

## Проект «Здоровый ребенок — счастливый ребенок»

Хочу представить вам проект работы по здоровье сберегающим технологиям во второй младшей группе.

**Тема проекта:** Здоровый ребенок – счастливый ребенок

**Актуальность темы:**

Проблема здоровья детей в любом возрасте и при любых жизненных ситуациях актуальна, своевременна и достаточно сложна, так как она определяет будущее дошкольников.

Ведь здоровый ребенок – это счастливый ребенок.

**Цель проекта:** Сохранение и укрепление здоровья детей, привитие им навыков здорового образа жизни.

**Задачи проекта:**

1. Создание социальной среды, способствующей сохранению физического, психического и социального здоровья детей;
2. Обучение дошкольников практическим умениям и навыкам, необходимым для обеспечения, поддержания и укрепления здоровья;
3. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
4. Организация образовательной деятельности в группе с использованием здоровье сберегающих технологий.

**Проблема:**

Физическое воспитание – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость?

Понятие о здоровом образе жизни

- Во-первых, соблюдение режима дня.
- Во-вторых, это культурно-гигиенические навыки.
- В-третьих, это гимнастика, физ-занятия, закаливание и подвижные игры.
- В-четвертых, культура питания.

**План реализации**

1. Ежедневная профилактика
  - Утренняя зарядка
  - Самомассаж
  - Водные процедуры
  - Гимнастика после сна
  - Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья».
2. Беседы
  - Общение: «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!».
  - «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу».
  - "Беседа о здоровье, о чистоте"
  - Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки)
    - Сказка-беседа «Мойдодыр»
3. Игры
  - Игры на развитие двигательной активности
  - Малоподвижные игры

- Сюжетно-ролевые игры
- 4. Здоровое питание
  - Молочная продукция
  - Фрукты
  - Овощи
- 5. Образовательная деятельность
  - Познание (Формирование целостной картины мира)
  - Физическое развитие
- 6. Прогулка и физкультура на прогулке
  - Подвижные игры
  - Лазанье по гимнастической лестнице
  - Прогулки в лес во все времена года
- 7. Самостоятельная деятельность
  - Игры со спортивными снарядами
  - Прыжки
  - Бег, ходьба
- 8. Досуги, развлечения
  - «К деду Морозу в гости»
  - «Поможем кошке»
- 9. Работа с родителями
  - Была проведена консультация «Физ оборудование своими руками»
  - Выставка консультации «Семь родительских заблуждений о морозной погоде»
    - Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т. д.
    - Наглядность в виде информационных файлов, «Семь условий здорового ребенка»
    - Карточка «Чтоб улыбка сияла»

**Вывод:** Здоровье - это счастье! Это когда ты весел и все у тебя получается. Здоровье нужно всем - и детям, и взрослым, и даже животным. В формировании понятий о здоровом образе жизни. - Что нужно делать, чтобы быть здоровым? Нужно хотеть и уметь заботиться о здоровье. Если не следить за своим здоровьем, можно его потерять. Только здоровый человек по-настоящему радуется жизни.

**В Будущем:**

Представить родителям презентацию: «10 правил здоровья»  
 Ведь здоровый образ жизни семьи – это здоровье детей!