

Проект в 1 младшей группе

«Здоровье в порядке-спасибо зарядке!»



Выполнила: воспитатель МДОУ «Детский сад №5»
г. Ясногорска Тульской области
Теплякова Лилиана Викторовна

Паспорт проекта:

Тип проекта: физкультурно-оздоровительный, игровой.

Продолжительность проекта: краткосрочный.

Сроки реализации проекта: с 1 апреля по 11 апреля 2022 г.

Участники проекта: воспитатели группы, дети 1 младшей группы (возраст 2-3 года), инструктор по физической культуре, родители воспитанников.

Актуальность проекта:

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка. Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно - оздоровительной работы. Здоровый ребёнок характеризуется гармоничным, соответствующим возрасту, физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Цель проекта:

- сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни

Задачи проекта:

- формировать элементарные представления у детей о здоровом образе жизни.
- продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены.
- укреплять здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.
- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно - оздоровительной работы.
- привлекать семьи воспитанников к участию в воспитательном процессе на основе педагогического сотрудничества.
- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Предполагаемый результат:

- Повышение интереса детей к двигательной активности: участие в подвижных играх, физических упражнениях.
- Сформированность желания заниматься утренней гимнастикой, выполнять культурно-гигиенические процедуры.

Этапы реализации проекта:

1 этап – подготовительный.

- определение уровня физического воспитания в семье с помощью анкетирования родителей.
- проведение поисковой работы по подбору художественной литературы и иллюстраций по теме.
- обогащение предметно-развивающей среды по теме проекта.
- ознакомление родителей с целями и задачами проекта.
- привлечение родителей к педагогическому сотрудничеству.

2 этап – основной.

Оздоровительные мероприятия:

- Ежедневная утренняя гимнастика
- Закаливающие мероприятия: ходьба босиком по ребристой дорожке, по канату.

- Прогулки и игры на свежем воздухе
- Гимнастика после сна
- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика

План реализации проекта:

| | |
|--|--|
| <p>Познавательное развитие</p> | <p>Беседа «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!»</p> <p>Цель: Повышение интереса детей к утренней зарядке, формирование привычки к соблюдению режима дня</p> <p>Беседа «Умываются котята по утрам и вечерам», «Зачем нужно мыть руки».</p> <p>Цель: Формирование привычки заботиться о чистоте своего тела, культурно-гигиенических навыков</p> <p>Наблюдение за играми старших детей.</p> <p>Цель: Формирование представлений о правилах безопасного поведения в подвижных играх и играх с песком</p> <p>Размещение в умывальной комнате алгоритма мытья рук.</p> |
| <p>Социально-коммуникативное развитие</p> | <p>Дидактическая игра «Кукла делает зарядку»</p> <p>Цель: Формирование положительного отношения к умыванию, физкультуре, ознакомление с последовательностью действий</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Искупаем куклу Катю»</p> <p>Цель: Формирование практических умений и навыков при умывании и купании.</p> <p>Дидактическая игра "Оденем куклу на прогулку»</p> <p>Цель: Формирование умения одеваться и раздеваться в определенном порядке, формирование навыков опрятности</p> <p>Формирование основ безопасности</p> |

| | |
|--------------------------------|--|
| | <p>Беседа «Правила поведения в детском саду»</p> <p>Цель: Формирование основ безопасного поведения в группе и на участке</p> <p>Дидактическая игра «Съедобное – несъедобное»</p> <p>Цель: Формирование первичных представлений о съедобных и несъедобных предметах</p> |
| <p>Речевое развитие</p> | <p>Дидактическая игра «Да здравствует мыло душистое», «Разложи по корзиночкам фрукты и овощи»</p> <p>Цель: закрепление правильного произношения названий средств личной гигиены (мыло, полотенце, зубная щетка)</p> <p>Рассматривание картины «Дети делают зарядку»</p> <p>Цель: Формирование привычки ежедневно делать зарядку</p> <p>Дидактическая игра «Во саду ли, в огороде»</p> <p>Цель: Закрепление правильного произношения овощей и фруктов</p> <p>Дидактическая игра «Чей фрукт?»</p> <p>Цель: Обучение употреблению личных форм местоимений (мой банан, мое яблоко)</p> <p>Чтение художественной литературы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Народный фольклор: потешки «Водичка, водичка, умой моё личико!», «Ай, лады, лады, лады...» • А. Барто «Девочка чумазая» • К. Чуковский «Мойдодыр» • К. Чуковский «Айболит» <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Приобщение к народному фольклору • развитие интереса детей к художественной литературе • формирование эмоционального отношения к поступкам литературных героев • формирование знаний детей о здоровом образе жизни с помощью художественного слова |

Художественно-эстетическое развитие

Рисование «Мой веселый звонкий мяч», «Витамины в банке»

Цель: Обучение умению правильно держать кисть, рисовать округлые формы

Рисование «Дождик»

Цель: Обучение рисованию прямых отрывистых линий сверху вниз с помощью карандаша

Лепка «Овощи и фрукты»

Цель: Закрепление первичных знаний о овощах и фруктах, формирование умения лепить из пластилина предметы округлой и продолговатой формы

Музыкальное воспитание

Музыкальная игра «Где же наши ручки?»

Цель: Формирование способности воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым.

Музыкальная игра «Лошадка»

Цель: Формирование умения передавать образы, начинать движение с началом музыки.

Музыкальная игра «Жук»

Цель: Развитие желания слушать народную музыку, выполнять простые танцевальные движения.

Танец «Танец маленьких утят»

Цель: Развитие образности восприятия музыки через движения (хлопать, полуприседать и т. д.)

Хороводная игра «Солнышко»

Формирование представлений о здоровом образе жизни

Физическое развитие

Беседа «Вредные привычки»

Цель: Формирование первичных представлений о здоровом образе жизни и опасности вредных

| | |
|---|--|
| | <p>привычек</p> <p>Игра – экспериментирование "Грязные и чистые руки»</p> <p>Цель: Обучение детей умению делать выводы; развитие мышления, интереса к экспериментам, вызвать радость от открытий, полученных из опытов.</p> <p style="text-align: center;">Физическая культура</p> <p>Подвижная игра «Беги к тому, что назову»</p> <p>Цель: Формирование умения бегать в заданном направлении, ориентироваться в пространстве.</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>Цель: Обучение умению действовать согласно тексту, убежать от водящего.</p> <p>Подвижная игра «Поезд»</p> <p>Цель: Обучение ходьбе друг за другом в заданном направлении.</p> <p>Подвижная игра «Дождик и солнышко»</p> <p>Цель: Обучение умению двигаться в разных направлениях и останавливаться по сигналу.</p> <p>Подвижная игра «Мой весёлый, звонкий мяч» Цель: учить подпрыгивать на двух ногах.</p> |
| <p style="text-align: center;">Работа по взаимодействию с родителями</p> | <p>Папка-передвижка «В здоровом теле - здоровый дух»</p> <p>Памятка «Профилактика плоскостопия», «Гимнастика для глаз»</p> <p>Анкетирование по теме «Физическое воспитание в семье».</p> <p>Размещение информации на стендах в вестибюле по темам: «Соблюдение режима дня», «Свободное время детей дома»</p> |

3 этап – заключительный.

Итог проекта: Физкультурное развлечение «Малыши-крепыши». Презентация проектной деятельности.

Фотоотчёт о реализации проекта:



Практическое упражнение «Кукла Маша моет руки, умывается»





Гимнастика после сна



Ходьба по дорожке здоровья



Дидактическая игра «Разложи фрукты и овощи по корзинкам»





Правильное питание – залог здоровья

Кушаем зелёный лучок, выращенный на окошке





Утренняя гимнастика под музыку



Игровая ситуация: «Едем на автобусе»



Хрюша рассказывает ребятам о витаминах



Рисуем витамины в банке (ватными палочками)



Рисование: «Витамины в банке»





Подвижные игры в течение дня





Хороводная игра



Физкультурное развлечение «Малыши-крепьши»



«Физическое воспитание в семье». Анкета для родителей

Ф. И. ребёнка, возраст

1. Часто ли ребёнок болеет, какие тяжёлые заболевания, травмы перенёс

2. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни? Поясните.

3. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

4. Делаете ли Вы дома зарядку?

5. Соблюдаете ли режим дня в выходные дни? Какой?

6. Имеете ли Вы дома физкультурное оборудование? Какое?

7. Какой вид закаливания Вы применяете дома? (отметить)

систематическое проветривание

солевая дорожка

дыхательная гимнастика

прогулка в любое время года

хождение босиком по “чудо-коврику”

9. Гуляете ли Вы с ребёнком после детского сада? Насколько часов ходите куда-нибудь и куда?

10. Чем занят Ваш ребёнок вечерами и в выходные дни: (отметить)

подвижные игры

настольные игры

телевизор

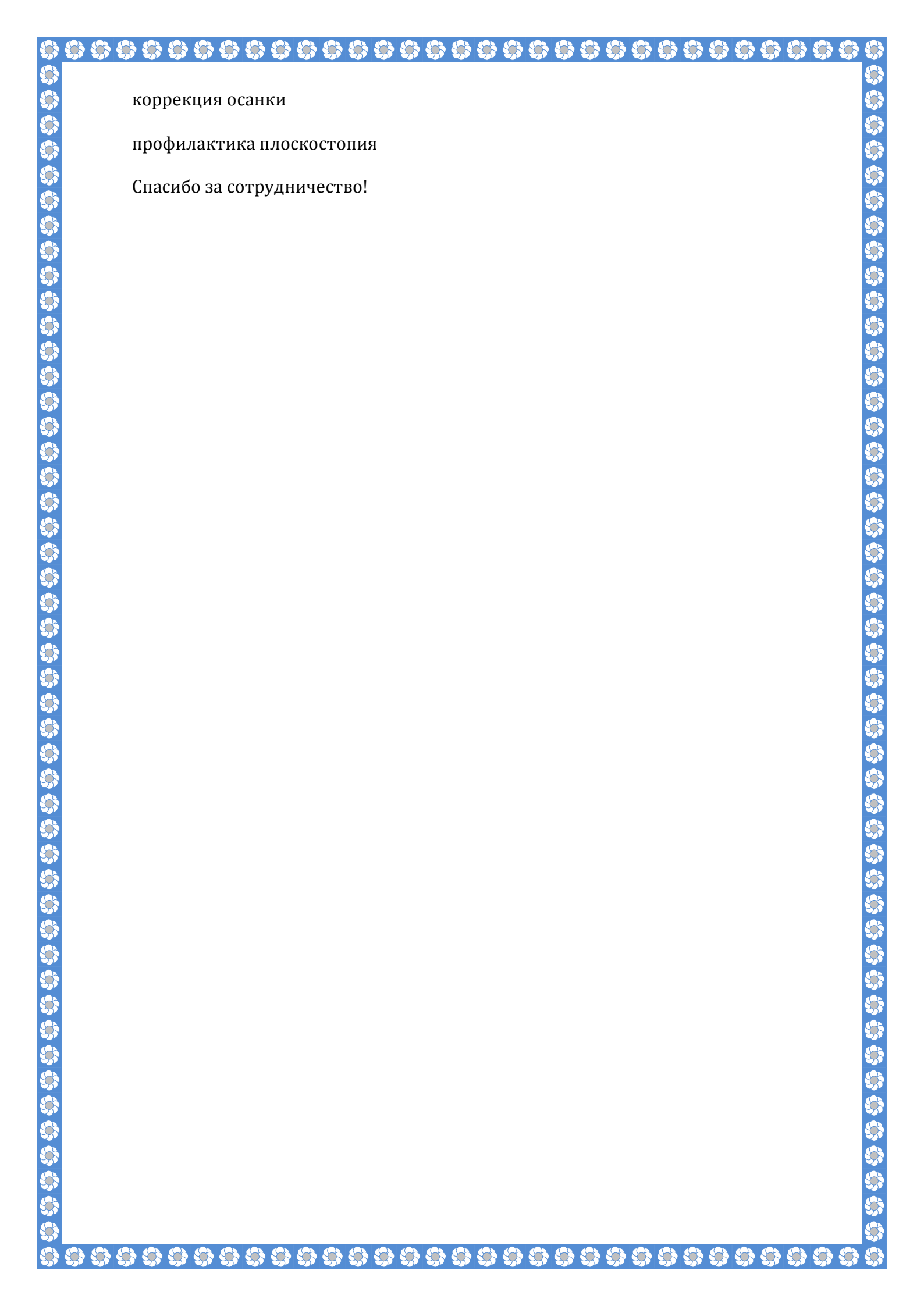
компьютер

11. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

профилактика заболеваний

дыхательная гимнастика

закаливание



коррекция осанки

профилактика плоскостопия

Спасибо за сотрудничество!