

МАДОУ ЦРР Детский сад «Солнечный»
Долгосрочный проект в первой младшей группе по теме
«Быть здоровыми хотим!»



Воспитатель: Чедия Т.В.

“Забота о здоровье – это важнейший труд
воспитателя. От жизнерадостности,
бодрости детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы”

В. А. Сухомлинский

Введение

Актуальность: На сегодняшний день наиболее актуальным в деятельности любого ДОУ являются вопросы физкультурно-оздоровительной работы, основная задача которой – способствовать укреплению здоровья, совершенствованию физического развития ребенка, развитию двигательной активности. И начинать эту работу следует с детьми раннего возраста, т.к. фундамент здоровья человека закладывается уже в раннем детстве.

Всем давно известно, что движение это: врожденная, жизненно необходимая потребность человека, эффективное лечебное средство, познание окружающего мира, важное средство воспитания и общения.

Ранний возраст - самое благоприятное время для воспитания у ребенка основ двигательной культуры, закаливания, привычки к правильному питанию, соблюдению культурно-гигиенических норм, потребности получения положительных эмоций, т. е. основ здорового образа жизни.

С целью сохранения и укрепления здоровья малышей, привлечения их внимания к игровым ситуациям, связанным со здоровьем, развития культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, в группе возникла идея провести проект «Быть здоровыми хотим!»

Для участия в проекте были привлечены также родители, которые непосредственным образом смогут проявить свои знания, опыт, творчество по проблеме здоровья. Проблема, на решение которой направлен проект: Жизненный опыт детей 2-3 лет еще достаточно невелик, поэтому сформировать у них элементарные представления о том, что нужно делать, чтобы всегда быть здоровым - это и есть основное направление данного проекта.

Мы, ребята-малыши,
Недостаточно взрослые...
И хотим быстрее узнать,
Как здоровье укреплять?

Цель проекта: Начальное формирование основ здорового образа жизни у детей раннего возраста.

Задачи проекта:

Задачи:

- 1.Формировать представления детей о здоровье, особенностях его сохранения и укрепления.
- 2.Развивать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания; познавательный интерес; творческие способности.
- 3.Обогащать двигательный опыт детей; вызвать желание заботиться о своем здоровье.

Тип и вид проекта: познавательный, долгосрочный.

Возраст детей: 2-3 года

Продолжительность: с октября по апрель.

Ожидаемые результаты проекта:

- Дети получают первоначальные знания о здоровье человека, особенностях его сохранения и укрепления;
- Познакомятся с профессией врача и ее значимостью для других людей;
- Познакомятся с играми, произведениями художественной литературы по теме;
- Примут участие в различных видах деятельности физической и художественно-эстетической направленности.
- Появятся практические навыки детей в общении со сверстниками и взрослыми.

Взаимодействие с родителями (законными представителями)

- Создание выставки спортивного оборудования (совместное творчество).
- Заучивание с детьми потешек по теме проекта.
- Выпуск информационного бюллетеня: «Пусть растет малыш здоровым!»
- Познакомить с основными направлениями работы по сохранению и укреплению здоровья малышей;
- Активизировать их творческую деятельность.

Продукт проекта: Выставка спортивного оборудования, сделанного руками родителей. Оформление газеты «Быть здоровыми хотим!» по результатам проведения проекта.

Краткая аннотация проекта: в проекте представлено знакомство с составляющими здоровья человека, с профессией врача. Реализация проекта осуществляется через непосредственную образовательную деятельность, организацию игровых и проблемных ситуаций, через различные виды практических упражнений и продуктивной деятельности.

Обогащение предметно-пространственной среды:

Свою работу мы начали с пополнения игрушек, пособий и оборудования, способствующих двигательной деятельности детей. Разместили все это так, чтобы дети могли свободно пользоваться колясками, машинами, мячами, «дорожками здоровья», нетрадиционным оборудованием и т. д. Мы обратили внимание, что особую радость у малышей вызывает нетрадиционное оборудование, которое очень красочное и яркое, в изготовлении которого большой вклад внесли наши родители. Его мы используем не только в группе, но и на улице. На практике мы убедились, что игрушки и пособия для игр (флажки, мячики, ленточки и т. д.) должны быть яркими, красочными, иметь разнообразную форму.

Игровое пространство организовали таким образом, чтобы побуждать детей к игре, и ребята имели возможность играть как поодиночке, так и в небольшой группе.

Мы изменяем физкультурно-игровую среду в группе, используя совсем незначительное количество простых пособий, но расставляя их по-разному.

Мы заметили, что малыши с удовольствием тянутся на носочки, чтобы потрогать шарик или погремушку, играют в прятки с зайкой, или показывают «петушку» как надо ходить по дорожкам. Чтобы научить детей лучше ориентироваться, мы меняем игрушки, постепенно пополняем их новыми, придумывая интересные игровые упражнения, чтобы добиться разнообразия в их использовании.

В течение дня мы стараемся создавать условия для активной двигательной деятельности. Используем хороводы, игры-забавы. Малыши очень любят подвижные игры. Утренняя гимнастика проводится в игровой форме с предметами (кубиками, погремушками, платочками, с деревянными палочками т. д.) и без предметов

На прогулке организуем подвижные игры и физические упражнения («Догони меня», «Желтые листочки», «Поезд»), направленные на ориентировку детей в пространстве, развитие физических качеств детей. Используем развивающие образовательные ситуации «Достань зайчика», «Пройди через ручеек», «Куры в огороде»

Бодрящая гимнастика (после дневного сна) проводится с элементами самомассажа, мы обучаем детей разминать пальчики, проводя круговые движения вокруг каждого пальца; интенсивное движение большого пальца вперед-назад, вверх-вниз, по кругу при помощи художественного слова «Сорока - белобока», имитации движений «Коза-дереза»

Специальные дыхательные упражнения («Мыльные пузыри», «Подуй на кораблик», «Вот какие мы большие», «Понюхаем цветочек», «Дудочка», «Воронка»)

Большое внимание уделяем профилактике плоскостопия и развитию мелкой моторики рук, используем игровые ситуации «По ровненькой дорожке», «Коврик здоровья» «Рожки», «Глазки», «Сорока-белобока»

Игры-забавы «Прятки», «Зашагали наши ножки топ-топ-топ...», «Мой веселый звонкий мяч», «Догони ленточку», «Мыльные пузыри» и др. способствуют формированию самостоятельной двигательной активности детей

Для обогащения игрового опыта детей используем следующие приемы:

- поддержка инициативы ребенка. Поощрение действий вызывает у него желание еще раз повторить какое-нибудь упражнение (пройти по широкой и узкой дорожкам, перешагнуть через листочек, догнать не только большой, но и маленький мячик). А неоднократное повторение движений улучшает качество их выполнения.
- введение игрового персонажа, обогащение игровых сюжетов. Учитывая особенности раннего возраста, малышам трудно точно выполнять движения по слову воспитателя, мы предлагаем игровые ситуации, побуждающие ребенка выполнять различные движения, например, «Кукла

Катя катает мяч, а теперь мячик к Сереже покатится» или «Кошка играет с мышками, а теперь дети будут мышками».

I. План-график мероприятий

Этапы реализации проекта:

1 этап. Подготовительный.

- Составление плана реализации проекта с учётом интеграции образовательных областей.
- Составление конспектов непосредственной образовательной деятельности.
- Подбор стихов, песен, малых форм русского фольклора.
- Подбор книг, иллюстративного материала и репродукций картин.
- Подбор дидактических игр.
- Подбор музыкального репертуара.
- Привлечение родителей к текущему проекту.

2 этап. Основной.

Цель: создание условий для психологического комфорта и сохранение двигательной активности в течение дня. Совместная деятельность взрослых и детей будет осуществляться в играх – занятиях, режимных моментах, самостоятельной деятельности.

Тематический план проекта «Быть здоровыми хотим!»

месяц	Работа с детьми	Работа с родителями
октябрь	Чтение детской литературы, заучивание стихотворений и потешек. К. Чуковский «Мойдодыр», Беседы: «Мойдодыр в гостях у ребят», Картинки, иллюстрации: «Правила личной гигиены» Игровые ситуации: «Мы, ребята-крепыши, с физкультурой дружим мы!» Практические упражнения: «Мойдодыр нас ждет с утра Умываться нам пора!» алгоритм умывания	Родительское собрание «Будь здоров» Консультация: Анкетирование родителей «Условия здорового образа жизни в семье».
ноябрь	Чтение: К. Чуковский «Айболит», Д. Снежинкина «Добрый доктор», «Новые зубы». Беседа с детьми с целью выявления у детей знаний о труде взрослых, а именно о профессиях врача и медсестры: «Кто на помощь к нам придет?», «Доктор Айболит в гостях у ребят», Игра: «Угадайка» С завязанными глазами, на ощупь угадать фрукт. (яблоко, груша, лимон, апельсин, банан...) Сюжетные картинки для рассматривания: Врач, медсестра, ветеринар, бригада «Скорой помощи» и т.п. Аппликация: «Добрый доктор Айболит»	Консультации для родителей: «Здоровый образ жизни», «Что делать если ребенок боится врача?»
декабрь	«Витамины я люблю - быть здоровым я хочу». Д/И: «Одень куклу на прогулку». Театрализованная деятельность «Девочка чумаза». Игровой массаж. Дорожка «здоровья». Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук, умывании. Рассказывание произведения А.Барто «Девочка чумаза». Физкультурное развлечение «Мой весёлый звонкий мяч».	Консультации «10 заповедей здорового образа жизни»
январь	Чтение: Сказки «Маша растеряша» (Л.Ф. Воронкова)	Консультация для родителей

	Беседа по сказке. Почему Маша опоздала в детский сад? Что она искала? Что надо делать, чтобы такая история не повторилась? Подвижная игра «Назовем одежду» Дети, стоя в кругу, перебрасывают друг другу мячик, называя предметы одежды (психолог задает общую тему, например: мужская одежда, женская, летняя, зимняя, верхняя и т.д., дети называют конкретные предметы). Задание: «Обувь и время года». В какое время года мы одеваем ту или иную обувь? Найдите для каждого времени года свою обувь, соедините линиями. Задание: «Найди и раскрась одежду» (на бланке) Обведи и раскрась одежду на мальчике и девочке. Какую еще одежду приготовили для мальчика, а какую для девочки?	«Зимние травмы у детей»
февраль	«Чтоб здоровым быть всегда - Нужна полезная еда!» формировать представления о здоровой и полезной пище; познакомить с понятием «витамины»; развивать активную речь; воспитывать навыки культурного поведения за столом. Беседы: «Таблетки растут на ветке, Таблетки растут на грядке». Игровые ситуации: «Приготовим обед для кукол» Коллективная работа: «Яблочки для куклы»-раскрашивание изделий из пластилина. Подвижные игры: «Воробышки и автомобиль», «К дереву беги!» Пальчиковая гимнастика: «Мы капусту рубим, рубим», Закаливающие процедуры, гимнастика после сна, хождение по массажным коврикам.	Взаимодействие с родителями: Папка передвижка «О правильном питании и пользе витаминов
март	«Волшебница вода!» формировать представления детей о свойствах воды, о необходимости чистоты для здоровья человека; развивать познавательную активность; Практические упражнения: «Мойдодыр нас ждет с утра- Умываться нам пора!» «Да здравствует мыло душистое И полотенце пушистое!» Дидактические игры: «Азбука здоровья» Рассматривание иллюстраций с изображением профессии врача. Игры: «Зайчонок заболел»	
Апрель итог	Оформление газеты: «Быть здоровыми хотим!». Развлечение: физкультурный досуг «Мячик круглый есть у нас!»»	

III этап. Заключительный.

Результаты проекта:

Дети получили первоначальные знания о здоровье человека, особенностях его сохранения и укрепления; познакомились с играми, произведениями художественной литературы по теме «Быть здоровыми хотим!»

Родители активно участвовали в проекте:

*Оформление газеты «Быть здоровыми хотим!»

Прилагается фотографии.







































Список используемой литературы и интернет - ресурсов.

1. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2-3 лет. Москва, Издательство «Мозаика-синтез», 2009г.
2. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 2-3 лет.
3. Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Система работы в первой младшей группе детского сада. Москва, Издательство «Мозаика-синтез», 2012г.
4. Кузнецова А. Лучшие развивающие игры для детей от 1 до 3 лет.
5. Кочетова Н.П. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста: метод. пособие для воспитателей и родителей. - М.: Просвещение, 2005.
6. Бондаренко Т.М. Комплексные занятия в первой младшей группе детского сада. - Воронеж, 2009.
7. Гербова В.В. Занятия по развитию речи в первой младшей группе детского сада. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
8. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. =М: «Просвещение», 1978.
9. <https://www.maam.ru/>