**Проект**

**Тема: «Всегда здоров»**

**Мотив:**актуальной является проблема здоровья детей раннего возраста в ДОУ. Особенно в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно-оздоровительной работы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Что мы знаем об | Что мы хотим | Как мы можем |
| этом? | узнать? | узнать? |
| Люди часто болеют. | Зачем мыть руки с мылом? | Художественная |
| Почему? |  | Литература   (стихи, |
| Ответы детей: |  | потешки, книги, |
| Вова: | Зачем ходить | загадки), занятия, |
| -Чтобы не болеть, | босиком? | прогулки, |
| надо много |  | подвижные игры, |
| двигаться. | Почему зарядка | дидактические игры, |
| Аня: | бывает разная? | закаливание, |
| -Потому, что я плохо |  | утренняя гимнастика, |
| кушаю. | Для чего нужно | спортивные |
| Ира: | закаляться? | праздники, |
| -Не люблю купаться, |  | развлечения, |
| умываться. | Почему люди | физкультминутки, |
| Сережа: | болеют? | рекомендации |
| - Мама не разрешает |  | родителям. |
| ходить босяком. |  |  |
| Надя: |  |  |
| -Бабушка старенькая, |  |  |
| поэтому болеет. |  |  |

**Вывод:**дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни»; они не осознают значимость здоровья и как его сохранить и укрепить.

 **Выводы работы:**

1. **Сбор информации**: фотографии, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины), познавательная литература.
2. **Работа с детьми:** занятия, упражнения, беседы, игры. Чтение стихов, потешек, загадок. Закаливающие мероприятия, спортивные игры.

3.**Совместная и самостоятельная деятельность**: физкультурный уголок «Здоровячок»,

совместные дидактические игры, спортивные упражнения на все виды мышц,  закаливающие процедуры: бодрящая гимнастика, пребывание на   свежем   воздухе,   умывание     рук,   лица,   обливание   ног, воздушные ванны, самостоятельная двигательная активность детей, коллективная работа по аппликации «Полезные витамины».

**4.Работа с родителями:**

**5.  Выставка познавательной литературы по физическому развитию детей и укреплению здоровья детского организма.**

**6.        Консультации:**

а) «Хорошо ходить босиком, здоровье для ножек»

б) «О соблюдении режима»

в) «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»

г) «Игра в жизни ребенка»

 д) « Занимайся гимнастикой по утрам»

**7. Беседы**: «Полезно - не полезно», «Плохо - хорошо», «Чистота и здоровье», «Личная гигиена», «О здоровой пище», «Кто спортом занимается».

**8.Фотовыставка** «Спасибо зарядке - здоровье в порядке»

**9.Презентация проекта спортивный праздник «Играем, здоровье укрепляем**»

**1 ЭТАП  РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА**

**Цель:**сохранение  и  укрепление  здоровья  детей,  формировать

привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* продолжать знакомить детей с правилами гигиены.
* создание условий для благотворного физического развития детей.
* способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий
* повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурной - оздоровительной работы

-        повышать  педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

**Предполагаемый результат:**

* Сохранениеи укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.
* Создание предметно развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы.

-        использование разнообразных форм взаимодействия с родителями с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.

**Участники проекта:**дети первой младшей группы, воспитатели, музыкальный руководитель, родители.

**Срок реализации: 1 месяц**

**2 –ЭТАП ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1. Беседы с детьми.**

а). Как я буду заботиться о своем здоровье.

б). Чистота и здоровье.

в). Кто спортом занимается?

г). Как я буду закаляться?

д). Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья.

**2. Познавательная литература.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | . |  |
|  | **Чтение** | **Сроки** |
| **1** | К. Чуковский «Доктор Айболит» Стихотворения о здоровье | 1 неделя |
| **2** | А. Барто «Девочка чумазая» Потешки | 2 неделя |
| **3** | 3. Александрова «Купание» К. Чуковский «Мойдодыр» | 3 неделя |
| **4** | Г. Зайцев «Дружи с водой» Загадки, пословицы | 4 неделя |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **З.Интегрированные занятия.** |  |  |
|  | **Тема, цель** | **Сроки** |
| **1** | «**Здоровье в порядке, спасибо зарядке»**Цель: Повышение знаний о значимости зарядки для,здоровья детского организма, заинтересовать детей квыполнению   упражнений,   вызвать   положительныеэмоции. | 1 неделя |
| **2** | **«Айболит в гостях у детей»**Цель: продолжать формировать представление детей о здоровом образе жизни. Напомнить детям, что болеть - плохо и что нужно, чтобы не болеть. Расширять представление детей о полезных витаминах. | 2 неделя |
| **3** | **«Вымоем куклу Таню»**Цель: закреплять знания детей о личной гигиене с использованием        туалетных        принадлежностей, способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни | 3 неделя |
| **4** | **«Дружим с водой»**Цель:     познакомить     со     смысловым     значением закаливания, как процедуры, укрепляющей здоровье, повышение    интереса    к    оздоровлению    детского организма. Вода - залог чистоты и здоровья. | 4 неделя |

**4.   Игровая деятельность.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Название игры, цель** | **Сроки** |
| 1 | Подвижная игра «Солнышко и дождик»Цель: развивать двигательную активность детей. | 1 неделя |
| 2 | «Озорной мяч»Цель: выполнять подскоки в своем темпе и ритме. |  |
| 3 | «Воробышки и автомобиль»Цель: закрепление бега в разных направлениях. |  |
| 4 | Дидактические   и   развивающие   игры    «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи» Цель:  развивать представление детей о  вкусной  и полезной еде. | 2 неделя |
| 5 | «Кошки - мышки»Цель: бегать, в определенном направлении не толкаядруг друга, ходить на носках. |  |
| 6 | Подвижная игра «Кошечка»Цель: развитие навыка ползания, укрепление мышцтуловища, рук и ног. | 3 неделя |
| 7 | «Маленькие ножки бегут по дорожке»Цель:   бегать   быстро  -  медленно,   реагировать   насигнал . |  |
| 8 | «Волшебный лес»Цель: упражнять детей в беге, ходьбе, ползать на четвереньках, сохранять равновесие, прыгать на двух ногах на месте, формировать качество личности. | В течение месяца |
| 9 | «Развитие движения у детей раннего возраста» Цель:     закрепление    основных    видов    движения, воспитывать   положительные   эмоции,   формировать умение правильной осанки. |  |
| 10 | «В стране здоровья»Цель:     формировать    сознательное    отношение    к здоровью, учить заботиться о своем здоровье, вызвать эмоциональный настрой. |  |

1. **Самостоятельная   и   совместная   художественно   - продуктивная деятельность.**
2. Рисование карандашами, фломастерами овощей и фруктов.
3. Аппликация «Овощи и фрукты».

3.        Закаливающие мероприятия ходьба босиком по пуговичным коврикам, воздушные ванны.

5.        Прогулки и игры на свежем воздухе.

6. Пополнение физкультурного уголка: склеивали флажки, мастерили макеты (рули, шапочки для игр).

**6.        Экскурсии, наблюдения.**

1.        Наблюдение за играми старших детей на прогулке.

Цель: воспитание добрых отношений друг к другу, развивать предпосылки детей к играм разного вида: бегать, прыгать, бросать и ловить мяч, подлезать, лазать.

2.        Экскурсия в спортивный зал сада: беседа с инструктором по физическому воспитанию, знакомство со спортивным инвентарем.

**7.        Опытническая работа.**1. Наглядный материал:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Что вы узнали, что | Что вас удивило? | Что понравилось |
| раньше не знали? |  | больше всего? |
| - Нужно заниматься | Ваня: | - Играть в подвижные |
| гимнастикой, чтобы | - Солнце, воздух и | игры. |
| не болеть. | вода - наши лучшие | - рисовать, лепить, |
| - Чаще мыть руки. | друзья. | отгадывать загадки. |
| - Что такое здоровье. | Надя: | - Фотографироваться. |
| - Вредные привычки: | - Что такое «тропа | - Играть с водой. |
| что это такое (грызть | здоровья». | - Праздник. |
| ногти, ковырять в | Вова: |  |
| носу, сосать | - как принимать |  |
| пальчик). | воздушные ванны. |  |
| - Как можно | Анна: |  |
| закаляться. | -Нужно |  |
| - О витаминах. | пользоваться зубной щеткой. |  |

Картотека подвижных игр, книжки, раскраски, картинки, иллюстрированный материал. Аппликация «Овощи и фрукты». В уголок физического развития поделки шапочек и макетов для игр (рули, доктора Айболита, зайчика, кошки, собачки). Рисование через трафареты фруктов и овощей.

1. **ЭТАП РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА**

**4 ЭТАП  ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРЕКТА СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК                        «Играем здоровье укрепляем».**

Модель 3-х вопросов.

**ИТОГ РАБОТЫ.**

1. Существует интерес и желание у детей выполнять различные упражнения.
2. С удовольствием принимают воздушные ванны, ходят босиком по «тропе здоровья» - ребристой доске, играют с водой.
3. Дети стали реже болеть.

4.        Дети самостоятельно проявляют инициативу: бегать, прыгать,
играть с мячом, ползать, лазать.

**Воспитательная ценность.**

1. У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах.
2. **Познавательная ценность.**
3. У детей повысились знания о значимости образа жизни.
4. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях.

**Перспектива.**

**1.**С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.