

*Государственное бюджетное  
общеобразовательное  
учреждение начальная школа-детский сад № 682*

*Разработала: воспитатель  
Дудорова Наталья Анатольевна*

*ПРОЕКТ*  
*(краткосрочный)*

*«В стране Здоровячков»*  
**2** младшая группа

**Паспорт проекта:**

**Тип проекта:** информационно – творческий

**По характеру содержания:** ребенок, ближайшее окружение.

**По характеру координации:** открытый

**По количеству участников:** групповой

**Участники проекта:** \*дети младшего дошкольного возраста \*воспитатель \*родители

**По продолжительности:** краткосрочный (февраль)

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самими собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья детей младшего дошкольного возраста, как основа личностного, эмоционального и физического развития.

**Задачи:**

- 1 Формировать у детей осознанное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья.
- 2 Обеспечить всестороннее и гармоничное развитие физического, психического и социального здоровья у детей
- 3 Овладение навыками самооздоровления

**Предполагаемый результат:**

1. Осознание детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей.
3. Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

## **1 этап – ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ**

1. Анкетирование среди родителей «Здоровый малыш!».
2. Цель: Выявление отношения семьи к ЗОЖ. 2. Выявить уровень знаний детей о правилах гигиены и значимости их для сохранения и укрепления здоровья.
3. Подбор методической и художественной литературы по ЗОЖ
4. Подготовка и подбор материалов для изготовления картотек по разделам: «Упражнения для глаз»  
«Подвижные игры для детей младшего возраста»  
«Физкультминутки» «Игры по здоровью»
5. Подбор дидактических игр и серии картин на тему: «Чувства, Эмоции» с целью понимание детьми связи между физическим и эмоциональным здоровьем.

## **2 этап – деятельность ДЕТИ .**

**1.НОД** (ОО «Познание») «Здоровье», «Изучаем свой организм».

Цель: Дать детям элементарные сведения о своем организме.

Убедить в необходимости заботиться и беречь свой организм (глаза, уши, ноги и т.д.).

**2.Беседа** (ОО «Познание», «Здоровье», «Чтобы быть здоровым»)

Цель: Формировать у детей навыки личной гигиены (ухаживать за волосами, мыть руки и т.д) Учить детей видеть красоту в чистоте и опрятности.

**3.**«Чтение художественной литературы о чистоте» К.И Чуковский «Мойдодыр», А Барто «Девочка чумазная». Цель: Вызвать у детей желание следить за своим внешним видом, чистотой и опрятностью.

## **РОДИТЕЛИ**

Беседа: «Формирование у детей основ здорового образа жизни».

Цель: Информировать родителей о значимости и ценности соблюдения оздоровительных мероприятий с ранних лет, о том, что они должны стать привычными для детей. Оформление стенда:

«Расти здоровым малыш» Цель: повысить уровень знаний родителей об укреплении здоровья детей.

**4. Дидактические игры:** «Правила чистюли» «Овощи, фрукты»  
«Оденем куклу Катю на прогулку»

Цель: Закрепление полученных знаний о здоровье.

**5. Беседы** «Познание», «Здоровье» «Если ты заболел» «Роль лекарств и витаминов» «Опасность травм»

Цель: Дать знания и представления детям, о том, как важно следить за своим здоровьем. Расширить знания детей о правилах безопасного поведения (предотвращение травм)

**6. « Познание»** Сюжетно- ролевая игра: «Больница».

Цель: Расширять знание детей о профессии врача.

**Родители :**

Памятки для родителей: «Здоровье-главное богатство человека» «Эмоциональное здоровье ребенка» «Здоровый образ жизни»

Цель: Информировать родителей о всестороннем укреплении и сохранении здоровья детей.

**Выпуск газеты:** «Будьте здоровы»

Цель: Познакомить родителей о здоровьесберегающих технологиях, используемых в детском саду.



### **3 этап – деятельность Дети.**

7. Экскурсия в кабинет врача. «Врачи наши помощники». Цель: Продолжить расширять знания детей о профессии врача и значимости лечения во время болезни.

8 Беседа «ОО Познание», «Здоровье»: «Что помогает быть здоровым». Цель: Дать детям элементарные знания о разнообразных способах.

9. НОД «Художественное творчество» Рисование: «Овощи, фрукты». Лепка: «Овощи, фрукты». Цель: Закреплять знания детей о том, что витамины содержатся не только в лекарствах, но и в овощах и фруктах.

10. Рассматривание энциклопедии: «Я и мое тело». Цель: Расширять знание детей о своем теле (организме).

#### **Родители :**

Консультация: «Физическое воспитание ребенка в семье».

Цель: Советы родителям о том, как использовать физкультурный инвентарь с целью физического развития ребенка.

*Рисование, лепка овощей  
Рассматривание энциклопедий  
Беседы с детьми о здоровье*



7. Создание буклетов: «Мелкая матрешка» «Особенности питания дошкольников» «Не бойтесь закалять ребенка»  
Цель: Информация и полезные советы для родителей о пользе ЗОЖ.

8. Круглый стол: «Здоровый образ жизни в семье» Цель: Обмен опытом родителей по сохранению и укреплению здоровья своих детей.

Дети 1.1 НОД «Физическое развитие», «Здоровье».  
«Физкультурные занятия» «Утренняя гимнастика»  
«Пальчиковая гимнастика» «Дыхательная гимнастика»  
«Гимнастика пробуждения» «Подвижные игры» Цель: Развивать, укреплять группы мышц, а так же профилактика простудных заболеваний.

12. Дидактические игры: «Домик настроения» «Мы и наши эмоции». Цель: Объяснить детям, что наше настроение влияет на наше самочувствие.

13. Рассматривание серии картин: «Чувства, Эмоции»  
«Доброта тоже здоровье».

Утренняя гимнастика,  
физкультура,  
малоподвижные игры  
подвижные игры на воздухе



### **3 Этап – Заключительный**

1. Дети получили первоначальные представления о своем организме и правилах сохранения своего здоровья.
2. У детей возник интерес и потребность к физическим упражнениям, как к средству оздоровления.
3. Дети получили первоначальные знания того, что настроение человека (эмоциональное состояние) влияет на физическое здоровье.
4. Повысился интерес родителей в физическом развитии и оздоровлении детей.

Консультирование родителей по вопросам ЗОЖ  
Памятки, буклеты, папки-передвижки для родителей  
по вопросам ЗОЖ

## **Список использованной литературы:**

1. Комплексная программа оздоровительной работы ДООУ «Здоровый малыш» г Ростов-на-Дону 2005 год, издательство РГПУ 2005 год.
2. Дошкольное воспитание 6, 2002 год. «Упражнение для оздоровления детей»
3. Никулин Г.В «Охраняем и развиваем зрение» Детство- Пресс 2002 год.
4. Кудрявцев В.Т, Егоров Б.Б « Развивающая педагогика оздоровления» Линка-Пресс 2002 год.
5. Алямовская В.Г « Как воспитывать здорового ребенка» Москва 1993 год.
6. Пужаева Е.З, Соколова И.Ю « Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе» Москва, Ставрополь 2001 год.
7. Маргунова О.Н « Физкультурно –оздоровительная работа в ДООУ» Воронеж ТЦ « Учитель» 2005 год.
8. Шорыгина Т.А «Беседы о здоровье» Москва 2004 год.
9. Береснева З.И «Здоровый малыш» «Программа оздоровления детей в ДООУ» Москва 2003 год.



**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ**