

МБДОУ №37 «Теремок»

Проект

**«Малыши –крепьши»**

практико - ориентированный



**Участники: воспитатели, дети и родители группы 2.5.**



**Цель проекта:** формирование навыков здорового образа жизни детей раннего возраста, и обогащение опыта родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.

**Задачи:**

1) Формировать у детей представление о здоровом образе жизни: правильном питании, закаливании, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены;

2) Создать условия для формирования потребности детей в соблюдении навыков гигиены;

3) Повысить компетентность родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей через новые формы взаимодействия педагогов с родителями.

**Срок проведения:** ( октябрь, ноябрь, декабрь).



# ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

- *I этап - Подготовительный.*
- *II этап – Основной.  
Реализация проекта.*
- *III этап - Заключительный.*



## Пример :

### Путешествие в страну здоровья «Город Витаминок» .

#### **Утро:**

- 1.«Утро радостных встреч».Зарядка, умывание.
- 2.Игра-беседа «Путешествие в страну Здоровья».
3. Занятие по художественно-эстетическому развитию (лепка):«Витаминки».
4. Подвижные игры: «Самолеты» (игра с бегом); «Зайцы и волк» (игры с прыжками).

#### **Вечер:**

1. Сладкий стол «Витаминная семья» (о фруктах и ягодах).
2. Чтение воспитателем: К. Чуковский «Айболит».
3. Игра-конструирование «Больница для зверят».

***II этап- Основной  
Реализация проекта.  
«Утро радостных встреч»***





# Формируем у детей самостоятельность. Прогулка на свежем воздухе.





**Занятие по художественно-эстетическому развитию:  
«Витаминки». Игры с шариками Су-джок.  
Игры с нестандартным спортивным оборудованием.  
Игры для развития мелкой моторики.**





**Закаливающие процедуры: ходьба по массажной дорожке, прием воздушных ванн.  
Гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика.**





# Двигательная деятельность. Работа с родителями.

## СОН

Это состояние человека, в котором все его тело отдыхает.

Во время сна человек отдыхает и набирается сил.

Сон позволяет мозгу развиваться, а телу расти.

В среднем в расный человек должен спать 8 часов. Детям рекомендуется спать 9-10 часов.



Свежий воздух, прогулки, спокойные игры, водные процедуры и чистая постель ускоряют наступление сна, увеличивают его продолжительность.

Мешают спать плотный ужин перед сном, крепкий чай или кофе, шумные игры и поздний просмотр телепередач.



## Вредно для здоровья:



1. Сидячее положение в течение длительного времени;
2. Утомление глаз. Нагрузка на зрение;
3. Воздействие элекромагнитного излучения;
4. Нагрузка на позвоночник;
5. Интернет – зависимость.

## Вредные привычки

Привычки, навязанные вред здоровью

Сделай свой выбор!



Делай правильный выбор!

Вредным привычкам – нет!  
Скажи всем друзьям.  
Вредные привычки – нет!  
Скажи себе сам.  
Вредные привычки – плохо!  
Знай всегда.  
Вредные привычки – губят!

## Вредные,

продукты для детского организма



Продукты с большим количеством сахара способствуют развитию кариеса и ожирению.

Целый набор вредностей, из насыщенных жиров и углеводов, синтетических добавок и заменителей вываляют массу серьезных заболеваний.



Несут огромную вред детской пищеварительной системе

Питайся, правильно!  
Береги свое здоровье!



МЕДОУ №37 "Теремок".  
Группа 702.5

Консультация для  
родителей: Закаливание  
мальшей.



ЖЕЛЕЗНОГОРСК 2019

# Заключительный этап.

## РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

1. Созданы необходимые условия для организации деятельности по теме проекта (подобраны настольные дидактические игры, наглядный материал);
2. Создана картотека пальчиковой гимнастики, игр.
3. Обогатился двигательный опыт детей; повысилась двигательная активность;
4. Повысился уровень развития культурно-гигиенических навыков, культуры питания; формирования элементарных основ безопасности и сохранения своего здоровья;
5. Обогатился уровень родительского опыта приёмами взаимодействия и сотрудничества с ребёнком в семье; повысилась компетентность родителей в вопросах физического воспитания и оздоровления детей.





**Презентацию подготовили:**

**Воспитатели группы № 2.5 «Капельки»**

**Федоткина А.Ю., Глушанкова С.Ю.**

➤ *web-сайт* [www.dou24.ru/mkdou37](http://www.dou24.ru/mkdou37)