

Маньковская Румия Римовна
Воспитатель,
МБДОУ «Д/с №5 «Теремок», го ЗАТО Комаровский

**Познавательного-игровой проект
«Здоровый ребёнок – счастливая семья! ».
первая младшая группа**

Тема: «Здоровый ребёнок - счастливая семья!».

Тип проекта: познавательного-игровой; информационно - исследовательский, вместе с родителями.

Участники проекта: дети первой младшей группы, воспитатели, родители воспитанников.

Продолжительность проекта: 3 недели

Возраст участников: первая младшая группа (2-3 года).

Цель проекта: Начальное формирование основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровьесберегающих технологий с учётом индивидуальных возможностей каждого ребёнка.

Задачи:

для детей:

- формировать знания, умения и навыки, которые необходимы для сохранения и укрепления здоровья.
- воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.
- создать здоровьесберегающую среду в группе.
- повышать интерес к здоровому образу жизни через различные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.

для родителей:

- дать представление родителям о значимости совместной деятельности с детьми, о соблюдении навыков гигиены, двигательной деятельности.
- повышать компетентность родителей о здоровом образе жизни, о здоровом климате в семье через информационные ширмы, памятки, наглядные консультации, проведение родительского собрания.

для педагогов:

- формировать представления о вопросах здоровьесбережения детей дошкольного возраста в условиях ДОО у педагогов;
- повысить уровень знаний педагогов о проблемах здоровьесбережения детей в условиях семьи и ДОО;
- объединить усилия с семьями воспитанников для достижения наилучшего результата в вопросе о ведении здорового образа жизни.

Актуальность проекта

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитывать у ребёнка привычку к чистоте, аккуратности и порядку. У вновь пришедших детей в детский сад часто наблюдается отсутствие элементарных навыков самообслуживания и личной гигиены: дети не умеют самостоятельно умываться, одеваться и раздеваться,

пользоваться платком, объективно оценивать особенности своего организма, пользоваться горшком.

В каждодневной деятельности формируются культурно-гигиенические навыки и вырабатываются привычки.

Одним из средств решения поставленных задач являются здоровьесберегающие технологии, без которых не обходится педагогический процесс.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Предполагаемые результаты проекта:

-для детей:

1. Привиты простейшие навыки самообслуживания;
2. Ежедневные беседы о значимости полезной пищи для здоровья (завтрак, обед, ужин).
3. Сохранение и укрепление здоровья через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.

-для родителей:

1. Использование, полученной информации во время проведения проекта, в домашних условиях для сохранения здоровья детей.

1 этап: Подготовительный.

Сбор информации

Что мы знаем об этом?

- Во время адаптации дети часто болеют.
- Почему?
- Потому что не знают элементарных навыков самообслуживания.
- Потому что родители не применяют дома физкультурно-оздоровительные процедуры.
- Потому что родители не приучают детей к здоровому питанию.

Что мы хотим узнать?

- Зачем правильно питаться?
- Зачем мыться и мыть руки с мылом?
- Зачем нужен массаж для пальчиков?
- Польза физических упражнений.

Как мы можем узнать?

- наблюдения;
- прогулки;
- подвижные игры;
- сюжетно-ролевые игры;
- утренняя гимнастика;
- дыхательная гимнастика
- пальчиковая гимнастика
- гимнастика после сна

- артикуляционная гимнастика
- релаксационные упражнения
 - закаливающие процедуры
 - хороводные игры
 - сюжетно-ролевые игры
 - физкультминутки
- применение массажных ковриков
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- художественная литература (стихи, потешки, книги)
- рекомендации родителям;
- беседы.

План работы над проектом:

- 1.Работа с детьми: игры, упражнения; чтение стихов и рассказов, сказок; проведение бесед.
2. Закаливающие процедуры: хождение по массажным коврикам, бодрящая гимнастика, прогулки на свежем воздухе, воздушные ванны.
- 3.Совместная и самостоятельная деятельность: проведение совместных дидактических игр, совместных сюжетно-ролевых игр, подвижных игр, самостоятельная двигательная активность, проведение различного вида гимнастик, художественно- изобразительное творчество.
- 4.Работа с родителями: проведение индивидуальных консультаций, папки-передвижки, брошюры-памятки, оформление плаката «Полезные продукты питания», оформление пищевых дневников родителями по своему ребёнку.
- 5.Сбор информации: подбор игр и упражнений различного направления , подбор фотографий по теме «Здоровьесбережения», ознакомление с метод.литературой по данной теме, использование интернет- сайтов.

2 этап: Реализация проекта.

1.Беседы с детьми:

Беседы
«О здоровом питании», «Чистота - залог здоровья»
«Добрый доктор Айболит», «Безопасность на прогулке»
«Правила личной гигиены», «Учимся здороваться», «Полезная и вредная пища»

2.Художественная литература:

Чтение
К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазяя»
К. Чуковский «Федорино горе», сказка «Петушок и бобовое зёрнышко»
К. Чуковский «Доктор Айболит», потешки о воде, В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо»

3. Игровая деятельность:

Название игры, цель
1. <u>Подв. игра: «Зайка»</u>

Цель: выполнять движения в соответствии с текстом.

2. Подв. игра «Догони мяч»

Цель: приучать бегать в разных направлениях, не задевать друг друга.

3. Пальчиков . физминутка: «Птички»

4. Сюжетно - рол.игра: «Катя заболела»)

Цель: разнообразить ролевое участие детей с куклой.

5. Сюжетно-рол.игра: «Катя проснулась

Цель: Способствовать обогащению сюжета детских игр.

1. Подв. игра: «Поезд»

Цель: развивать у детей умение выполнять движения по звуковому сигналу, упражнять в ходьбе, беге друг за другом.

2. Подв. игра: «Карусели»

Цель: учить согласовывать движения друг с другом и ритмом текста; развивать внимание.

3. Пальчиков. физминутка: «Этот пальчик - мамочка»

4. Сюжетно - рол. игра «Купание куклы»

Цель: учить объединять игры единым сюжетом: сначала куклу надо раздеть, выкупать, одеть, уложим спать. Закреплять разнообразные игровые действия

1. Подв. игра: «Где звенит?»

Цель: развивать у детей внимание и ориентировку в пространстве.

2. Подв. игра: «Мой весёлый звонкий мяч»

Цель: учить детей бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

3. Подв. игра: «Подползи под воротца»

Цель: упражнять детей в ползании на четвереньках и пролезании под препятствие, не задевая его.

4. Сюжетно - рол. игра: «Оденем Катю на прогулку»

Цель: развивать умение переносить знакомые действия с куклой в новые игровые ситуации, выполнять действия в соответствии с ролью; выполнять в игре 2-3 последовательных действия.

3. Художественно-эстетическое развитие

1. Лепка «Заходите в гости к нам, витамины я вам дам»

Цель: Продолжать учить детей раскатывать кусок пластилина круговыми движениями между ладоней; закреплять умения детей делить большой комочек на части.

Воспитывать навык аккуратно пользоваться пластилином.

Побуждать детей сопереживать игровому персонажу – мышке. Развитие мелкой моторики рук.

2. Занятие по формированию культурно-гигиенических навыков "Водичка, водичка умой моё личико"

Цели:

- Закреплять привычку к чистоте и опрятности.
- Вызвать у ребенка стремление выполнять необходимую для их здоровья процедуры мытья рук.
- Расширять словарь детей и активизировать слова: «Здравствуйте, пожалуйста, спасибо, до свидания».

3. Образовательной деятельности по сенсорному развитию детей "В поисках

солнышка"

Цель: развивать мелкую моторику, обогащать детей разнообразным сенсорным впечатлениям, речь.

4. Наблюдения и экскурсии:

- за играми и движениями старших детей;
- экскурсия в медкабинет.

5. Совместная деятельность детей и воспитателей:

- закаливающие мероприятия: хождение босиком после сна по массажным коврикам, воздушные ванны, гимнастика после сна.
- прогулки и подвижные игры на свежем воздухе.
- все виды гимнастик: артикуляционная гимнастика, утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, физкультминутки, релаксация.



6. Работа с родителями:

- **Папки-передвижки:** «Кризис 3х лет и как его преодолеть», «Здоровье малышей - сон и его организация», «Формирование культуры трапезы».

- **Консультации:** «Одеваемся по погоде», «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста», «О здоровье всерьёз».

Итоговое родительское собрание: «Ребенок и его здоровье»

