

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №5 г. Верхняя Пышма

**Краткосрочный проект в первой
младшей группе
«Неделя здоровья»**

Выполнили воспитатели: Новик А. С.
Глушкова Ю. А.

г. Верхняя Пышма, 2025 г

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Продолжительность проекта: краткосрочный.

Тип проекта: познавательного-игровой.

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

Формы реализации проекта: беседы, детское творчество, игры, работа с родителями.

Возраст детей: группа раннего возраста (2-3 лет)

Актуальность проекта: уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни.

Цель проекта: повышать уровень знаний у детей и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через
Взаимоотношение с воспитателями группы.

Задачи проекта:

- укреплять и охранять здоровье детей;
- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены; дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
- дать представление о полезной и вредной пище для здоровья человека, о пользе витаминов.

Ожидаемые результаты проекта:

- у большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;
- 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);

- привитие детям потребности в выполнении физических упражнений, развитие физических качеств, гарантирующих всестороннее развитие (ловкость, смелость, выносливость).

Литература:

К. Чуковский «Айболит»; К. Чуковский «Мойдодыр».

Реализация проекта.

03.02.2025 г. (понедельник)	<p><i>Путешествие в страну здоровья «Город Витаминок»</i></p> <p><u>Утро:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Утро радостных встреч»-игра-беседа «Путешествие в страну здоровья» 2. Занятие по художественно-эстетическому развитию (лепка): «Витаминки». 3. Подвижные игры: «Самолёты» (игра с бегом); «Зайцы и волк» (игры с прыжками). <p><u>Вечер:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа о фруктах и ягодах. 2. Чтение воспитателем: К. Чуковский «Айболит» 3. Игра-конструирование «Больница для зверят»
04.02.2025 г. (вторник)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке». 2. Подвижные игры: «Котята и щенки», «Сбей кубик»
05.02.2025 г. (среда)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Весёлая зарядка. 2. Игра с массажными шариками «Суд-жоу» 3. Закаливающий массаж подошвы «По ровненькой дорожке»
06.02.2025 г. (четверг)	<p><i>Путешествие в страну здоровья «В гостях у Мойдодыра»</i></p> <p><u>Утро:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Д/и «Волшебный мешочек» (предметы туалета) 2. Занятие по речевому развитию «В гостях у Мойдодыра» 3. Подвижные игры по желанию детей. <p><u>Вечер:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Игры по развитию мелкой моторики рук. 2. Сюжетно-ролевая игра «семья» (купание малыша)
- 07.02.2025 г. (пятница)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Спортивные состязания. 2. Смешарики «Азбука здоровья»- быть здоровым –

	здорово! 3. Чтение художественной литературы. 4. Самостоятельная двигательная активность детей в центре здоровья. 5. Фотовыставка «мы за здоровый образ жизни!»
--	--

Роль родителей в реализации проекта:

1. Индивидуальная беседа с родителями «Режим дня и его значение для здоровья ребёнка».
2. Выставка детского творчества: «Витаминки» (лепка)
3. Фотоотчёт для родителей.
4. Фотовыставка «Мы за здоровый образ жизни!»

В результате реализации проекта:

-у детей сформированы основы гигиенических навыков, начальное представление о здоровом образе жизни, о пользе физической культуры;

- повышено качество работы с родителями;

-дети познакомились с новыми подвижными играми, с новыми сюжетно-ролевыми играми, с массажными шариками Су-джоу. -«Путешествие в страну здоровья» (фотоотчет для родителей).

Дидактическая игра «Поможем Мойдодыру»

Цель: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни

Материал: картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены, картинки с грязным и чистым ребёнком, картинка Мойдодыра.

Ход игры: Мойдодыр велел Пете чисто вымыться, а Петя не знает, что ему для этого нужно. Воспитатель просит помочь Пете и выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами)

Дидактическая игра «Вымоем куклу».

Цель: закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

Материал: различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.

Ход игры: детям предлагается вымыть (умыть) куклу и последовательно её одеть.

Беседа на тему: «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу».

Цель: Закрепить у детей названия некоторых овощей, фруктов, ягод, продуктов питания; расширить представления детей о том, насколько полезны многие продукты, и как важно правильно питаться; продолжать совершенствовать речь детей и умение отвечать на вопросы; обучать детей умению вести диалог с педагогом.

Материал: муляжи фруктов и овощей.

Ход беседы: Ребята, вы любите витамины? А какие вы любите витамины? (ответы детей) Кто вам дает витамины? А где же мама (или др.) их покупают? Выслушать, проанализировать и обобщить ответы детей. Далее воспитатель сообщает детям, что витамины не только продаются в аптеке в красивой упаковке, но и содержатся в продуктах, которые мы едим.

Воспитатель обращает внимание детей на муляжи фруктов и овощей.

- Посмотрите, малыши, что это у меня? (ответы детей). А вы знаете, сколько витаминов в них содержится! Вот, пожалуйста, поднимите руки те малыши, которые любят морковь. Молодцы! Пожалуйста, хлопните в ладоши те малыши, которые любят лимон. Молодцы! Пожалуйста, топните ножкой те, кто любит апельсины. Вот молодцы!

От простуды и ангины

Помогают апельсины!

Ну а лучше съесть

Лимон, хоть и очень

Кислый он.

Ешь побольше апельсинов,

Пей морковный

Вкусный сок,

И тогда ты точно

Будешь

Очень строен и

Высок.

Нет полезнее продуктов-

Вкусных овощей и фруктов.

Подвижные игры.

Подвижная игра «Каждому по фрукту!»

На полу в разных местах группы разложены муляжи фруктов. Дети бегают по группе под музыку. Когда музыка останавливается — каждый ребенок подхватывает один из муляжей. Затем кладет его на место, и игра продолжается.

По ровненькой дорожке.

Цели: Развивать у детей умение двигаться ритмично, согласовывать движения со словами, находить свое место.

Упражнять в ходьбе, прыжках, приседаниях, беге.

Описание: Дети сидят на стульях, воспитатель предлагает им пойти гулять. Они встают с места, свободно группируются или строятся в колонну. Воспитатель говорит «по ровненькой дорожке, шагают наши ножки, раз-два, раз-два, по камушкам, по камушкам, в яму - бух». При словах «По ровненькой дорожке..» дети идут шагом. «По камешкам» прыгают на двух ногах слегка продвигаясь вперед. «В яму бух» - присаживаются на корточки. Вылезли из ямы — дети поднимаются. После 2-3 повторов воспитатель произносит «по ровненькой дорожке устали наши ножки, вот наш дом — там мы живем

(ходьба на коленях)

«Солнышко и дождик»

Цель: учить детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга, приучать их действовать по сигналу воспитателя.

Описание. Дети присаживаются на корточки за чертой, обозначенной воспитателем. Воспитатель говорит: «На небе солнышко! Можно идти гулять». Дети бегают по площадке.

На сигнал: «Дождик! Скорей домой!» - бегут за обозначенную линию и присаживаются на корточки.

Воспитатель снова говорит: «Солнышко! Идите гулять», и игра повторяется.

«Веселая зарядка»

1. По ровненькой дорожке шагают наши ножки (ходьба)
2. Ножками шагаем — ручки выпрямляем (ходьба с поднятыми руками)
3. Хлоп! Раз, еще раз — мы похлопаем сейчас (ходьба с хлопками)
4. А теперь пойдем как гуси к нашей миленькой бабусе (гуськом)
5. На колени встать нам нужно и пойти вперед всем







