

**Проект во второй младшей  
группе по формированию  
культуры здоровья  
«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ!»**

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

ЗАДАЧИ:

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

- ДАТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ;
- ПРОДОЛЖАТЬ ЗНАКОМИТЬ С ПРАВИЛАМИ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ;
- СПОСОБСТВОВАТЬ УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ЧЕРЕЗ СИСТЕМУ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ.

РАЗВИВАЮЩИЕ:

- РАЗВИВАТЬ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ У ДЕТЕЙ;
  - ЗАКРЕПИТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ПРАВИЛАХ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ;
- УТОЧНИТЬ И СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ ЗНАНИЯ ДЕТЕЙ О НЕОБХОДИМОСТИ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР;
- РАЗВИВАТЬ У ДЕТЕЙ УМЕНИЯ ВЫПОЛНЯТЬ ПРАВИЛЬНО ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ГИМНАСТИКИ И УПРАЖНЕНИЯ.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- ВОСПИТЫВАТЬ ИНТЕРЕС ДЕТЕЙ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ;
- ВОСПИТЫВАТЬ У ДЕТЕЙ ЖЕЛАНИЕ ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, СПОРТОМ, ЗАКАЛЯТЬСЯ, ЗАБОТИТЬСЯ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ;
- ВОСПИТЫВАТЬ У ДЕТЕЙ ЖЕЛАНИЕ ВЫГЛЯДЕТЬ ЧИСТЫМ, АККУРАТНЫМ И ОПРЯТНЫМ.

## 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.

ТИП ПРОЕКТА: ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ: КРАТКОСРОЧНЫЙ (6 НЕДЕЛЬ).

УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА: ВОСПИТАТЕЛЬ, ДЕТИ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ И ИХ РОДИТЕЛИ.

Проблема.

Наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно-оздоровительной работы.

Дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья и как его сохранить и укрепить.

Образовательная область «здоровье» требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Этапы реализации:

1 этап - организационный:

Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

2 этап – познавательный - игровой:

Проведение тематических занятий, бесед, оздоровительных мероприятий, физкультурных досугов.

3 этап – практический:

Разучивание: дыхательных гимнастик, упражнений, потешек, стихотворений, пальчиковых игр, пословиц, лепка.

4 этап - итоговый:

родительское собрание по теме: «Здоровый образ жизни семьи», презентация проекта.

Формы и методы реализации:

Формы: наблюдения, беседы, ситуативный разговор, занятия, чтение художественной и познавательной литературы, рассматривание фотографий и иллюстраций, подвижные и музыкальные игры, гимнастики (утренние, дыхательные, после сна), консультации (родителям).

Методы:

- словесные: беседа, чтение художественной литературы, стихотворения, рассказ воспитателя, потешки, пословицы, загадки;
- наглядные: рассматривание фотографий и иллюстраций, картин, книг, показ воспитателем упражнений, гимнастик;
- практические: продуктивная деятельность, оздоровительная деятельность, музыкальная деятельность;
- игровые: дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, сюжетно- ролевые игры.

БЕСЕДЫ: «КАК Я БУДУ ЗАБОТИТЬСЯ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ»,  
«ЧИСТОТА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ», «СОН – ЭТО ЗДОРОВЬЕ»,  
«КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ БОЛЕЗНИ», «КАК Я БУДУ ЗАКАЛЯТЬСЯ»,  
«О ЗДОРОВОЙ ПИЩЕ», «КТО ТАКИЕ МИКРОБЫ И ГДЕ ОНИ  
ЖИВУТ?», «СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА - НАШИ ЛУЧШИЕ  
ДРУЗЬЯ».

ЧТЕНИЕ:

- К. ЧУКОВСКИЙ «ДОКТОР АЙБОЛИТ», «МОЙДОДЫР», «ФЕДОРИНО ГОРЕ»;
- С. МИХАЛКОВ «ПРО ДЕВОЧКУ КОТОРАЯ ПЛОХО КУШАЛА»;
- И. ДЕМЬЯНОВА «ЗАМАРАШКА»;
- ПОТЕШКИ: «ВОДИЧКА, ВОДИЧКА...», «КРАН ОТКРОЙСЯ! НОС, УМОЙСЯ!», «ОТ ВОДИЧКИ, ОТ ВОДИЦЫ ВСЕ УЛЫБКАМИ ИСКРИТСЯ!»;
- А. БАРТО «ДЕВОЧКА ЧУМАЗАЯ», «ДЕВОЧКА РЕВУШКА».

ХУДОЖЕСТВЕННО - ПРОДУКТИВНАЯ:

- РИСОВАНИЕ ПО ТРАФАРЕТУ ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ (КАРАНДАШАМИ);
- ЛЕПКА «МИКРОБЫ НА РУКАХ».

## ИГРОВАЯ:

- СЮЖЕТНАЯ ИГРА «КУКЛА КАТЯ ВСТРЕЧАЕТ И УГОЩАЕТ ГОСТЕЙ ВКУСНЫМИ И ПОЛЕЗНЫМИ БЛЮДАМИ»;

- СЮЖЕТНАЯ ИГРА «МИШКА ЗАБОЛЕЛ, ПОЛЕЧИМ ЕГО».

## МУЗЫКАЛЬНАЯ:

- МУЗЫКАЛЬНО-

РИТМИЧЕСКИЕ ДВИЖЕНИЯ: «НОГИ И НОЖКИ»  
(В. АГАФОННИКОВ);

- ПЕСНЯ «СЕРЫЙ ЗАЙКА УМЫВАЕТСЯ» (М.  
КРАСЕВ);

- УПРАЖНЕНИЕ «ЛОШАДКА» (МУЗ.  
ЧАЙКОВСКОГО).



## Работа с родителями:

- консультация «Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей»;
  - консультация «Здоровый образ жизни»;
  - «Семейный день здоровья для взрослых и детей» – рекомендация о проведении выходных;
  - консультация «Здоровье - всему голова».
-