Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №12 «Аленушка» г. Минеральные Воды

Проект «За здоровьем в детский сад» *во второй младшей группе*

Воспитатель: Симаева Н.Е

2019 год.

Продолжительность проекта: краткосрочный

Тип проекта: познавательно-игровой

Участники проекта: воспитатель, дети второй младшей группы и их родители.

Возраст детей: вторая младшая группа 3-4 года.

Актуальность: Тема проекта выбрана не случайно, так как проблема сохранения и укрепления здоровья детей была и остается на современном этапе актуальной.

Современное состояние общества, экономики, экологии во всем мире неблагоприятно отражается на здоровье людей. Ухудшение здоровья детей дошкольного возраста в России стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой, очень часто забота о здоровье детей отходит на второй план по сравнению с такими ценностями, как образование, воспитание, личностное развитие.

Проблема проекта:

уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни.

Цель проекта: повышать уровень знаний и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через взаимоотношение с воспитателями группы.

Задачи проекта:

-формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть - здоровыми и вести здоровый образ жизни;

-прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;

-повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

Ожидаемые результаты:

• 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.

Формы и методы проведения проекта:

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, эксперименты.

• Игровые: Дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, сюжетно- ролевые игры

Перспективное планирование работы в младшей группе по проекту «За здоровьем в детский сад»

Дата	Вид образовательной деятельности	Совместная деятельность педагога с детьми	Работа с родителями	Интеграция
октябрь	Ежедневная профилактическая работа	- Гимнастика (утренняя гимнастика, физминутка и т.д.) (Приложение №1); - гимнастика пробуждения, массажные дорожки. -«Массируем носик, щечки» -Пальчиковая игра «Семья»		Образовательные области: «Здоровье»; «Безопасность»; «Физическая культура»; «Социализация»; «Познание»; «Коммуникация»; «Чтение худ. Литературы»
октябрь	Беседы Занятие Игры	«Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!» - сюжетно-ролевые: «Больница», «Аптека». - подвижные игры: «У медведя во бору», (Приложение №2) ; - дидактические: «Лото» (фрукты, ягоды) дидактические: «Игры с мячами», дидактические «Корзинка с витаминами» (Приложение №3).	Консультация «Физическое оборудование своими руками».	
ноябрь	Беседы Занятие Игры	«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!» (Приложение №4). - чтение худ. Литературы К. Чуковский «Федорино горе»; -дидактические: «Найди два одинаковых флажка» - подвижные: «Где же наши ручки» и т.д.	Индивидуальные беседы о физических, гигиенических умениях и навыках, о полезной и вредной пищи, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.	
ноябрь	Беседы Занятие Игры	«Беседа о здоровье, о чистоте» (Приложение №5). Подвижные: «Воробушки и автомобиль», «У медведя во бору». - сюжетно-ролевые: «Магазин - Овощей»	Наглядность в виде информационных файлов «Пословицы и поговорки о здоровье», «Загадки о здоровье».	Образовательные области: «Здоровье»; «Безопасность»; «Физическая культура»;

				«Социализация»; «Познание»; «Коммуникация»; «Чтение худ. Литературы»
декабрь	Беседы Занятие Игры	Рассматривание иллюстраций, «Правила личной гигиены"; Чтение худ. Литературы: С. Михалков «Трезор»; -подвижные: «Воробушки и автомобиль», и т.д.; - сюжетно-ролевые: «Больница», «Аптека».	Картотека «Физминутка», «Пальчиковые игры», «Подвижные игры».	
декабрь	Занятие	Заучивание загадок, стихов, поговорок и пословиц о здоровье; -дидактические: «Что лишнее?» и т.д. -подвижные: «У медведя во бору», «По желанию детей».	Выставка массажных дорожек (их важность и значимость в развитии ребенка).	
	Итоговое мероприятие	-Фотовыставка «Первые шаги ребенка к здоровью».		

Результаты проекта:

-для детей:

1) у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;

2) дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пищи для здоровья человека (во время завтрака, полдника, обеда, ужина), о ценности здоровья (подвижные игры, физминутки, различные виды гимнастик).

-для родителей:

1) выразили желание приобрести массажные дорожки для группы и дома;

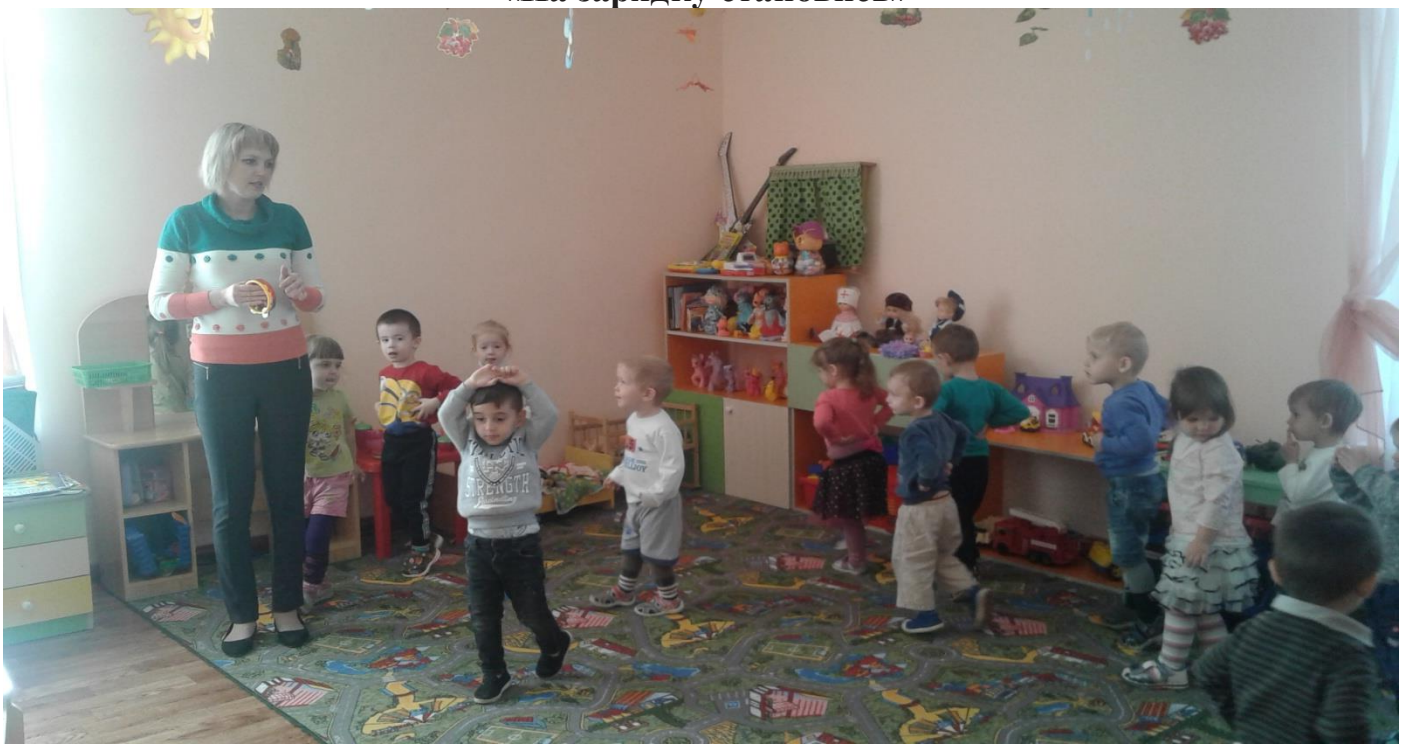
2) приняли участие в оформлении фотогазеты «Первые шаги ребенка к здоровью».

-для педагогов:

1) установлены партнерские отношения с семьями детей группы;

2) создана атмосфера взаимопонимания, направленная на развитие и укрепление здоровья детей.

«На зарядку становись»



Физминутка

Осень быстро наступила.
Листья жёлтые летят.
Они немного покружились
И на землю тихо опустились.

Массажные дорожки.
«Наши ножки идут по дорожке»

«Массируем носик, щечки»

Пальчиковая игра «Семья»

Подвижная игра « У медведя во бору»

Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»,

Дидактическая игра «Лото Фрукты, ягоды»

Дидактическая игра «Корзинка с витаминами»

Дидактическая игра «Игра с мячиками»

Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»

Цель: научить ребенка заботиться о своем здоровье.

-Вчера кукла – мама рассказывала, что ее дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины нужны детям для укрепления организма. Ее дети их очень любят. Витамины очень полезные.

-А вы, ребята, пробовали витамины?

-Витамины бывают не только в таблетках.

-А в каких продуктах есть витамины? Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д.

-В каких продуктах они содержатся и для чего нужны?

Витамин А – морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

Витамин В – мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

Витамин С – цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д – солнце, рыбий жир (для костей).

Для лучшего запоминания использовать художественное слово.

Никогда не унываю и улыбка на лице,
Потому что принимаю витамины А, В, С.
Очень важно спозаранку есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам и не только по утрам.
Помни истину простую, лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую или сок морковный пьет.
От простуды и ангины помогают апельсины.
Ну, а лучше съесть лимон хоть и очень кислый он.

Беседа « о здоровье и чистоте».

Здоровье – это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается. Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным. В формировании понятий о здоровом образе жизни.

-Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять.

Понятие о здоровом образе жизни включает в себя много аспектов.

Это, во-первых, соблюдение режима дня. В детском саду режим соблюдается, а вот дома не всегда (беседа с детьми о режиме дня дома и в детском саду).

Во-вторых, это культурно-гигиенические навыки.

-Дети должны уметь правильно умываться.

-Для чего это надо делать? Чтобы быть чистым, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой, чтобы быть закаленным, чтобы смыть микробы.

В-третьих, это гимнастика, физ. занятия, закаливание и подвижные игры.

-Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше.

По утрам зарядку делай будешь сильным, будешь смелым.

Прогоню остатки сна одеяло в сторону,

Мне гимнастика нужна помогает здорово.

-Полезно полоскать горло, обтираться полотенцем, чаще играть в подвижные игры.

В-четвертых, культура питания.

-обыгрывание ситуации «В гости к Зайке»;

- рассматривание и обсуждение картинок к играм: «Осторожно, вирус!», «Будь здоров!»

Отсюда вывод:

НЕЛЬЗЯ: пробовать все подряд, есть и пить на улице, есть не мытое, есть грязными руками, давать кусать, гладить животных во время еды, есть много сладкого.

«Руки надо чисто мыть, чтобы быть здоровыми».

«Будешь спортом заниматься, будешь сильным, будешь смелым»

«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»

Сюжетно-ролевая игра: «Магазин -Овощей»

Сюжетно-ролевая игра: «Больничка»