

*Проект во второй младшей группе по формированию
культуры здорового образа жизни
«Здоровый малыш»*



Тип проекта: практико-ориентированный

Вид проекта: информационно-игровой

Срок проекта: краткосрочный

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

Цели 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 «Физическое развитие»



Ситуативный разговор о пользе утренней гимнастики

Дидактическая игра

«Правила чистюли»

Задача: закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов,

причёсывание), учить показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу.

Ди «Уложим куклу спать»

Задача: уточнить последовательность раздевания и развешивания одежды; закрепить представление о том, что сон полезен для здоровья.

Ди «Назови части тела»

Задача: формировать представление о своём теле.

Ситуативный разговор «Что нужно делать перед едой?»

Задача: формировать привычку мыть руки перед едой.

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

Задача: развивать физические качества; накапливать и обогащать двигательный опыт детей; формировать у детей потребность к двигательной активности.

Беседа «Безопасность в группе»

Задача: рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут быть опасными. Формировать у детей основы культуры безопасности.

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

Задача: закреплять правила безопасного поведения на прогулке.

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»

Сюжетно-ролевая игра «Больница»

Задача: формировать умение у детей в игре отражать знания о профессии врача, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре; воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.

Игровая ситуация «Айболит в гостях у детей»

Задача: формировать у детей представления о здоровом образе жизни, учить следить за своим здоровьем.

Беседа «Кто помогает соблюдать чистоту и порядок?»

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

Трудовое поручение «Поможем няне накрыть на столы»

Цель: воспитывать желание помогать взрослым.

Д/и «У нас порядок»

Цель: формировать знания о том, что для удобства и безопасности все предметы нужно убирать на место; закреплять представление о том, что содержание вещей в порядке помогает сохранить здоровье.

Образовательная область «Познавательное развитие»

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

Задача: уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия 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?»

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



Ди «Угадай на вкус»

Задача: закреплять знания об овощах и фруктах, умение определять их на вкус.

Ди «Полезно-вредно»

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

Образовательная область «Речевое развитие»

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

Задача: развивать воображение, мышление, речь; закреплять знания о пользе тех или иных продуктов.

Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»

Лепка «Красиво, вкусно, полезно»

Задача: закреплять знания о полезных продуктах, закреплять приёмы лепки.

Рисование «Витаминки»

Задача: формировать умения рисовать ватной палочкой.

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»

Задачи: познакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению и сохранению здоровья дошкольников в домашних условиях и условиях детского сада. Формировать у родителей мотивации здорового образа жизни, ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей, повышение мастерства родителей по использованию здоровьесберегающих технологий в домашних условиях. Развивать чувство единства, сплоченности.

Консультация «Как правильно одеть ребёнка на прогулку»

Задачи: формировать представления 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"

Задачи: 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"

Задачи: приобщать родителей к ведению здорового образа жизни к семье.

