

## **Проект по реализации образовательной области**

### **«Физическое развитие» в группе раннего возраста**

«Малыши – крепыши»

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Дошкольный возраст является решающим в формировании физического и психологического здоровья. Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное становление функциональных систем организма. Закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, побудила нас к созданию проекта «Малыши – крепыши», направленного на сохранение и укрепление здоровья детей раннего возраста.

Проект оздоровления детей раннего возраста разрабатывался на основе современных здоровьесберегающих технологий, с учётом особенностей развития детей раннего возраста. При этом проект сочетает разные виды деятельности.

При организации работы по пропаганде здорового образа жизни в детском саду, большое значение имеет работа с родителями. На протяжении всей недели реализации проекта «Малыши – крепыши» в родительском уголке размещать материалы по организации питания дошкольников, по проведению закаливания в домашних условиях и др. С родителями проводить беседы и консультации по вопросам формирования основ здорового образа жизни у дошкольников. Пропаганда здорового образа жизни среди родителей способствует тому, что они стараются больше внимания уделять своему здоровью и здоровью своих детей: занимаются с ними физкультурой, выполняют элементарные самомассажи, гимнастику, записывают детей в спортивные секции.

**Актуальность проекта.** самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей.

Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своём здоровье с детства.

Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому и безопасному образу жизни. Значимость применения данной работы определяется решением задач оздоровления дошкольников, воспитания культуры безопасного и здорового образа жизни – создания прочной основы для воспитания здорового ребёнка

**Вид проекта:** кратковременный.

**Возраст участников:** дети раннего возраста.

**Продолжительность проекта:** 1 неделя

**Основные формы реализации проекта:** беседы, игры, физкультурные развлечения, различные виды гимнастики, работа с родителями.

**Цель проекта:** создать образовательную модель организации физкультурно- оздоровительной деятельности, на основе здоровьесберегающих технологий, обеспечивающую физический и психологический комфорт ребёнка в условиях ДОО.

**Задачи проекта:**

- Организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психологический комфорт ребёнка.

- Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.
- Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.
- Повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей.

### **Этапы реализации проекта**

1.Подготовительный этап.

1.1. Определение цели и задач проекта.

1.2. Изучение литературы по тематике проекта

2.Творческий этап.

2.1. Составление перспективного плана проекта.

2.2. Разработка конспектов мероприятий.

2.3. Подбор пособий и атрибутов.

2.4. Консультирование и взаимодействие с родителями.

3. Рефлексивный этап.

3.1. Обобщение материала.

## План тематической недели «Малыши - крепыши»

### **Понедельник**

«Страна здоровячков»

**Утро:** Игра- беседа

«Путешествие в страну здоровячков»

**Утренняя гимнастика** «Весёлые погремушки»

**Прогулка:** Подвижные игры «Пузырь» и др.

**2 половина дня-** гимнастика после сна «Здоровячки просыпаются»

Закаливание «Весёлая дорожка»

Консультация «Охрана здоровья ребёнка»

### **Вторник**

«Солнце, воздух и вода- наши лучшие друзья!»

**Утро:** Дидактическая игра

«Умой куклу Катю»

**Утренняя гимнастика** «Солнышко»

**Прогулка:** Подвижные игры «Через мостик мы пойдём».

**2 половина дня:** гимнастика после сна «Хорошее настроение».

Закаливание: воздушные ванны.

Памятка для родителей

«Как проводить закаливание ребёнка дома»

## **Среда**

«В гости к Витаминке»

**Утро:** Беседа «Я кушаю и расту»

**Прогулка:** подвижка « Птички зёрнышки клюют».

**2 половина дня:** гимнастика после сна, закаливание.

## **Четверг**

«Как здорово здоровым быть!»

**Утро:**

**Утренняя гимнастика**

**Прогулка:** «Попади в круг».

**2 половина дня:** гимнастика после сна «Потянулись и друг другу улыбнулись». Закаливание: сухое обтирание.

Беседа с родителями

«Красивая осанка – залог здоровья»

## **Пятница**

«Мой весёлый звонкий мяч»

**Утро:** Пальчиковая гимнастика «Вот как пальчики умеют»

**Утренняя гимнастика**

«Весёлые мячики»

**Физкультурное развлечение**

«Мой весёлый звонкий мяч»

**2 половина дня:** гимнастика после сна «Тропа здоровья», закаливание (умывание и полоскание рта прохладной водой).

Кроме работы, отражённой в плане, ежедневно проводить следующие оздоровительные мероприятия:

- Соблюдение температурного режима в течение дня;
- Облегчённая одежда с учётом индивидуального состояния здоровья детей;
- Привитие детям культурно-гигиенических навыков;
- Сопровождение режимных моментов потешками, весёлыми стихами, песенками;
- Проведение физкультминуток;
- Умывание прохладной водой кистей рук, лица(индивидуально);
- Пальчиковые игры и упражнения;