Чуковского



# Игры с массажными мячиками «Ёжики», «Поиграем»



# «Водичка, водичка, умой моё»

Ж...»





# «Здоровое питание»

Дыхательные  
«Птички летят»

«Собери витаминки для  
зверят»



«Соберём овощи в

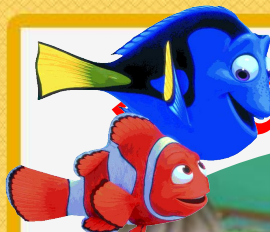
«Витаминки для



# «Привези фрукты зверюшкам»



# Найди, что спрятано в воде»

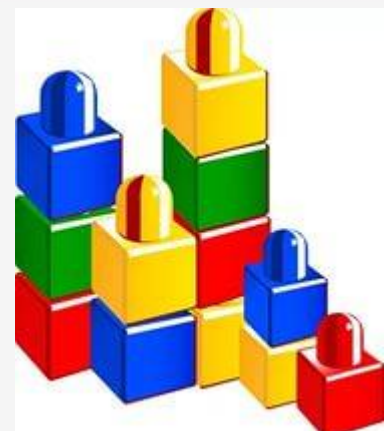


# «Весёлая компания»

Пускание мыльных пузырей



# Строительная игра



# Консультации для родителей



### Правильное питание вашего ребенка

...и интересно развиваться. Детям необходимо продолжение ...  
...продукты и брокколи по ...  
...трудно вложить мысли ...  
...на пару овощей. ...  
...? Почему вместо обычес ...  
...ные чипсы, вместо хлеба – ...  
...оль играет реклама, форми ...  
...менного чада. Кроме того ...  
...Стремление ребенка быть "как все" в бо ...  
...разума.

Родителям стоит помнить, что на детей влияют в первую очередь гости семьи, атмосфера в доме и в обществе на нехватку времени, питаются "на бегу" перекусывая, то трудно ожидать от них недопустимо, чтобы ребенок, съев сети фастфуд, и блюда на ужин мама ил выработывая у ребенка привычку ли можно сказать о чипсах, сухариках, орехи себе не вредны, ребенок может много Проблема в том, что он к ним привык стакан молока, съест котлету или на перекусывает чипсами, нарушая аппетит. счет чего подавляют активность пищево основное блюдо. Именно в этом и заклю мусорной еды.

## Здоровый образ жизни семьи

A colorful illustration of a family of three in a park. A woman in a pink shirt and purple pants is running. A man in a red shirt and blue pants is standing with his arms crossed. A young girl in a green shirt and blue pants is hula hooping. There is a soccer ball on the grass and a ladder in the background. The scene is surrounded by various sports equipment like a tennis ball, a beach ball, and a dumbbell.

## Профилактика простудных заболеваний

В первую очередь организм должен быть изнутри защищен от атаки вируса. Весной большинство детишек страдают от авитаминоза, иммунитет ослаблен, поэтому необходимо пополнить запас витаминов в организме. Можно приобрести в аптеке комплекс витаминов и минералов и включить в рацион питания побольше овощей и фруктов. В самый разгар эпидемии можно давать ребенку витаминные препараты для профилактики простудных заболеваний, в состав которых входит интерферон. С другой стороны можно защитить от гриппа и простуды соляными способами. Самое главное – соблюдать правила личной гигиены. Например, при напоминании зайдя в дом с улицы обязательно мыть руки с мылом. Желательно, чтобы в доме всегда были влажные бактерицидные салфетки, которыми можно бы протереть поверхности в общественном транспорте или после посещения школьного туалета. Не забываем и о народных средствах. Бусы из чеснока – отличное средство от гриппа, дыша его парами можно обезопасим себя от заражения.



# Фотогазета

## ФИЗКУЛЬТ МАЛЫШ



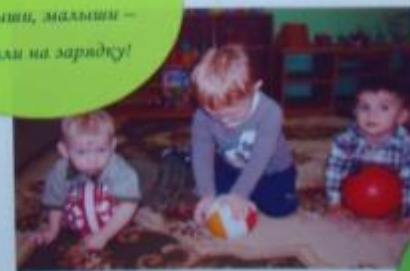
*Лесенка-чудесенка -  
С детьми играет,  
Лесенка-чудесенка -  
В спорте помогает!*



*Малыши, малыши -  
Дружные ребята,  
Малыши, малыши -  
Вышли на зарядку!*



*Малыш, малыш!  
Держу  
Безопасность  
стать хочу!*



*Спортом  
интересуюсь  
Спортом  
кстати!*



*Малыш, малыш,  
поднять  
Идею мне стоит  
вернуть!*

