

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №117 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара

# Проект «Здоровым быть хочу!» (первая младшая группа)



Воспитатель: Терентьева В.А.

## Паспорт проекта.

**Тип проекта:** познавательно-игровой, информационный

**Вид проекта:** краткосрочный (1 рабочая неделя 05.04 – 09.04.2021)

**Участники проекта:** дети первой младшей группы и их родители, воспитатели

**Возраст детей:** первая младшая группа (с 2 до 3 лет)



## Актуальность проекта:

уделять особое внимание родителей и воспитателей по формированию и укреплению здоровья ребенка с целью формирования у них желание вести здоровый образ жизни.



**Цель проекта:** повышать уровень знаний у детей и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни, спорте, чистоте через взаимоотношение с воспитателями группы.

**Задачи проекта:**

- 1) формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
- 2) укреплять и охранять здоровье детей;
- 3) дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
- 4) дать представление о пользе витаминов, о вредной и полезной пищи для здоровья человека;
- 5) активизировать взаимодействие с родителями по формированию у детей навыков здорового образа жизни на основе валеологических знаний и признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья детей.



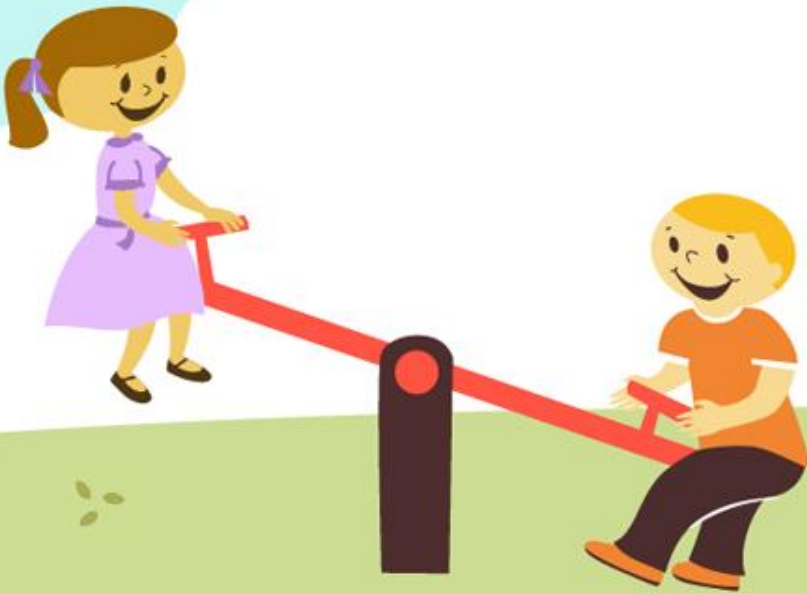
## **Ожидаемые результаты проекта:**

- 1) у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- 2) дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пище для здоровья человека (во время завтрака, обеда, полдника, ужина), о ценностях здоровья (подвижные игры, физкультминутки, различные виды гимнастик);
- 3) сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.



## Основные формы реализации проекта:

- беседы
- детское творчество
- игровая деятельность (сюжетно-ролевые, пальчиковые, словесные игры, настольные, подвижные)
- ознакомление с художественной литературой
- игровая форма занятий
- самостоятельная деятельность детей.



### **Литература:**

А. Барто «Девочка чумазная», К. Чуковский «Айболит», Л. Воронкова «Маша растеряша», С. Могилевская «Про Машеньку и зубную щетку», Э. Мошковская. «Нос, умойся», Б. Заходер «Гимнастика для головастика», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?»»

**Мультфильмы:** Смешарики «Азбука здоровья», Малышарики «Гигиена», «Королева зубная щетка», «Федорино горе».



## Роль родителей в реализации проекта:

- 1) Индивидуальная беседа с родителями «Режим дня и его значение для здоровья ребенка»;
- 2) Выставки детского творчества: «Витаминки» (лепка), «Мяч – наш первый спортсмен» (рисование);
- 3) Консультации: «Витамины», «Плоскостопие»;
- 4) Анкетирование «Какое место занимает физкультура в вашей жизни»;
- 5) Стенгазета для родителей «Здоровые дети в здоровой семье»;
- 6) Изготовление дорожек здоровья;
- 7) Изготовление тренажеров для дыхательной гимнастики;
- 8) Информационный материал в родительские уголки : папки-передвижки «Подвижные игры- залог здоровья малышей», «Здоровый образ жизни».





# Этапы работы над проектом:

## **I. Подготовительный этап:**

1. Изучение специальной методической литературы.
2. Определение целей и задач.
3. Разработка перспективного плана, основных направлений деятельности.  
Разработка занятий, бесед, подбор художественной литературы, музыкального сопровождения, материального оснащения, составление плана реализации проекта и т.д.

## **II. Основной этап:**

1. Создание условий, побуждающих детей к познавательной и двигательной деятельности.
2. Выполнение итоговой работы: листовки и стенгазеты «Здоровый образ жизни»

## **III. Заключительный этап:**

1. Выставка листовок и стенгазет «Здоровый образ жизни»

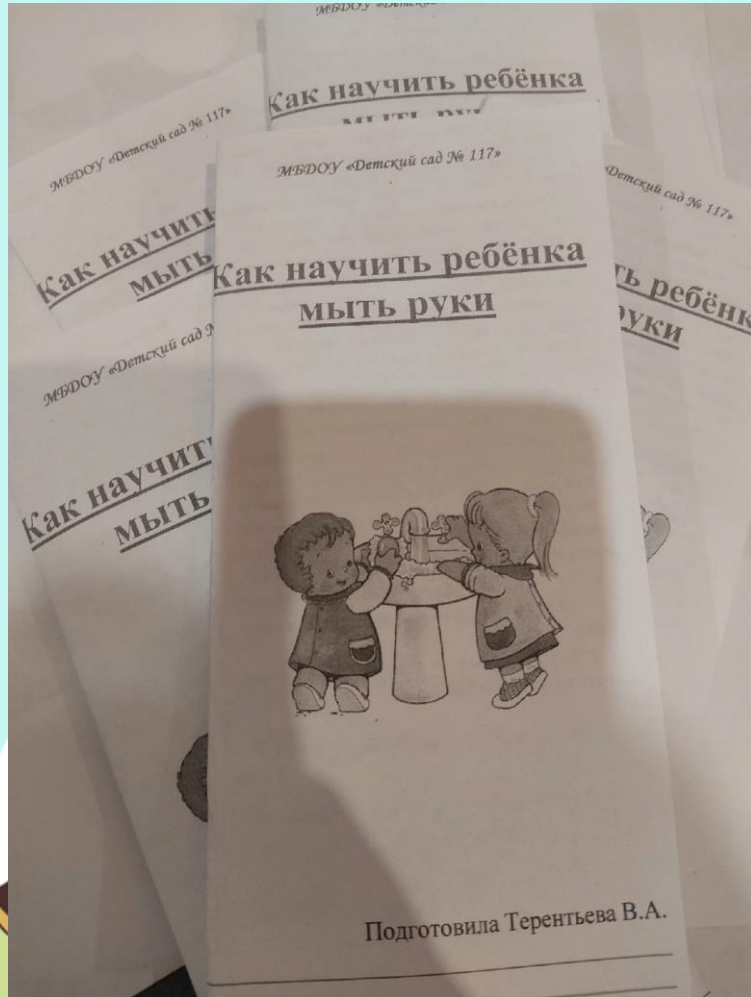
Просмотр мультфильмов:

Уроки осторожности с тетужкой Совой  
«Микробы,

Смешарики «Азбука здоровья. Скажи  
микробам нет».



Для родителей были подготовлены буклеты "Как научить ребенка мыть руки".



С детьми проведены беседы: "правильно моем руки", "Микробы".



Чтение художественной литературы С.  
Михалков «Про девочку, которая плохо  
кушала»



Фрагменты  
физкультурных занятий  
для родителей:  
«Повторяйте с нами  
вместе!»



10 группа Веснушки 117 дс

16 ноя 2021

Фрагменты наших физкультурных занятий. Повторяйте с нами вместе.



Iv\_0\_20211116111542.mp4

120 просмотров



7



2



87



## Аппликация «Овощи»

Цель: Познакомить детей с нетрадиционным видом аппликации- способом обрыванием бумаги (отрывать от листа бумаги небольшие кусочки, наносить на них клей и наклеивать на основу)





10 группа Веснушки 117 дс

11 апр 2021

Весёлая зарядка!



lv\_0\_20210411175309.mp4

164 просмотра

11

4

122

Веселая зарядка, размещена на сайте МАДОУ «Детский сад № 117, г Сыктывкар» в контакте

[https://vk.com/video/@club203805361?z=video-203805361\\_456239023%2Fclub203805361%2Fpl\\_-203805361\\_-2](https://vk.com/video/@club203805361?z=video-203805361_456239023%2Fclub203805361%2Fpl_-203805361_-2)

# Дыхательная гимнастика



Гимнастика после сна







Утренняя зарядка

Ходьба по дорожкам  
здоровья



# Консультации для родителей



10 группа Веснушки 117 дс  
9 апр 2021

### Здоровое питание детей

Советы и рекомендации родителям

Самое лучшее для ребенка – это питание мамы и папы. Здоровый и активный образ жизни родителей – залог здоровья и благополучия их детей. Дети копируют привычки своих родителей. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок был здоровым и активным, следите за своим здоровьем и образом жизни. Дети копируют привычки своих родителей. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок был здоровым и активным, следите за своим здоровьем и образом жизни.

### Хлебная витаминная диета

Хлеб – это источник энергии и витаминов. Он содержит витамины группы В, которые необходимы для нормальной работы нервной системы. Хлеб также содержит клетчатку, которая способствует пищеварению. Рекомендуется употреблять хлеб в сочетании с овощами и фруктами.

### Хлебная витаминная диета

Хлеб – это источник энергии и витаминов. Он содержит витамины группы В, которые необходимы для нормальной работы нервной системы. Хлеб также содержит клетчатку, которая способствует пищеварению. Рекомендуется употреблять хлеб в сочетании с овощами и фруктами.

### Железная еда

Железо – важный микроэлемент для организма. Оно необходимо для синтеза гемоглобина и нормального функционирования нервной системы. Железо содержится в мясе, печени, бобовых, орехах и сухофруктах.

### Зеленая еда

Зеленые овощи – источник витаминов и минералов. Они содержат витамины А, С, Е, К и калий, кальций, магний. Зеленые овощи способствуют улучшению зрения и поддержанию здоровья кожи.



10 группа Веснушки 117 дс  
10 апр 2021

### Консультация для родителей: "Здоровый образ жизни ваших детей"

Здоровый образ жизни – это основа благополучия и долголетия. Родители должны уделять внимание формированию здоровых привычек у своих детей. Это включает в себя правильное питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима дня и отказ от вредных привычек.

Здоровый образ жизни – это основа благополучия и долголетия. Родители должны уделять внимание формированию здоровых привычек у своих детей. Это включает в себя правильное питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима дня и отказ от вредных привычек.

Здоровый образ жизни – это основа благополучия и долголетия. Родители должны уделять внимание формированию здоровых привычек у своих детей. Это включает в себя правильное питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима дня и отказ от вредных привычек.

Здоровый образ жизни – это основа благополучия и долголетия. Родители должны уделять внимание формированию здоровых привычек у своих детей. Это включает в себя правильное питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима дня и отказ от вредных привычек.

## Сюжетно-ролевая игра «Кукла Маша заболела».

Цель: учить детей уходу за больным и пользованию медицинскими инструментами; расширять словарный запас: ввести понятия «больница», «доктор», «больной», «лечение», «температура», «лекарство»; воспитывать внимательность, чуткость, чувство сопереживания.



## Лепка «Витамины»



## Рисование «Мой веселый звонкий мяч»

# Подвижная игра «Самолеты»



Беседа «Мы спортсмены!»

«Чистота всего полезней –  
сохранит от всех болезней!».



Плакат создан совместно с детьми,  
родителями и воспитателем.  
Микробов дети раскрашивали и  
клеили сами.

