

## *Проект во второй младшей группе по формированию культуры здоровья «Здоровый малыш».*

**Воспитатель:** Ус В.А.

**Тип проекта:** практико-ориентированный.

**Вид проекта:** информационно-игровой.

**Срок проекта:** краткосрочный.

**Участники проекта:** воспитатели, воспитанники II младшей группы, их родители.

**Цель проекта:** формирование культуры здоровья у детей 3-4 лет; сохранение и укрепление здоровья детей; 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.

К сожалению, в России здоровый образ жизни не занимает пока первое место в шкале потребностей и ценностей человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.

Таким образом, проблема формирования у дошкольников культуры здоровья очень важна. От её решения зависит будущее нации и государства.

### **Ежедневная работа с детьми:**

Утренняя гимнастика.

Гимнастика пробуждения.

Закаливающие процедуры.

Воспитание культурно-гигиенических навыков.

Воспитание культуры поведения за столом.

### **Содержание работы по образовательным областям:**

#### **Образовательная область «Здоровье»**

Ситуативный разговор о пользе утренней гимнастики.

Дидактическая игра «Правила чистюли».

*Цель:* закрепление культурно-гигиенических навыков (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание), учить показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

Д/и «Уложим куклу спать».

*Цель:* формирование у детей последовательности раздевания и развешивания одежды; закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.

Д/и «Назови части тела».

*Цель:* формирование представления о своём теле.

Ситуативный разговор «Что нужно делать перед едой?»

*Цель:* формирование привычки мыть руки перед едой.

#### **Образовательная область «Физическая культура»**

Подвижные игры, физкультминутки, физкультурные занятия, утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения.

*Цель:* развитие физических качеств; накапливать и обогащать двигательный опыт детей; формирование у детей потребности к двигательной активности.

#### **Образовательная область «Безопасность»**

Беседа «Безопасность в группе».

*Цель:* рассмотрение с детьми различных ситуаций, обсудить, какие места в группе и предметы могут быть опасными. Формирование у детей основы культуры безопасности.

Игровая ситуация на прогулке «Расскажи Лунтику, что такое хорошо и что такое плохо».

*Цель:* закрепление правил безопасного поведения на прогулке.

#### **Образовательная область «Социализация»**

Сюжетно-ролевая игра «Больница»

*Цель:* развитие у детей в игре отражать знания о профессии врача, формирование у детей умения играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре; воспитание дружеских взаимоотношений в игре.

Игровая ситуация «Айболит в гостях у детей».

*Цель:* формирование у детей представления о здоровом образе жизни, учить следить за своим здоровьем.

#### Образовательная область «Труд»

Беседа «Кто помогает соблюдать чистоту и порядок?»

*Цель:* закрепление знания о труде дворника, помощника воспитателя, рабочего по стирке белья.

Трудовое поручение «Поможем няне накрыть на столы».

*Цель:* воспитание у детей желания помогать взрослым.

Д/и «У нас порядок».

*Цель:* формирование знания о том, что для удобства и безопасности все предметы нужно убирать на место; закрепление представлений о том, что содержание вещей в порядке помогает сохранить здоровье.

#### Образовательная область «Познание»

Экскурсия по детскому саду «Кто заботится о детях в детском саду».

*Цель:* развитие у детей знаний о работе сотрудников детского сада, закрепление названий профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, повар»; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми.

Ситуативный разговор «Где живут витамины?»

*Цель:* рассказать детям о витаминах в доступной форме и их пользе для здоровья, уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья.

Д/и «Угадай на вкус».

*Цель:* закрепление знаний об овощах и фруктах, умение определять их на вкус.

Д/и «Полезно-вредно».

*Цель:* учить детей выбирать полезные продукты, формировать негативное отношение к вредным.

#### Образовательная область «Коммуникация»

Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах.

*Цель:* развитие воображения, мышление, речь; закрепление знания о пользе тех или иных продуктов.

#### Образовательная область «Художественное творчество»

Лепка «Красиво, вкусно, полезно».

*Цель:* закрепление знания о полезных продуктах, закреплять приёмы лепки.

Рисование «Витаминки».

*Цель:* закрепление у детей знаний рисования ватной палочкой.

#### Образовательная область «Чтение художественной литературы»

Стихотворения, А. Барто «Девочка чумазая», К. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», И. Демьянова «Замарашка», Н. Павловой «Света любит шоколадки...»

### **Работа с родителями**

Анкетирование родителей «Здоровье вашего ребёнка».

*Цель:* выявление отношения родителей к здоровому образу жизни, соблюдению принципов здорового образа жизни в семье.

Круглый стол с родителями «Здоровье ребёнка в ваших руках».

*Цель:* ознакомление родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада. Формирование у родителей мотивации здорового образа жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей, повышение мастерства родителей по использованию здоровьесберегающих технологий в домашних условиях. Развитие чувства единства, сплоченности.

Консультация «Как правильно одеть ребёнка на прогулку».

*Цель:* формирование представлений у родителей о том, как правильно одевать ребёнка в холодное время года.

Создание рубрики в родительском уголке «Если хочешь быть здоров»

*Цель:* ознакомление родителей со способами оздоровления детей в семье.

### **Итоговые мероприятия**

Физкультурно-оздоровительный досуг "Мы по лесу днём гуляли".

*Цель:* вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в физкультурно-оздоровительном досуге, закреплять двигательные навыки детей, создать атмосферу дружелюбия и радости.

Семейная фотогазета "Мы за здоровый образ жизни".

*Цель:* приобщение родителей к ведению здорового образа жизни к семье.