

*Группа раннего
возраста №6*

*Проект:
"Закаливание
детей раннего
возраста."*



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Закаливание-это система мероприятий,направленных на повышение устойчивости механизмов защиты и приспособления организма ребёнка ко многим факторам внешней среды.

Закаливание детей раннего возраста является важным фактором,способствующим укреплению здоровья малышей.

Закаливание-один из наиболее эффективных методов повышения сопротивляемости детского организма резким колебаниям температуры воздуха и,что особенно важно,так называемым простудным заболеваниям.

Основной принцип закаливания-постепенное воздействие на организм тренирующих факторов,выработка выносливости к нарастающим по силе и длительности воздействия.

Цель проекта:

1. Создать условия для укрепления и сохранения здоровья детей.
2. Развивать основные движения, предупреждать утомление.
3. Выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся средой. Способность организма приспосабливаться к определённым условиям внешней среды вырабатывается многократным повторением воздействия того или иного фактора и постоянного повышения его дозировки.
4. Формирование здорового образа жизни, гармоничное воспитание здорового, физически крепкого поколения.



ЗАДАЧИ:

1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей в дошкольном учреждении.

2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию.

3. Воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.

4. Закладывать основы будущей личности

* Воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, самостоятельность.

* Закладывать основы доброжелательного отношения детей к взрослым.

* Закладывать основы доброжелательного отношения друг к другу.

Пробуждать у детей эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности.

Участники проекта

Воспитатели

Дети(возраст от 1.6 до 2-х лет)

Родители

Продолжительность проекта

длительный(2 года)



Основные направления реализации

- *Индивидуальный подход к ребёнку*
- *Создание предметно-развивающей среды*
- *Контроль за физическим состоянием ребёнка*
- *Контроль за здоровьем детей*



Предполагаемый результат

Общий эмоциональный фон стал положительным, снизилась тревожность, дети проявляют активность в познавательной и игровой деятельности, свободно вступают в контакт со сверстниками и взрослыми. Настроение- жизнерадостное, спокойное, ребёнок нормально реагирует на окружающее.

Самочувствие-бодрое, ребёнок всегда готов к действию, активно участвует во всех играх и занятиях.

Утомляемость-нормальная, наблюдается умеренная усталость.

Аппетит-хороший, активно ест все предлагаемые блюда, во время еды не отвлекается.

Сон-спокойный, глубокий, засыпает быстро(через 5-10 минут), во время сна отмечается расслабление мышц, ребёнок не пробуждается от звука, света.





РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ



Воздушные ванны(с понижением температуры воздуха с 24 до 16 градусов)



Босохождение в носочках



Босохождение без носочков



Босохождение без носков с корректирующей гимнастикой



Сухое обтирание с помощью варежки

кисти рук



до локтя



Сухое обтирание (до плеча, грудная клетка, ноги)



Умывание в течении дня рук и лица с естественным просушиванием рук





Влажное обтирание с помощью варежки (кисти рук, до локтя, до плеча)





Дыхательная гимнастика



Горячее обтирание с помощью варежки (кисти рук, до локтя, до плеча)



Ароматерапия(увлажнитель воздуха)



*Спасибо за
внимание!*