

# Проект

# «Неделя здоровья малышей»

группа раннего возраста №4



Подготовили: Смолкова Т.В.  
Сальникова Е.С.

**Здоровье детей** - самая актуальная тема на сегодняшний день. Ведь современное общество нуждается в активных и здоровых людях, поэтому здоровье нужно укреплять как можно раньше. Навыки здорового образа жизни, приобретённые в раннем возрасте, послужат фундаментом для общего развития и сохраняют свою значимость в последующие годы.

**Цель проекта:** повышать уровень знаний у детей и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни через взаимодействие с воспитателями группы.

**Задачи проекта:**

- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;
- дать представление о ценности здоровья;
- формировать желание вести здоровый образ жизни;
- укреплять и охранять здоровье детей;
- дать представление о полезной и вредной пище для здоровья человека, о пользе витаминов.

## Утренняя гимнастика «Весёлые платочки»



## Гимнастика после сна.

Цель: способствовать постепенному переходу от сна к бодрствованию, укрепление здоровья, профилактика простудных заболеваний.



**Дидактические игры и упражнения.**

**Игра «Научим Зайку умыться»**



**Игра «Вредно и полезно»**



**Игра «Угадай на вкус»**



**Д/игра «Что растет в огороде»**



**Игра «Уложим куклу спать»**



**Игра «Оденем куклу на прогулку»**



# Игры с нетрадиционным оборудованием по ФИЗО

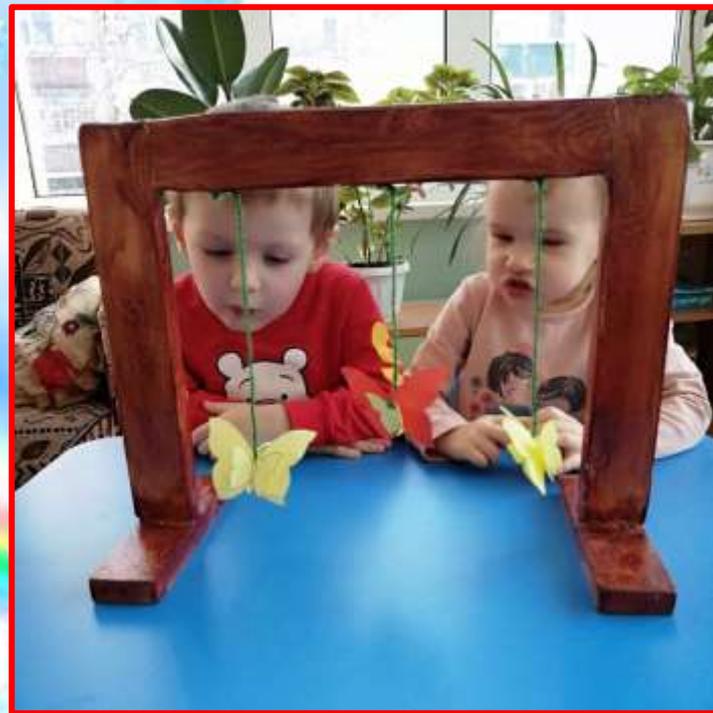


# Дыхательные упражнения

## «Ветерок»



## «Летят бабочки»



## «Султанчики»



## «Шарик»



# Пальчиковая гимнастика

«Компот»



«Шарик»



«Капуста»



«Части тела»



П/и «Попрыгунчики»



Подвижные игры

П/и «Пройди через дугу»



П/и «Передай мяч»



П/и «Пузырь»



П/и «Попади в цель»



П/и «Самолёт»



## Беседа с детьми «Секреты здоровья»

Цель: формировать представление о здоровье, выделить правила навыков культурно – гигиенического поведения.



## НОД с детьми «В гости к Мишке»

Цель: прививать малышам привычку к здоровому образу жизни, заботиться о своём здоровье. Обогащать словарный запас, показать пользу спортивных игр, упражнений.



## Конспект НОД по рисованию «Разноцветные мячи»

Цель: Продолжать учить детей рисовать кистью предметы круглой формы, различать основные цвета. Развивать чувство цвета и формы, мелкую моторику. Воспитывать самостоятельность.



## Конспект НОД «Поможем кошечке быть здоровой»

**Цель:** формировать у детей представление о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- расширять представление детей о здоровом образе жизни, закреплять представление о полезных продуктах, учить рассуждать, делать выводы;
- уточнить у детей названия фруктов, формировать умения определять их на вкус и называть;
- развивать речь детей, способствовать активизации словаря детей через употребление слов - разных частей речи; развивать диалогическую форму речи;
- воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

**Игра «Угадай овощи и фрукты»**



# Зарядка под музыку «Солнышко»



# Массаж лица

## «Кран откройся, нос умойся»



## Игра «Угадай на вкус»



## Физкультурный досуг с детьми «Зимняя прогулка со Снеговиком»

**Цель:** доставить детям радость и удовольствие от спортивного мероприятия и тем самым формировать ценностное отношение к занятиям физической культурой.

**Задачи:**

- закрепить знания о зимнем времени года, играх и забавах;
- развивать у детей двигательные качества и умения, учить координировать свои движения;
- развивать интерес к играм; воспитывать доброжелательность друг к другу и положительное отношение к природе.

**Тактильная игра массаж – «Зимняя прогулка»**



**Упражнение  
«Мы шагаем по сугробам»**



**Игра «Поймай снежок»**



# Дыхательное упражнение «Сдуй на снежинку»



# Игра «Оживи маску»



# П/и «Собери снежки»

# Танец «Покружимся»



## Работа с родителями:

Буклеты: «Здоровым быть здорово», «ЗОЖ основа вашей жизни».

Памятка «Формирование ЗОЖ в семье», «Утренняя гимнастика в детском саду и дома»

Консультация «Прогулки и их значение для укрепления здоровья детей».

Конспект круглый стол «Мы за здоровый образ жизни».

