

Краткосрочный проект во второй младшей группе «Современные здоровьесберегающие технологии»

1. **Название проекта:** «В здоровом теле - здоровый дух»
2. **Продолжительность проекта:** краткосрочный
3. **Участники проекта:** дети 2 младшей группы, воспитатель, музыкальный руководитель, родители.

Актуальность проблемы

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей - одна из основных задач дошкольного образования. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребёнка. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно - оздоровительной работы.

Цель проекта:

- сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

- укрепление здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- повышение интереса детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно - оздоровительной работы;
- привлечение семьи к участию в воспитательном процессе на основе педагогического сотрудничества;
- повышение педагогической компетентности родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребёнка.

Предполагаемый результат:

- повышение интереса детей к двигательной активности: участие в подвижных играх, физических упражнениях;
- сформированность желания заниматься утренней гимнастикой, выполнять культурно-гигиенические процедуры;

1 этап - подготовительный Цель:

- определение уровня физического воспитания в семье с помощью анкетирования родителей;
- проведение поисковой работы по подбору художественной литературы и иллюстраций по теме.

Задачи:

- обогащение предметно-развивающей среды по теме проекта;
- ознакомление родителей с целями и задачами проекта;
- привлечение родителей к педагогическому сотрудничеству.

2 этап - практический

Оздоровительные мероприятия:

- ежедневная утренняя гимнастика;
- дыхательная гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- прогулки и игры на свежем воздухе;
- релаксация перед сном;
- чтение перед сном; -гимнастика после сна;

-профилактика плоскостопия: ходьба босиком по коврику.

Физическое развитие

Беседа «Вредные привычки»

Цель: формирование первичных представлений о здоровом образе жизни и опасности вредных привычек.

Игра - экспериментирование "Грязные и чистые руки»

Цель: обучение детей умению делать выводы; развитие мышления, интереса к экспериментам, вызвать радость от открытий, полученных из опытов.

Гимнастика после сна

«Просыпающиеся котят» (с элементами самомассажа)

Цель: постепенный переход детей ото сна к бодрствованию.

Профилактика плоскостопия: ходьба босиком по коврику

Цель: профилактика плоскостопия, плоско-вальгусной деформации стопы, формирование правильного двигательного стереотипа.

Физическая культура

Подвижная игра «Беги к тому, что назову»

Цель: формирование умения бегать в заданном направлении, ориентироваться в пространстве.

Подвижная игра «У медведя во бору»

Цель: обучение умению действовать согласно тексту, убежать от водящего.

Подвижная игра «Поезд»

Цель: обучение ходьбе друг за другом в заданном направлении.

Подвижная игра «Дождик и солнышко»

Цель: обучение умению двигаться в разных направлениях и останавливаться по сигналу.

Социально-коммуникативное развитие

Социализация

Дидактическая игра «Кукла делает зарядку»

Цель: формирование положительного отношения к умыванию, физкультуре, ознакомление с последовательностью действий.

Сюжетно-ролевая игра «Искушаем куклу Катю»

Цель: формирование практических умений и навыков при умывании и купании.

Трудовое воспитание

Дидактическая игра "Оденем куклу на прогулку»

Цель: формирование умения одеваться и раздеваться в определённом порядке, формирование навыков опрятности.

Формирование основ безопасности Беседа «Правила поведения в детском саду»

Цель: формирование основ безопасного поведения в группе и на участке.

Дидактическая игра «Съедобное - несъедобное»

Цель: формирование первичных представлений о съедобных и несъедобных предметах.

Познавательное развитие

Познание

Беседа «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!»

Цель: Повышение интереса детей к утренней зарядке, формирование привычки к соблюдению режима дня.

Беседа «Умываются котят по утрам и вечерам»

Цель: Формирование привычки заботиться о чистоте своего тела, культурно- гигиенических навыков.

Наблюдение «Игры старших детей»

Цель: формирование представлений о правилах безопасного поведения в подвижных играх и играх с песком.

Речевое развитие

Коммуникация

Дидактическая игра «Да здравствует мыло душистое»

Цель: закрепление правильного произношения названий средств личной гигиены (мыло, полотенце, зубная щётка).

Рассматривание картины «Дети делают зарядку»

Цель: формирование привычки ежедневно делать зарядку.

Дидактическая игра «Во саду ли, в огороде»

Цель: закрепление правильного произношения овощей и фруктов.

Дидактическая игра «Чей фрукт?»

Цель: обучение употреблению личных форм местоимений (мой банан, моё яблоко).

Чтение художественной литературы:

- приобщение к народному фольклору;
- развитие интереса детей к художественной литературе;
- формирование эмоционального отношения к поступкам литературных героев;
- формирование знаний детей о здоровом образе жизни с помощью художественного слова.
- Народный фольклор: потешки «Водичка, водичка, умой моё личико!»;
- А. Барто «Девочка чумахая»;
- К. Чуковский «Мойдодыр»;
- К. Чуковский «Айболит».
- **Чтение перед сном**

Цель: развитие интереса детей к художественной литературе.

-М. Пляцковский «Кто скорей?»; -М. Пляцковский «Галоша»;

-М. Пляцковский «Глубока ли речка?».

-русские народные сказки, а также сказки известных писателей, таких как Б.Заходер, С.Маршак, В.Сутеев, Г.Андерсен, Ш.Перро, К.Чуковский и.т.д.

Пальчиковая гимнастика «Семья», «Котики»

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений пальцев рук.

Дыхательная гимнастика «Воздушный шар», «К солнышку»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей, тренировать силу вдоха и выдоха.

Релаксация перед сном

Цель: развитие желания слушать классическую музыку.

-Клод Дебюсси «Нежность»;

-К. Глюк «Мелодия»;

-Л. Бетховен «Лунная соната»;

-А. Вивальди «Времена года»;

-В. Витлин «Серенькая кошечка»;

-Р. Паулс, Э. Аспазия «За печкою поет сверчок».