

**Проект «Здоровей-ка»  
младшая группа №16  
«Фантазеры»  
2019 год**

**Проект «Здоровей-ка»  
младшая группа №16 «Фантазеры»**

**Автор проекта:** Рудакова Анастасия Андреевна

**Сроки реализации:** долгосрочный (сентябрь 2018 – январь 2019)

**Участники проекта:** педагоги, дети младшей группы, их родители.

**Тип проекта:** познавательно-игровой.

**Вид проекта:** информационно-творческий.

**Цель проекта:** сохранение и укрепление физического здоровья, приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

## **Актуальность проекта**

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

## **Актуальность проекта**

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

### **Проблема:**

Часто болеющие дети, высокий уровень заболеваемости в группе

## **Задачи проекта:**

### **Образовательные:**

1. Дать представление о здоровом образе жизни.
2. Продолжать знакомить с правилами личной гигиены.
3. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

### **Развивающие:**

1. Развивать культурно-гигиенические навыки у детей.
2. Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур.
3. Развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.

### **Воспитательные:**

1. Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни.
2. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.
3. Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным.
4. Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

## **Ожидаемые результаты:**

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.
- Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.
- Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здоровья.

## **Форма работы с детьми и родителями:**

- Индивидуальная;
- Групповая;
- Наглядная;
- Практическая.

## I. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

1. Подборка методического и дидактического материала.
2. Подборка художественной литературы.
3. Оформление папок-передвижек, консультаций, буклетов для родителей по теме проекта.
4. Подбор пословиц, поговорок, загадок по теме проекта.
5. Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме проекта и атрибутов к ним.
6. Разработка анкеты для родителей: «Здоровый образ жизни в вашей семье»
7. Привлечение родителей к реализации проекта.



## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

Ежедневная работа с детьми:

- Утренняя гимнастика.
- Артикуляционная, пальчиковая, дыхательная гимнастика
- Гимнастика пробуждения. Хождение по «Дорожке здоровья»
- Физкультминутки
- Закаливающие процедуры
- Подвижные игры в группе, на улице
- Воспитание культурно-гигиенических навыков.
- Воспитание культуры поведения за столом.
- Беседы с детьми

## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

### Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

- *Ситуативный разговор о пользе утренней гимнастики.*
- *Дидактическая игра «Правила чистюли».*
- *Д/и «Уложим куклу спать».*
- *Д/и «Назови части тела и лица».*
- *Беседа «Безопасность в группе».*
- *Сюжетно-ролевая игра «Больница»*
- *Сюжетно-ролевая игра «Котенок Тимка заболел»*
- *Сюжетно-ролевая игра «Полезный завтрак»*
- **Трудовое поручение «Поможем няне накрыть на столы».**

## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

### Образовательная область «Физическая культура»

- Подвижные игры в группе и на улице
- Физкультминутки, артикуляционные, пальчиковые, дыхательные гимнастики
- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Гимнастика пробуждения, хождение по «Дорожке здоровья»

Цель: развивать физические качества; накапливать и обогащать двигательный опыт детей; формировать у детей потребность к двигательной активности.

## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

### Образовательная область «Познавательное развитие»

- **Экскурсия в медкабинет «Кто заботится о детях в детском саду».**
- *Ситуативный разговор «Где живут витамины?»*
- *Д/и «Угадай на вкус».*
- *Рассматривание «Алгоритма умывания» при КГН*
- *Рассматривание картинок «Предметы личной гигиены»*
- *Лото «Овощи, фрукты и ягоды»*

## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

### Образовательная область «Речевое развитие»

- *Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах.*
- *Беседа: «Кто такие микробы и где они живут?»*
- *Беседа: «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»*
- *Д/И «4-й лишний» (овощи, фрукты, ягоды, посуда, предметы личной гигиены)*
- *Рассматривание иллюстраций «Правила гигиены»*
- *Чтение: А.Барто «Девочка чумазая», К. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Федорино горе», С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», И.Демьянова «Замарашка», Н.Павловой «Света любит шоколадки...», Т. Тониной «Мамин фартук».*
- *Проговаривание потешек во время КГН: «Водичка-водичка», «Мыли мылом ушки, мыли мылом ручки», «Давай-ка с тобой закаляться, холодной водой умываться!», «Носик, носик! Где ты, носик?», «Кран откройся! Нос, умойся!» «Доктор, доктор, как нам быть: уши мыть или не мыть?»*

## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

### Образовательная область «Познавательное развитие»

- **Экскурсия в медкабинет «Кто заботится о детях в детском саду».**
- *Ситуативный разговор «Где живут витамины?»*
- *Д/и «Угадай на вкус».*
- *Рассматривание «Алгоритма умывания» при КГН*
- *Рассматривание картинок «Предметы личной гигиены»*
- *Лото «Овощи, фрукты и ягоды»*

## II. ОСНОВНОЙ ЭТАП – ПРАКТИЧЕСКИЙ

### Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

- Аппликация «Здоровые зубы»
- Рисование «Королева – зубная щетка»
- Лепка Яблочки на тарелочке
- Аппликация «Полезный компот»
- Рисование «Луковый дедушка»
- Рисование по трафарету овощей и фруктов (карандашами, фломастерами)
- Рассматривание иллюстраций к произведениям: «Мамин фартук», «Про девочку, которая плохо кушала», «Замарашка», «Света любит шоколадки...», «Девочка чумазая».

# Аппликация «Здоровые»





# Рисование «Королева зубная»





Закаливан

# Подвижные игры



на  
улице



# Подвижные

# ые



# В

# Эстафеты

## ТЫ



# Воспитание культуры е



за

# Едим лук и щучик

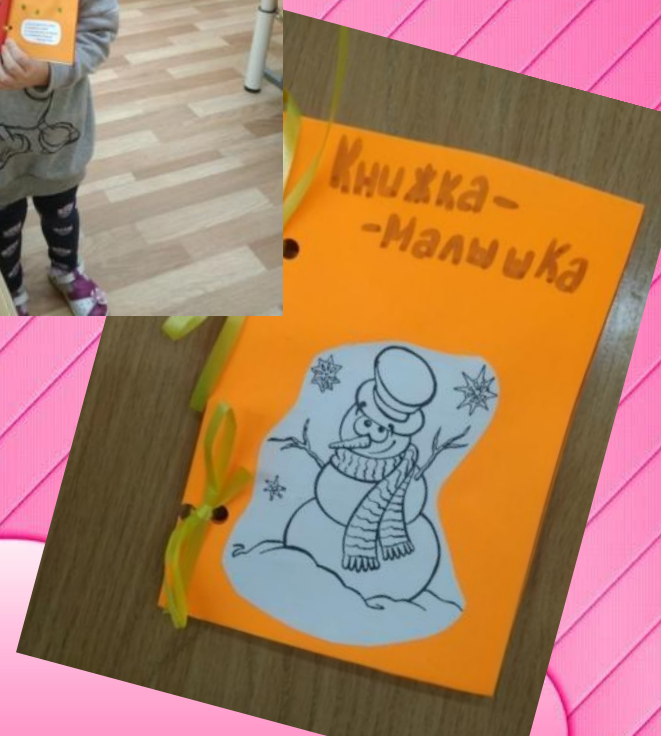


## **Работа с родителями:**

1. Изготовление книжек-малышек по ЗОЖ
2. Изготовление фотогазеты «Наши спортсмены»
3. Изготовление чесночниц как профилактика ОРВИ
4. Изготовление «Тихого тренажера»
5. Пополнение спортивного уголка группы
6. Изготовление уличных спортивных тренажеров на асфальте («Гусеничка», «Цветочек»)
7. Создание рубрики в родительском уголке «Если хочешь быть здоров»

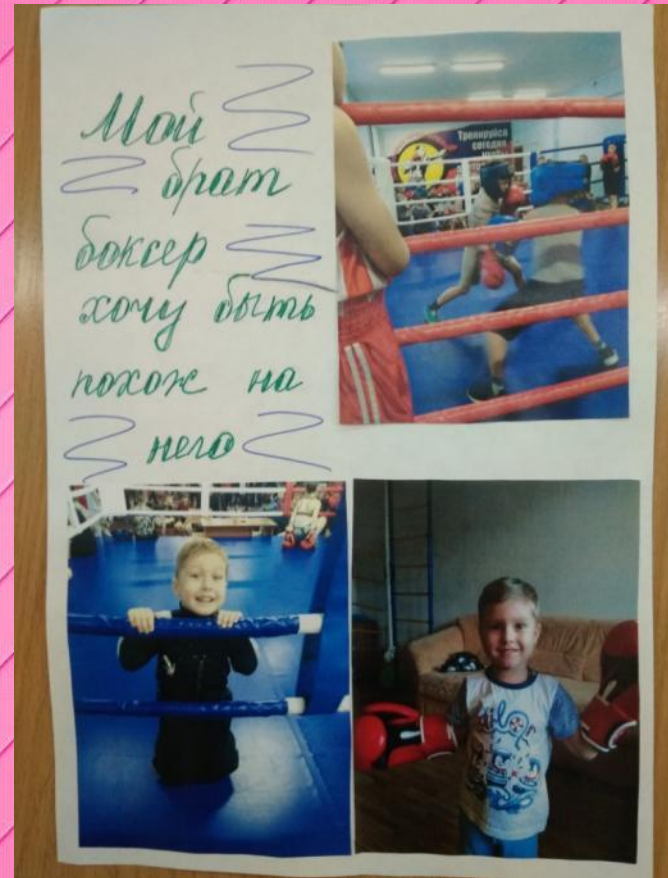


# Изготовление книжек- малыш



По

# Изготовление фотогазеты



«Наши

# Изготовление чесночиц



# Изготовление «Тихого тренажера»



# Пополнение спортивного уголка



# Изготовление уличных тренажеров



## **Работа с педагогами:**

Взаимодействие с педагогом по физической культуре

Взаимодействие с медиками

Взаимодействие с логопедом

# Знакомство с медицинским работником





# Физкультура



## **Ожидаемые результаты:**

Снижение заболеваемости в группе, улучшение общего самочувствия детей, координации движений, ловкости, навыков метания, овладение навыками прыжков на 2 ногах, на одной ноге, хождению парами, друг за другом, по кругу, бегу врассыпную не наталкиваясь, выполнение команд по сигналу воспитателя

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**