

ПРОЕКТ

«Неделя здоровья»

во второй младшей
группе №2



Продолжительность проекта: 1 неделя (с 25.01.2016 по 29.01.2016)

Тип проекта: познавательно-игровой

Участники проекта: дети второй младшей группы, воспитатели, родители.

Актуальность проекта:

Проблема сохранения и укрепления здоровья в современном обществе является одной из самых актуальных на сегодняшний день. Развитие детей тесно связано со здоровьем: только здоровый ребенок может правильно, полноценно развиваться. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно, в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и организму. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Цель проекта:

- Формировать у детей начальное представление о здоровом образе жизни;
- Помочь детям понять значение здорового образа жизни для здоровья;
- Повышать уровень знаний и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через взаимоотношение с воспитателями группы.

Задачи проекта:

- Продолжать укреплять и сохранять здоровье детей;
- Дать представление о ценностях здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни;
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
- Расширять знания детей о полезной и вредной пищи; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека;
- Воспитывать бережное отношение к своему телу, здоровью, здоровью других детей.

Ожидаемый результат:

- Повышение интереса у воспитанников и желание заниматься гимнастикой, физкультурой;
- Сформирована у детей привычка к аккуратности и чистоте, привиты культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания;
- Создана здоровая - сберегающая и развивающая среда, обеспечивающая комфортное пребывание ребёнка в детском саду;
- Возросший интерес родителей к вопросам воспитания здорового ребёнка и мотивации здорового образа жизни.

Взаимодействие с родителями

- Наглядная информация: «Как укрепить свод стопы», «Немного о закаливании», «Весёлые зимние игры»;
- Консультации: «В морозный день», «Витамины - круглый год», «Поиграй зимой со мной!»;
- Привлечь родителей к изготовлению массажной дорожки;
- Привлечь родителей к проведению семейного дня здоровья «Зимние забавы».

Физкультурно –оздоровительная деятельность в течении дня:

- Утренняя гимнастика- ежедневно;
- Физкультурные занятия - 3 раза;
- Музыкально-ритмические - 2 раза;
- Прогулки на свежем воздухе с включением – подвижных игр – ежедневно;
 - Пальчиковая гимнастика – ежедневно;
 - Зрительная, дыхательная гимнастика – ежедневно;
 - Физкультурные минутки и паузы во время занятий;
- Воздушные ванны, оздоровительная гимнастика после дневного сна;
 - Ходьба по массажным дорожкам.

Физкультурно –оздоровительная деятельность в течении дня:

- Утренняя гимнастика- ежедневно;
- Физкультурные занятие - 3раза;
- Музыкально-ритмические - 2раза;
- Прогулки на свежем воздухе с включением – подвижных игр – ежедневно;
- Пальчиковая гимнастика – ежедневно;
- Зрительная, дыхательная гимнастика – ежедневно;
- Физкультурные минутки и паузы во время занятий;
- Воздушные ванны, оздоровительная гимнастика после дневного сна;
- Ходьба по массажным дорожкам.

Утренняя гимнастика



*Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.*

*Раз – два,
Шире шаг!
Делай с нами так!*



Дыхательные упражнения



«Мыльные пузыри»

Если дуть сильнее,
Будет много пузырей!
Раз, два, три, четыре,
пять,
Ни за что их не поймать.

«Сдуем снежинку»

Снежинка упала ко мне на
ладошку,
Её я согрею дыханьем
немножко.



Прогулки на свежем воздухе



Я по улице гуляю
Свежим воздухом дышу -
Что увидел я, что знаю
Хоть сейчас вам
расскажу.

Свежий воздух
малышам
Нужен и полезен!
Очень весело гулять
нам!
И никаких болезней!...



Пальчиковые игры и упражнения



Раз, два, три, четыре,
пять
Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре,
пять
В домик спрятались



Оздоровительная гимнастика после сна



Что за чудная зарядка

—

*Как она нам помогает,
Настроенье
улучшает*

И здоровье укрепляет.

Мы шагаем по дорожке,
Разминаем наши ножки!



Сюжетно-ролевая игра «Больница», «Мама привела малыша к врачу»



Детский доктор утром
рано .
Надевает свой халат,
Руки моет он под
краном,
В кабинет зовет ребят.

А потом в жару и холод,
Словно доктор
Айболит,
Через весь огромный
город
Врач по вызову
спешит.

Не страшны нам грипп,
ангина,
ОРЗ, ветрянка, корь,
Воспалительные

Культурно-гигиенические навыки



Добрая водичка! Помоги
немножко:
Вымой у ребяток грязные
ладошки!
Ты, кусочек мыла, мыль нас,
не жалея,
Станут наши ручки чище и
белее!

Все с водою знают,
утром умываются.
Тот кто мал и кто велик -
Каждый чистым быть
привык!



Непосредственно-образовательная деятельность (рисование) «Витамины для друзей»



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

