

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №1 «Улыбка»

Познавательно - игровой проект
«Я расту здоровым»

Подготовила воспитатель
Гр. раннего возраста «Цветочек»
Ерамасова Т.В.

г. Сергач, 2021 г.

Название проекта: «Я расту здоровым»

Участники проекта: воспитатели, дети группы раннего возраста, родители.

Вид проекта: Познавательного-игровой.

Тип проекта: групповой.

Продолжительность проекта: краткосрочный.

Срок реализации: 25.01.2021 г. – 08.02.2021 г.

Актуальность проекта:

Дети раннего возраста являются своеобразной группой риска в любом детском саду. Адаптация, смена режима, окружающей обстановки и прочие факторы неблагоприятно сказываются на здоровье малышей: дети часто и тяжело болеют. В связи с этим появляется необходимость профилактических мероприятий по охране и укреплению здоровья малышей

Цель проекта: Начальное формирования основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровьесберегающих технологий с учётом индивидуальных возможностей каждого ребёнка; приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

Образовательные

- Дать первоначальное представление о здоровом образе жизни;
- Продолжать знакомить с правилами личной гигиены;
- Расширить знания детей о полезных продуктах питания и их значении для человека

Развивающие

- Развивать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания;
- Развивать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы

Воспитательные

- Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте,
- Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своём здоровье;
- Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным;

Для родителей:

- Повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребёнка через информационные папки-передвижки, памятки.
- Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

- Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены

Ожидаемый результат:

- У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.
- Сформированы простейшие навыки самообслуживания, культурно-гигиенические навыки, знают элементарные правила личной гигиены.
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни;
- Повышение интереса и активности родителей к вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации к здоровому образу жизни.

Содержание практической деятельности по реализации проекта.

1 этап: Подготовительный.

- Изучение методической литературы по теме проекта
- Подборка методического и дидактического материала;
- Подбор стихов, песен, малых форм русского фольклора.
- Подбор книг, иллюстративного материала и репродукций картин.
- Оформление папок-передвижек, консультации;
- Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме проекта и атрибутов к ним;

2 этап: Практический.

Образовательные области и формы работы	
<i>Речевое развитие</i>	
Беседа «Здоровые малыши».	Цель: сформировать у детей первоначальные знания о здоровом образе жизни. Дать первоначальные знания о том, что нужно заботиться о здоровье. Способствовать развитию интереса детей к здоровому образу жизни.
Беседа «Вкусно и полезно»	Цель: познакомить воспитанников с полезными продуктами питания и их значении для человека. Развивать любознательность, знать продукты здорового питания. Воспитывать у детей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.
Беседа «Витамины на грядке»	Цель: Познакомить детей с понятием Витамины, где они находятся, рассказать о важности употребления овощей и фруктов.

Беседа «Всех излечит, исцелит, Добрый доктор Айболит!»	-формировать у детей элементарные представления о труде «врача»; -обогащать словарный запас соответствующими понятиями; -воспитывать желание прийти другим на помощь.
Беседа «Волшебница – вода»	Цель: расширять представления детей о свойствах воды, о необходимости чистоты для здоровья человека; -развивать познавательную активность; -воспитывать желание быть чистыми и аккуратными.
Практические упражнения «Вымоем посуду», «У мишки грязные лапки», «Оденем куклу на прогулку», «Чистый ротик».	Цель: формировать простейшие навыки самообслуживания, культурно-гигиенические навыки, расширять знания правил личной гигиены.
Чтение потешек «Водичка, водичка, умой мое личико!» «Большие и маленькие ножки», «Засучи рукавчик» «Наша Маша»	Цель: Способствовать развитию культурно-гигиенических навыков, умение следить за внешнем видом, приучать воспитанников к опрятности.
Загадки об овощах и фруктах.	Цель: Расширение знаний об овощах и фруктах; способствовать развитию памяти, мышления, логики.
Рассмотрение иллюстраций «Дети гуляют», «Что растет в огороде», «Зимние забавы», «Полезная и вредная еда»	Цель: формировать умение рассматривать иллюстрации, умение рассказывать что изображено. Активизировать словарь по теме.
Ситуативные разговоры «Вкусная льдинка», «Опасный снег», «Когда на улице гололёд, то...».	Цель: Продолжать знакомить детей с правилами безопасности в зимний период и при обращении с предметами. Формировать основы здорового образа жизни.
<i>Познавательное развитие</i>	
Рассматривание, иллюстраций с изображением девочек и мальчиков.	Цель: формировать умение находить и называть части тела (голова, туловище, руки, ноги и др.) у себя, у другого человека, у куклы, на картинке; формировать умение у детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши). Активизировать словарь по теме.
Беседа «Для чего нам ушки, носик, глазки»	Цель: формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза - смотреть, уши -слышать, нос -нюхать, язык - пробовать на вкус, руки – хватать, руки -

	держат, трогать, ноги – стоять, прыгать, бегать, ходить, голова – думать, запоминать.
Д. Игра «Собери картинку» (по теме спортивный инвентарь)	Цель: формировать умение собирать картинку из отдельных частей, познакомиться со спортивным инвентарем
Дидактическая игра «Чудесный мешочек»	Цель: формировать умение узнавать предметы на ощупь, правильно называть ее, способствовать развитию моторики рук.
Лото «Овощи и фрукты».	Цель: познакомить детей с многообразием фруктов и овощей, говорить о важности употребления их в пищу.
Экскурсия в кабинет медсестры.	Цель: познакомить с работой медсестры и врача; рассказать о важности этой профессии.
Социально-коммуникативное развитие	
Игровые ситуации: «Кукла Катя съела много конфет»,	Цель: развивать умения у детей выполнять основные действия врача (измерить температуру, дать лекарство, пользоваться атрибутами по назначению. Воспитывать чувство заботы, сопереживания больному. Способствовать развитию игрового сюжета..
Игровая ситуация «Кукла Катя заболела», «У мишки болит животик».	Цель: продолжать формировать у детей стремление соблюдать правила личной гигиены. Формировать у детей желание вести здоровый образ жизни.
Игровая ситуация: «Накупаем куклу», «У зайки грязные лапки», «Сделаем лисичке прическу»	Цель: Развивать умения выполнять игровые действия, побуждать сопровождать выполнение действий словами. Закрепить знания предметов личной гигиены.
Игровые упражнения «Покатай куклу,», «Пожалей куклу», «Спой кукле песенку»	Цель : Продолжать формировать интерес и положительное отношение к сюжетным игрушкам, к действиям с ними.
Конструирование «Кровать для куклы»	Цель: Формировать умение выполнять несложные постройки по образцу, умение обыгрывать постройку, способствовать развитию конструктивных навыков. Побуждать воспитанников играть все вместе, делиться с товарищем.
Практические упражнения «Чистая посуда», «У лисички грязный ротик», «Одеваем куклу на прогулку», «Опрятная кукла».	Цель: формировать умение выполнять игровые упражнения с игрушками, а затем переносить их в собственные действия. Способствовать развитию культурно-гигиенических навыков.
Трудовая деятельность: «Поможем убрать салфетницы», «Помоги	Цель: способствовать развитию умений помогать взрослым, младшим ребятам,

засучить рукавчик», «Помоги одеться»	приучать воспитанников к опрятности.
Физическое развитие	
Пальчиковая гимнастика: «Мы капусту рубим, рубим», «Яблочко», «Мы сегодня рисовали...», «Я пеку, пеку, пеку...», «Мы спросили нашу печь...»	Цель: Способствовать развитию мелкой моторики, координации движений пальцев рук.
Физкультминутки «Бабочки», «Птички», «Рыбки», «Вот зайка серенький сидит», «Мишка косолапый», «Киска», «Буратино».	Цель: Способствовать повышению или удержанию умственную работоспособность детей на НОД. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой
Дыхательная гимнастика «Подуем на снежинку», «Дует ветерок».	Цель: Формировать умение делать вдох через нос и выдох через рот, способствовать укреплению организма ребенка.
П. Игры «Зайка серый умывается», «Птички в гнездышках», «Воробышки и автомобиль», «Ворона и собачка», «Ловишки с ленточками».	Цель: Цель: Формировать умение у детей внимательно слушать, выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом; умение ориентироваться в пространстве, находить своё место
П. Игры «Солнышко и дождик», «Лохматый пес», «У медведя во бору»	Цель: учить детей двигаться в соответствии с текстом. Способствовать развитию двигательных навыков
Хороводные игры «Бабушкин двор» «Вокруг домика хожу», «Мы по лесу идём», «Зайка шёл»	Цель: способствовать развитию ориентации в пространстве, координацию слов с движениями, обогащать двигательный опыт детей; воспитывать желание выразительно двигаться; быть аккуратным в движениях и перемещениях.
Игры малой подвижности «В гости к мишке», «Как мышки», «Пузырь», «Карусели».	Цель: способствовать снятию психофизического напряжения, восстановления дыхания.
Игровые упражнения: «Кто дальше бросит снежок?» «По узенькой дорожке», «С кочки на кочку», «К дереву беги!», «Доползи до погремушки», «Попади в круг», «Как обезьянки», «Перешагни препятствие»	Цель: Способствовать развитию основных видов движений. Вызвать желание у воспитанников в выполнение физических упражнений.
Художественно-эстетическое развитие	
Рисование. «Ягодки для варения»	Цель: развивать умение у воспитанников рисовать нетрадиционной техникой (ватными палочками), формировать умение делать тычки ватными палочками
Лепка «Витаминки для Мишки»	Цель: Цель: формировать умение отщипывать небольшие кусочки пластилина,

	способствовать развитию мелкой моторики рук.
Слушание ауди сказки «Айболит», «Федорино горе», «Ах ты девочка чумазя»	Цель: формировать умение внимательно слушать произведения, понимать о чем говорится. Способствовать снятию эмоционального настроя.
Лепка «Вылепи какие хочешь фрукты»	Цель: закрепить представление об овощах; побуждать выбирать и называть предмет; упражнять в лепке предметов округлой формы. Закреплять умение раскатывать пластичную массу круговыми движениями.

3 этап: Заключительный.

- Создание фотовыставки «Малыши крепыши»
- Презентация проекта.

Вывод:

Благодаря проектной деятельности мы смогли:

- Создать здоровьесберегающую и развивающую среду, обеспечивающую комфортное пребывание ребенка в детском саду.
- У детей сформировать первоначальные представления о себе, как отдельном человеке; об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека.
- У детей воспитана привычка к аккуратности и чистоте, привиты культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.
- Усовершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.

Главной целью этого проекта являлось – формирование основ культурно-гигиенических навыков, что является базой для использования здоровьесберегающих технологий в дальнейшей воспитательно-образовательной работе.

Список используемой литературы:

- . Бондаренко Т. М. Комплексные занятия в первой младшей группе детского сада. –Воронеж, 2009.
- 2. Гербова В. В. Занятия по развитию речи в первой младшей группе детского сада. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
- 3. Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности: Вторая группа раннего возраста. =М.: Мозаика-Синтез, 2014.
- 4. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей. =М: «Просвещение», 1978.
- 5. Мосалова Л. Л. Я и мир: Конспекты занятий по социально-нравственному воспитанию детей дошкольного возраста. =СПб.: «Детство-Пресс», 2013.

- 6. Сыпченко Е. А. Инновационные педагогические технологии. Метод проектов в ДОУ. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
- 7. Теплюк С. Н. Игры-занятия на прогулке с малышами: Для занятий с детьми 2-4 лет. = М.: Мозаика-Синтез, 2014.