

Творческий проект  
в первой младшей группе

## «Малыши крепыши»



**Девиз проекта: «Здоровый образ жизни – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость детям! ».**

**Аннотация проекта:**

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 в воспитательно-оздоровительной работе.

Важно уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка. Для этого необходимо создавать вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни; создавать воспитательные условия для детей, которые стали бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребенка.

### **Актуальность:**

Дети раннего возраста чаще подвержены простудным заболеваниям. Восприимчивость к ОРВИ и гриппу высока у детей всех возрастов, особенно часто болеют дети раннего возраста. Частые заболевания возникают из-за того, что иммунитет детей более ослабленный. (пониженный). Ранний возраст является решающим в формировании физического и психологического здоровья. Ведь именно в младшем возрасте ребёнок проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

И именно поэтому для укрепления здоровья детей раннего возраста проводится профилактическая работа против ОРВИ, простудных заболеваний. Начиная с первой младшей группы. Большое внимание уделяется физкультурно-оздоровительным мероприятиям, закаливающим процедурам (хождение босиком, контрастные воздушные ванны, ходьба по корригирующим дорожкам, обливание рук прохладной водой и др. ). Физкультурные занятия помогают оздоравливать детей, развивать двигательное воображение, осмысленную моторику.

### **Здоровье**

-это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие

болезней или физических дефектов

/Всемирная организация здравоохранения/

### **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/

## **Здоровьесберегающие технологии**

– это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на формирование и сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития

**Цель проекта:** сохранение и укрепление здоровья детей, привитие культурно-гигиенических навыков. Повышать интерес детей к двигательной активности.

### **Задачи:**

Для детей:

укреплять и охранять здоровье детей;

сформировать навыки здорового образа жизни;

воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания;

повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.

Для родителей:

повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка;

способствовать созданию активной позиции родителей в формировании здорового образа жизни;

дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены.

Для педагогов:

установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;

активизировать и обогащать воспитательные умения родителей.

**Материальное обеспечение проекта:** для спортивного уголка были приобретены – спортивный инвентарь, изготовлены дорожки «здоровья», мешочки с песком, тренажеры для дыхательной гимнастики, «колпачки», разнообразные, маски – шапочки. Фотовыставка

Тип проекта: Творческий

Участники проекта: Воспитатели и дети раннего возраста группы «Ягодка», родители, младший воспитатель.

Сроки реализации проекта: краткосрочный (2 недели)

**.Этапы реализации проекта:**

**1 этап** – подготовительный

**2 этап** – основной

**3 этап** – заключительный

**План реализации проекта:**

<b>Этап работы</b>	<b>Виды деятельности</b>
1 этап - подготовительный	Разработка проекта; Групповая консультация для родителей детей о целях и задачах внедряемого проекта; Анкетирование родителей; Дидактическое и методическое оснащение проекта; Разработка образовательных ситуации
2 этап - практический	Мероприятия по реализации проекта с детьми; Практическая деятельность

	по решению проблемы с детьми Оформление стенда для родителей.
3 этап - заключительный	Анализ полученных результатов; Итоговое мероприятие: «Советы Мойдодыра» Выставка рисунков. Фотовыставка «Мы зарядке скажем Да!»

Пути реализации: индивидуальная работа с отсутствующими детьми, совместные мероприятия с детьми и родителями. Информирование родителей с помощью информационных стендов.

### **Здоровьесберегающие технологии, направленные на сохранение и укрепление здоровья**

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
Подвижные игры	Как часть физкультурного занятия	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка
Релаксация	В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.	Можно использовать спокойную музыку, звуки природы
Гимнастика утренняя	Ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах	В групповой комнате, совмещенном зале, под музыку, с использованием подвижных игр и др.
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин во всех группах	Различные варианты проведения

Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется всем детям, проводится в любой удобный отрезок времени
Закаливание	в любое свободное время, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения
Динамическая пауза /физкультминутки/	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи
Взаимодействие с семьёй	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи