Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 22 «Орлёнок»

624930, Свердловская область, город Карпинск, ул. Свердлова, 5

sad22@ekarpinsk.ru

**Педагогический проект на тему:**

**«В здоровом теле – здоровый дух!»**

**(2 младшая группа)**

**Проект выполнили:**

Инструктор по физической культуре МАДОУ 22

Мурзина А.А.

Воспитатель МАДОУ 22

Книтель В.Д

Карпинск

2023

**Паспорт проекта «В здоровом теле – здоровый дух!»**

1. **Название проекта**: «В здоровом теле – здоровый дух!»

2. **Продолжительность проекта**: краткосрочный (24.04 – 28.04.2023)

3. **Участники проекта**: дети 2 младшей группы, воспитатели, 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 ребенка. 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 ребенка.

**Предполагаемый результат**

•Повышение интереса детей к двигательной активности: участие в подвижных играх, физических упражнениях.

•Сформированность желания заниматься утренней гимнастикой, выполнять культурно-гигиенические процедуры.

**Этапы проекта.**

**1 этап - подготовительный**

**Цель:**

•определение уровня физического воспитания в семье с помощью анкетирования родителей

**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

• Закаливающие мероприятия: ходьба босиком по ребристой дорожке, по канату.

• Прогулки и игры на свежем воздухе

• Гимнастика после сна

• Гимнастика для глаз

• Пальчиковая гимнастика.

**Формирование представлений о здоровом образе жизни.**

**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 из проведённого эксперимента; развитие мышления, интереса к экспериментам, вызвать радость от открытий, полученных из опытов.

**Физическая культура.**

**Подвижные игры:**

**«Огуречик, огуречик»**

Цель: формирование умения прыгать на двух ногах с продвижением вперёд в заданном направлении, ориентироваться в пространстве; соблюдать правила игры.

**Подвижная игра «У медведя во бору»**

Цель: Обучение умению действовать согласно тексту, убегать 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.

**Хороводная игра «Кот Васька**».

Цель: закреплять умение двигаться по кругу, выполняя движения соответственно словам.

**Социально-коммуникативное развитие.**

**Дидактическая игра «Кукла делает зарядку»**

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

**Сюжетно-ролевая игра «Искупаем куклу Катю»**

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

**Формирование основ безопасности.**

**Беседа «Правила поведения в детском саду»**

Цель: Формирование основ безопасного поведения в зале и на участке во время физкультурных занятий и подвижных игр.

**Дидактическая игра «Съедобное – несъедобное»**

Цель: Формирование первичных представлений о съедобных и несъедобных предметах

**Познавательное развитие.**

**Беседа «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!»**

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

**Беседа «Умываются котята по утрам и вечерам»**

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

**Речевое развитие.**

**Дидактическая игра «Да здравствует мыло душистое»**

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

**Рассматривание картины «Дети делают зарядку»**

Цель: Формирование привычки ежедневно делать зарядку

**Художественно - эстетическое развитие**

**Рисование «Мой веселый звонкий мяч»**

Цель: Обучение умению правильно держать кисть, рисовать округлые формы

**Лепка «Овощи и фрукты»**

Цель: Закрепление первичных знаний о овощах и фруктах, формирование умения лепить из пластилина предметы округлой и продолговатой формы

**Музыка.**

**Музыкальная игра «Где же наши ручки?»**

Цель: Формирование способности воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым.

**Музыкальная игра «Лошадка»**

Цель: Формирование умения передавать образы, начинать движение с началом музыки.

**Танец «Танец маленьких утят»**

Цель: Развитие образности восприятия музыки через движения (хлопать, приседать и т. д.)

**Работа по взаимодействию с родителями в рамках проекта:**

В начале проекта среди родителей было проведено анкетирование по теме «Физическое воспитание в семье». В анкетировании принимало участие 14 человек. Все родители четко представляют, что значит вести здоровый образ жизни. Однако, только 57 % семей делают зарядку, 29% – нет, 14% – иногда. Во всех семьях родители после детского сада гуляют с детьми не менее – 1,5- 2 – х часов.

Соблюдение режима дня

 На начало проекта ежедневный режим соблюдали 57% семей, 43% – не соблюдали. После проведения проекта стали придерживаться четкого режима дня 93%.

Свободное время детей дома

На начало проекта выяснилось, что 54% детей играют в подвижные игры, в настольные игры – 64% детей, смотрят телевизор – 45% детей и компьютер – 7%. После проведения проекта вырос процент детей, ведущих активный образ жизни (98% играют в подвижные игры, количество смотрящих телевизор сократилось до 15%.

**Консультации для родителей**

Оформление папки-передвижки «В здоровом теле - здоровый дух»

Оформление памятки «Профилактика плоскостопия», «Гимнастика для глаз»

**Формы проведения презентации:**

 Создание презентации проекта в электронном виде

Обогащение уголка физической культуры

 Выставка работ детей и родителей

 Итоговая комплексная образовательная деятельность «Сильнее, выше, смелее», в ходе которой закрепляются знания детей о здоровом образе жизни, развивается двигательная активность, интерес к подвижным играм, внимательность, мышление.

**Список используемой литературы:**
• Михайленко Н. Я., Короткова Н. А. «Организация сюжетной игры в детском саду» Изд.: Москва Линка – Пресс 2009 г.
• Нищева Н. В. «Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2010 г.
• Черенкова Е. Ф. «Развивающие игры с пальчиками». Изд.: Москва Рипол Классик Дом 21 век 2010 г.
• Теплюк С. Н. Занятия на прогулке с малышами. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.
• Бабенкова Е. А. Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие М., 2004 г.
• Дик Н. Ф., Жердева Е. В. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.
• Оздоровление детей в условиях детского сада. Под редакцией Л. В. Кочетковой. М., 2007 г.
• Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.
• Савельева Н. В. Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.

**Приложение №1**

**«Физическое воспитание в семье». Анкета для родителей**

Ф. И. ребёнка, возраст

1. Часто ли ребёнок болеет, какие тяжёлые заболевания, травмы перенёс

2. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни? Поясните.

3. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?

4. Делаете ли Вы дома зарядку?

5. Соблюдаете ли режим дня в выходные дни? Какой?

6. Имеете ли Вы дома физкультурное оборудование? Какое?

7. Какой вид закаливания Вы применяете дома? (отметить)

систематическое проветривание

солевая дорожка

дыхательная гимнастика

прогулка в любое время года

хождение босиком по “чудо-коврику”

9. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? Насколько часов ходите куда-нибудь и куда?

10. Чем занят Ваш ребенок вечерами и в выходные дни: (отметить)

подвижные игры

настольные игры

телевизор

компьютер

11. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

профилактика заболеваний

дыхательная гимнастика

закаливание

коррекция осанки

профилактика плоскостопия

Спасибо за сотрудничество!