Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №232
«Рябинушка»

Реализация проекта

по формированию привычки к здоровому образу жизни.
«НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ»
1 младшая группа «Сказка»

Подготовил: воспитатель
Ольга Гавриловна Захарова

«Принцип здорового образа жизни,
принцип оптимальных физических нагрузок,
человек должен усваивать как элементы культуры в худшем
случае со школьной скамьи, в лучшем - еще раньше, в семье, в
детском саду…»

Н.М. Амосов

МЫ ЗА ЗОЖ

Тип проекта: практико-ориентированный.

Вид проекта: **информационно-творческий**.

Сроки реализации: краткосрочный *(1 неделя октября)*.

Участники проекта: воспитатели,
музыкальный руководитель,
инструктор физкультуры,
дети первой младшей группы
и их родители.

Цель проекта: дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.

Задачи:

- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
- Закреплять знания детей об органах чувств (глаза, нос, уши); уточнить с помощью опытов, для чего нужны те или иные органы.
- Дать представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
- Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; а, сон восстанавливает силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма (гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, массаж…)

Ожидаемые результаты:

• Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно - оздоровительной работы.

• Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.

• Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни.

• Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здорового образа жизни.

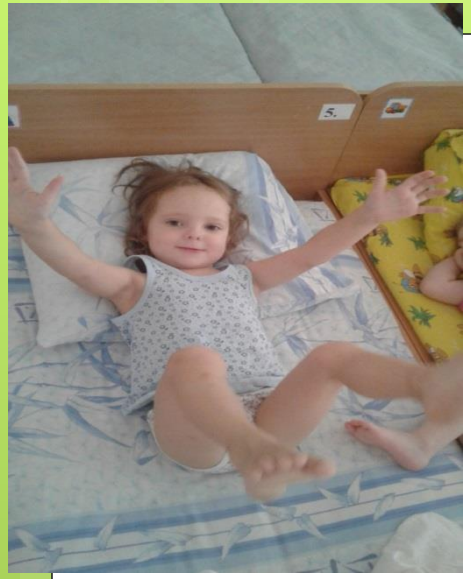
- **<u>Этапы реализации</u>:**
- ***1 этап - организационный:***
- Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.
- ***2 этап – познавательно - исследовательский:***
- Проведение тематических занятий, бесед, экспериментов, оздоровительных мероприятий.

- ***3 этап – практический:***
- <u>Разучивание</u>: гимнастика для глаз, массаж ладошек и ступней, потешек, стихотворений, пальчиковых игр, пословиц.
- <u>Занятийная деятельность</u>: лепка, рисование
- ***4 этап - итоговый:***
- Проведение интегрированного занятия *«В гости к Смешарикам»*, анкетирование родителей по теме: *«Здоровый образ жизни семьи»*.

Формы и методы реализации:

- Наблюдения
- Беседы
- Занятия
- Чтение художественной и познавательной литературы
- Рассматривание фотографий и иллюстраций
- Дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, игры - ситуации
- Гимнастики *(утренняя, для глаз, пальчиковая, после дневного сна)*
- Просмотр мультипликационных фильмов « Мойдодыр», «Ах, ты, девочка чумазая»
- Эксперименты.
- Консультации, анкетирование, памятки для
- родителей

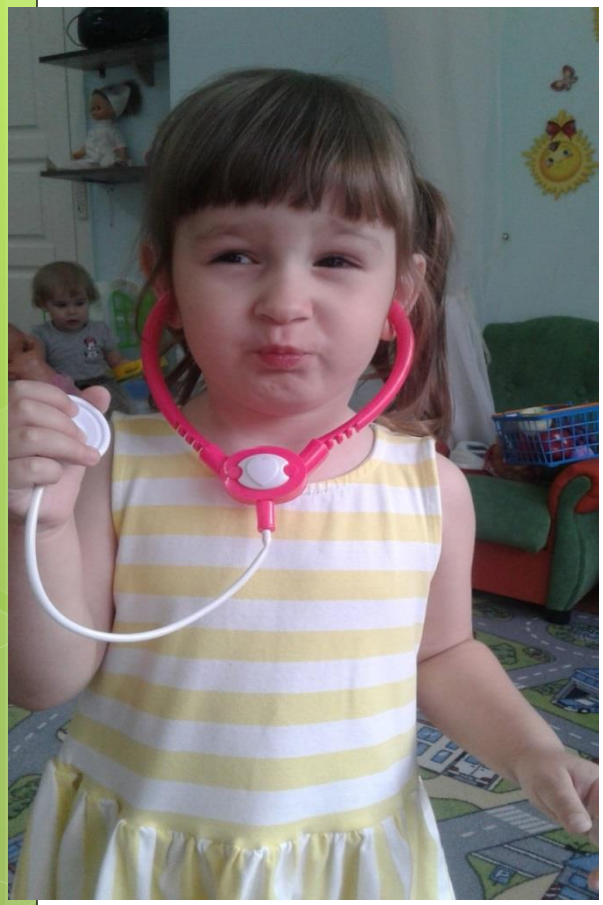
Понедельник – «Путешествие в страну «Город Витаминок»



Вторник

«Путешествие в страну здоровья Крепышей»

Среда «В гости к доктору Айболиту»



Четверг - «Хорошее настроение»

МОЙ ВЫБОР
ЗДОРОВЬЕ

Пятница -
«В гостях у Мойдодыра»

Протяни руку помощи другому! Мы дети солнца всегда вместе и всегда готовы прийти

здоровый образ жизни

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!