«Страна здоровья» (*для второй младшей группы)*

**ПАСПОРТ ПРОЕКТА:**

1. Тема: «Страна здоровья» (путешествие)

2. Авторы проекта: воспитатели группы «Капитошки»

3. Вид проекта: познавательно-игровой по количеству участников: групповой

4. Участники проекта: дети второй младшей группы, воспитатели группы, родители воспитанников

5. Срок проекта: краткосрочный – 3-4 недели

***Актуальность проекта:***

В век информационных технологий организм детей и взрослых подвергается большому воздействию факторов, негативно влияющих на здоровье, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

***Цель проекта****:*

- сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей привычки к здоровому образу жизни и к культуре гигиенических навыков.

***Задачи проекта:***

- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;

- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;

- создавать условия для благотворного физического развития детей;

- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;

- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу

сохранения и укрепления здоровья ребенка.

*Предполагаемые результаты проекта:*

- Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы;

- Создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;

- Активное вовлечение родителей в физкультурно-оздоровительную работу ДОУ;

- Использование разнообразных форм взаимодействия с родителями

с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и

сохранения здоровья детей.

**Формы работы**

1. Работа с детьми: упражнения по укреплению здоровья детей, игры, чтение стихов и загадок; проведение бесед, тематические занятия.

2. Закаливающие процедуры: бодрящая гимнастика, пребывание на свежем воздухе, умывание контрастной водой, воздушные ванны, хождение по коврикам-массажерам, дыхательные упражнения, упражнения для глаз.

3. Совместная и самостоятельная деятельность: физкультурный уголок «Мы будем здоровыми!», совместные дидактические игры, спортивные упражнения на все виды мышц, самостоятельная двигательная активность детей.

4. Работа с родителями: выставка познавательной литературы по физическому развитию детей и укреплению здоровья детского организма, консультации по темам «Для чего нужны коврики-массажеры»,», «Игра в жизни ребенка», «Занимайся гимнастикой по утрам», «Соблюдение детского режима» , презентация «Веселая гимнастика для глаз», «Упражнения для глаз в стихах».

5. Итоговое мероприятие -Проведение совместной утренней гимнастики с родителями «Азбука здоровья»

***1 этап***

План работы над проектом:

1. Сбор информации: подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины, знакомство с методической литературой по вопросам здоровьесбережения.

***2этап***

Реализация проекта

1. Тематические беседы с детьми:

- «Как можно заботиться о своем здоровье».

- «Витамины я люблю-быть здоровым я хочу»

2. Ознакомление с литературой

Чтение Сроки

К. Чуковский «Доктор Айболит», стихотворения о здоровье. А. Барто «Девочка чумазая» 1 неделя

3. Александрова «Купание», К. Чуковский «Мойдодыр» 2 неделя

Г. Зайцев «Дружи с водой», загадки и пословицы о здоровом образе жизни 3 неделя

З. Интегрированная образовательная деятельность:

«Здоровье в порядке, спасибо зарядке»

Цель: дать знания о значимости зарядки для здоровья детского организма, заинтересовать детей выполнением упражнений.

«Неболейка»

Цель: продолжать формировать представление детей о здоровом образе жизни. Напомнить детям, что болеть – плохо и что нужно делать, чтобы не болеть. Расширять представление детей о полезных витаминах.

«Дружим с водой»

Цель: познакомить со смысловым значением закаливания, как процедуры, укрепляющей здоровье, повышение интереса к оздоровлению детского организма. Вода – залог чистоты и здоровья.

4. Экскурсия на кухню детского сада. Тема «И вкусно и полезно»

5. Загадки про спорт и здоровый образ жизни.

6. Игровая деятельность

«Мои глазки»

Цель: научить детей правильно выполнять упражнения для глаз: следить за прямой осанкой, за дыханием и учить сосредоточиться на выполнение одного упражнения.

***3 Этап***

Итоговое мероприятие -Проведение совместной утренней гимнастики с родителями «Азбука здоровья»

Вопросы мониторинга Ответы детей на начало проекта Ответы детей на коней проекта

Дети в группе часто болеют. Почему? Затрудняются ответить +

Зачем мыть руки с мылом? Ответ правилный +

Зачем ходить босиком по коврикам - массажёрам? Ответ правилный +

Почему зарядка бывает разная? Затрудняются ответить +

Для чего нужно закаляться? Ответ правилный +

Почему люди болеют? Затрудняются ответить +

Что такое здоровье? Затрудняются ответить +

***Вывод:*** В ходе проекта мы расширили знания детей о здоровом образе жизни, дети познакомились с новыми видами спорта и новыми упражнениями, также повысили уровень знаний родителей по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.