**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад общеразвивающего вида №34 «Морячок» г. Поронайска**

**---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**Сахалинская область, г. Поронайск, ул. Октябрьская, д. 67 «В», тел. 4-21-85,**

**сайт:** [морячок34.рф](mailto:морячок34.рф)**, e-mail:** [mbdou.v34moryachok@mail.ru](mailto:mbdou.v34moryachok@mail.ru)

**ПРОЕКТ**

**«Малыши - крепыши»**

(вторая младшая группа)



Инструктор по физкультуре Клопова и.М.

Инструктор по физкультуре Клопова И.М.

г. Поронайск

2019 г.

В образовательной области «Физическое развитие» «Примерной основной образовательной программы дошкольного образования» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой в разделе «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни» в младшей группе стоит задача «дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни». В 2018-2019 учебном году у воспитанников младшей группы повысились показатели заболеваемости на 2%. При беседе дети показали недостаточный уровень знаний о полезной и вредной пище, о пользе сна и физических упражнений.

**Актуальность:** В младшей группе МБДОУ возникла необходимость познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, снизить показатель заболеваемости.

**Цель**: Формирование представлений о ценности здоровья.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Закрепить представления о полезной и вредной пище, об овощах и фруктах, молочных продуктах;

- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы.

**Оздоровительные:**

- Развивать привычку к рациональному режиму активности и отдыха, заботиться о своем здоровье в весенний период, предупреждать утомляемость детей.

**Воспитательные:**

- Воспитывать желание поддерживать стремление быть здоровым.

**Ожидаемые результаты:**

1.Дети умеют выполнять дыхательные упражнения, пальчиковую гимнастику, упражнения с массажным мячом, бодрящую гимнастику.

2. Называют полезные и вредные продукты.

3.Знают правила гигиены.

4. В совместной деятельности с педагогом играют в подвижные, малоподвижные игры.

**Вид проекта** – физкультурно-познавательный.

**Срок реализации** – 2 недели, май.

**Продолжительность проекта:**краткосрочный.

**Участники проекта** – дети второй младшей группы, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители воспитанников.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды деятельности.** | | **Формы и методы работы.** | **Сроки** | |
| **Подготовительный этап** | | | | |
| 1.Выявление проблемы: Что мы знаем о том, как беречь свое здоровье? Что мы хотим узнать? Где мы узнаем?  2. Анализ имеющихся педагогических ресурсов.  Подбор иллюстраций, книг, видео- и аудиозаписей, настольно-печатных и дидактических игр по теме проекта.  3. Определение направления деятельности. | | | | |
| **Основной этап** | | | | |
| **Познавательное развитие** | * Изготовление и рассматривание альбома «Ловкие пальчики»; * Просмотр презентаций «Здоровый образ жизни», «Советы щенка Дружка», «Что помогает быть здоровым?»; * Игры с лэпбуком «ЗОЖ». | | | март |
| **Социально-коммуникативное развитие** | * Дидактическая игра «Чистюля»; * Дидактическая игра «Спортивное лото»; * Самостоятельные игры в центре здоровья. | | | март |
| **Речевое развитие** | * Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Доктор Айболит», А. Барто «Девочка чумазая», 3. Александрова «Купание»,  К. Чуковский «Мойдодыр», Г. Зайцев «Дружи с водой». * Беседы:   - «Как можно заботиться о своем здоровье?»  - «Чистота и здоровье».  - «Полезно – не полезно».  - «Личная гигиена».  - «О здоровой пище». | | | март |
| **Художественно-эстетическое развитие** | * Выставка рисунков «Все для здоровья!» совместно с родителями; * Разучивание музыкально-спортивной композиции «Разноцветная игра» А.И. Буренина «Ритмическая мозаика». | | | март |
| **Физическое развитие** | * ОД: «Мы умеем отдыхать» Т.Э. Токаева «Технология физического развития детей 3-4 лет» стр.274; «Звуки весны» стр.310; «Покажем Мишке свои любимые игры» стр. 300. * Утренняя гимнастика «Мы ловкие и сильные», «Я все умею, все смогу» Т.Э. Токаева «Технология физического развития детей 3-4 лет» стр. 323-324 ; * Подвижные игры: «Лохматый пес», «Птички в гнездышках», «Мыши в кладовой», «Воронята», «Солнышко, погуляй у речки», «Репка», «Караси и щука». * Спортивные упражнения на прогулке: метание в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 1-1.5 м.; * Здоровьесберегающие технологии:   - Пальчиковая гимнастика.  - Самомассаж с массажными мячами.  - Дыхательная гимнастика.  - Ритмопластика.  - Бодрящая гимнастика. | | | март |
| Взаимодействие с родителями:   * Консультация для родителей «Как приучить ребенка к зарядке?»; * Стенгазета «Мама, папа и я - спортивная семья!» | | | | |
| **Презентация проекта:**  Спортивный досуг «В гости к клоуну Ивану» с родителями | | | | |

**Список литературы:**

1.Буренина А.И., Ритмическая мозаика, СПб.: ЛОИРО, 2000.

2. Борисова М.М., Малоподвижные игры и игровые упражнения: для занятий с детьми 3-7 лет., М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2016.

3. Вераксы Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. От рождения до школы. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2015.

4. Мосягина Л.И., Целостная система физкультурно-оздоровительной работы с детьми раннего и младшего дошкольного возраста, СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.

5. Токаева Т.Э., Технология физического развития детей 3-4 лет. М.: ТЦ Сфера, 2017. – 360 стр.

6. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2016/01/30/proekt-yunye-sportsmeny>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2014/01/27/proekt-po-teme-zdorove>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад общеразвивающего вида №34 «Морячок» г. Поронайска**

**---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**Сахалинская область, г. Поронайск, ул. Октябрьская, д. 67 «В», тел. 4-21-85,**

**сайт:** [морячок34.рф](mailto:морячок34.рф)**, e-mail:** [mbdou.v34moryachok@mail.ru](mailto:mbdou.v34moryachok@mail.ru)

**Сценарий**

**спортивного досуга с родителями «В гости к клоуну Ивану»**

(вторая младшая группа)



Инструктор по физкультуре Клопова И.М.

Инструктор по физкультуре Клопова И.М.

г. Поронайск

2019 г.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- закрепить правила гигиены, полезные и вредные продукты;

- закрепить умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамье, по степ – платформам, ходьбу змейкой, умение бросать и ловить мяч в парах;

- продолжать развивать умение выполнять движения под музыку.

**Оздоровительные:**

- продолжать формировать правильную осанку, развивать ловкость, чувство ритма.

**Воспитательные:**

- вызывать положительные эмоции от взаимодействия со взрослыми, формировать бережное отношение к своему здоровью.

**Оборудование:** костюм клоуна, аудиозаписи «Разноцветная игра», «Веселые путешественники», «Я от тебя убегу», мячи большие по кол-ву детей, мячи массажные по кол-ву детей, гимнастическая скамья, 6 степ – платформ, 5 мягких модулей, шапочка лисы, шапочки зайцев по кол-ву детей.

Ход:

Клоун под веселую музыку встречает детей и родителей, приглашает их в зал. Дети и взрослые встают в круг.

**Клоун:** Здравствуйте, дети и взрослые. Я – клоун Иван. Позвал вас поиграть со мной, выполнить разные упражнения, чтобы у нас было хорошее настроение, чтобы мы стали ловкими, сильными и здоровыми. Давайте с вами поиграем в игру «Плохо – хорошо». Если для здоровья это плохо, что я скажу, значит топаем ногами, если хорошо – хлопаем в ладоши.

**Игра «Плохо – хорошо»**

- Чистить зубы по утрам и вечерам

- Кушать много-много конфет

- Мыть овощи и фрукты

- Не мыть руки перед едой

- Кушать кашу

- Ложиться спать поздно ночью

Молодцы, дети, справились с заданием, а взрослые вам помогли. А сейчас мы отправимся в путь. Впереди у нас мостик, кочки и пенечки. Отправляемся в дорогу (Дети и взрослые берутся за руки, идут парами, дети идут по гимнастической скамье, по степ – платформам, змейкой между мягкими модулями, взрослые им помогают)

**Клоун:** первая станция – музыкальная разминка (дети и взрослые встают парами врассыпную по всему залу).

**Станция «Музыкальная разминка»**

**Композиция «Разноцветная игра»**

**Программа А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»**

**Клоун:** теперь поедем на веселом паровозике.

**Композиция «Веселые путешественники**»

**Программа А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»**

**Клоун:** станция «Мой веселый звонкий мяч». Взрослые берут по мячу и кидают в руки ребенку и обратно.

**Станция «Мой веселый звонкий мяч»**

**Клоун:** покружились вместе с мамой и очутились в лесу. Посмотрите, как много ежиков. Сейчас мы с ними поиграем (мамы берут массажные мячи и водят детям по спине и по рукам– ежик бежит по полянке, по кругу, прямо, по горкам)

**Станция «Ежики в лесу»**

**Клоун:** закрыли глаза, открыли. Следующая станция «Игровая».

**Станция «Игровая»**

**Игра «Зайцы и лиса»**

(мамы присели, они изображают кустики. Дети – зайчата скачут, по сигналу «лиса» приседают за своей мамой).

**Клоун:** а сейчас мы с вами поиграем с пальчиками.

**Пальчиковая игра «Фрукты»**

Жёлтый-жёлтый наш лимон, *(Одноимённые пальцы соединяются подушечками – показываем лимон.)*

Кислым соком брызжет он. *(Пальцы резко разводим в стороны.)*

В чай его положим *(Соединяем большой, указательный и средний пальцы одной руки и «опускаем лимон в чай».)*

Вместе с жёлтой кожей. *(Пальцы в том же положении, делаем вращательные движения – «помешиваем чай».)*

**Коммуникативная игра «Я тебя люблю»**

**(Песня «Я от тебя убегу»)**

**Клоун:** очень весело с вами, ребята, было играть. А теперь мне пора прощаться, до свидания, до новых встреч. Берегите свое здоровье!