

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА
"СОЛНЫШКО"**

**Краткосрочный проект
в 1 младшей группе «Б»
«Курносики»
«Малыши-крепыши»**



Инструктор по физической культуре:

Костылева Е.С.

пгт Октябрьское

Длительность: краткосрочный.

Сроки реализации: с 6.02.2023 года по 20.02.2023 года (2 недели).

Участники проекта: воспитатели, дети 1 младшей группы, инструктор по физической культуре .

Тип проекта: оздоровительный.

Проблема: К сожалению, в нашей стране, здоровый образ жизни не занимает пока первое место в шкале потребностей и ценностей человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.

Актуальность проекта

Формирование здорового образа жизни начинается уже с раннего возраста. Вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья. Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Тема здоровья особенно актуальна в наше время, ведь любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Формируя у детей представление, что здоровье – одна из главных ценностей жизни, мы учим их, беречь и укреплять своё здоровье. Сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровьесберегающих технологий с учётом индивидуальных возможностей каждого ребёнка.

Задачи проекта:

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Формирование представлений о здоровом образе жизни.
3. Развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности дошкольников.
4. Укрепить связи между детским садом и семьёй, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

Ожидаемые результаты:

1. У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.
2. Сформированы культурно-гигиенические навыки, знают элементарные правила личной гигиены.
3. С удовольствием выполняют все упражнения за инструктором, играют в разные подвижные игры.

Реализация проекта:

1 этап — Подготовительный этап

Работа с родителями:

-Консультация «Помогите ребёнку укрепить здоровье», «Культура здорового образа жизни в семье и детском саду».

-Папка – передвижка «Режим дня – это важно»;

-Беседы с родителями по профилактике заболеваемости.

- Памятка для родителей «Правила мытья рук», «Профилактика кишечных инфекций», «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 2 — 3 лет».

- Рекомендации «Примерные рекомендации по закаливанию детей», по здоровому образу жизни.

2 этап – Практический

Работа с детьми:

Оздоровительные мероприятия(ежедневно в режимные моменты):

-Утренняя гимнастика;

- Динамические паузы, физкультминутки;

- Дыхательная гимнастика;

-Пальчиковая гимнастика (с предметами) с проговариванием стихотворных форм.

Закаливающие мероприятия(ежедневно)

- Гигиенические процедуры.

- Хождение босиком по массажным дорожкам;

-Самомассаж стоп и рук.

Профилактические мероприятия:

— Профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам и др.);

— Игры, направленные на формирование правильной осанки

3 этап — Заключительный

Итог работ:

-Анализ полученных результатов.

- Обогащение уголка физической культуры

-Спортивное развлечение «В гости к Солнышку»



