ПРОЕКТ

«РАСТИ МАЛЫШ»

2019г.-2020г

*Составили:*

*Музыкальный руководитель Гринкевич О.Н.*

*Инструктор по физическому воспитанию Москвина О.Р.*

*Воспитатель 1 категории Малетина С.Р.*

***Пояснительная записка.***

 При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети переживают адаптационный стресс. Это сложный, а иногда длительный процесс. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, нежеланием общаться с окружающими, отгороженностью, снижением активности. Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться сильными, как положительными, так и отрицательными эмоциями. И поэтому, вхождение ребенка в коллектив должно быть постепенным.

На каждом этапе развития ребенка, существуют разные ценности. Пожалуй, единственной ценностью остается здоровье ребенка.

От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения ребенком всеми умениями и навыками.

Важным моментом является такая форма, как взаимодействие педагогов и родителей. Обе стороны должны понимать, то упущенное в воспитании малыша, ничем не восстановишь.

**Актуальность** выбранной темы заключена в том что, процесс адаптации ребенка к ДОУ имеет свои сложности, что обусловливает важную роль педагогической поддержки ребенка в этот период.

Положения федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования акцент делают на создании наиболее благоприятных для ребенка психолого-педагогических условий, где особое внимание уделяется условиям взаимодействия педагога и ребенка.

Таким образом, привыкание ребенка к детскому саду будет максимально безболезненным, при использовании комплексного подхода к решению проблем адаптации каждого малыша.

Актуальность проекта заключается в том, что он является ответом на запрос родителей – предоставить возможность детям, не посещающим дошкольные учреждения ,получить своевременную социальную адаптацию в общении с другими детьми, взрослыми и начальное раннее комплексное развитие.

**ЦЕЛЬ:**

 Сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровье сберегающих технологий, с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка.

 Развитие познавательных и творческих способностей у детей адаптационного возраста.

**ЗАДАЧИ:**

- Активизировать двигательную деятельность детей.

- Формировать элементарные основы безопасности и сохранения

своего здоровья;

- Побуждать детей к самостоятельной деятельности;

- Формировать такие качества личности: коммуникативность, инициативность;

- Развивать мелкую моторику

- Способствовать устойчивости эмоционально-положительного самочувствия и активности каждого ребёнка;

-Повышение педагогической компетентности родителей.

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРЕКТА:**  Краткосрочный.

УЧАСТНИКИ ПРЕКТА:

Инструктор по физкультуре

Музыкальный руководитель

Воспитатель 1 категории

 Дети не посещающие детский сад (от 1.5 до 2 лет)

Родители

**ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

Дети используют специальные упражнения для укрепления своего организма.

 Проявляют самостоятельность, инициативу в двигательных действиях.

Ребенок соблюдает режимные моменты занятия, эмоционален, общителен с взрослыми и сверстниками,

Расширение жизненного опыта детей обогащение их чувственного восприятия предполагающего большое разнообразие впечатлений.

Рост профессиональной компетентности педагогов.

**РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА**

**1 ЭТАП – Подготовительный этап.**

- Подбор научно-методической и детской литературы.

-Определение цели и задач проекта

-Обеспечение условий для полноценного развития ребенка.

-Анкетирование, консультации и беседы для родителей.

**2 ЭТАП-ТВОРЧЕСКИЙ**

-Составление плана и тематики проекта.

-Составление конспектов

-Составление праздников

-Изготовление атрибутов.

**3 ЭТАП-РЕФЛЕКСИВНЫЙ**

-Итоговое мероприятие.

**ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- Подвижные игры: «Прятки», «Поймай собачку», «Солнышко и дождик»,

«Через ручеек», «Воробушки и автомобили», «Карусель», «Парашют».

- Спортивные: Ползание, лазание, прыжки, бег, ходьба.

- Коммуникативные игры: «Собери шишки», «Раздувайся пузырь», «Сложи гусеницу».

МУЗЫКА

Упражнение: «Веселые лошадки», «Ходим –бегаем», «Мы ногами топ, топ, мы руками хлоп, хлоп», «Научились мы ходить».

-Танцы с мамами: «Пляска с погремушками», «Ладушки-ладушки», «Танец с листочками», «Помирились».

-Игры: «Зайчики и лисичка», «Колючий ежик», «Курочка и цыплята».

 РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ

«Чудесный мешочек», «Как тебя зовут» «Паровозик»

СЕНСОРНОЕ ВОСПИТАНИЕ:

Игра с массажными ковриками «Построй дорогу», «Найди собачку», «Сложи в коробочку шарики»

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ:

« Мы капусту рубим, рубим», «Этот пальчик дедушка», «Сорока белобока».

3 ЭТАП ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ:

- Итоги реализации проекта

-Заключительный праздник спортивно-музыкальный.

-Показ видеофильма и просмотр с детьми и родителями.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

Н.П. Кочетова «Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста»;

Д.Н. Колдина «Игровые занятия с детьми 1-2 лет»

И.М. Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у

дошкольников»

**Приложение№1**

Анкета для родителей.

-Соблюдаете ли вы режим дня?

-Какие виды закаливания вы применяете

-Как часто у вас болеет ребенок

-Сколько часов находитесь с ребенком на прогулке

-Чем ребенок любит заниматься

-Консультацию по какому вопросу Вы хотели бы получить

 **Приложение№2**

Консультация « Мой малыш здоров»

 Проблема оздоровления детей это- целенаправленная, систематическая, спланированная работа ДОУ и родителей.

Что же такое, здоровый образ жизни?

Это соблюдение режима, отдыха, сна на основе требований суточного биоритма; двигательная активность, включающая систематические занятия ходьбой, оздоровительным бегом , разумное использование методов закаливания, рациональное питание, умение снимать нервное напряжение.

Следует помнить о том, что только в раннем возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников здоровье сберегающим технологиям сохранения и укрепления здоровья приведут к положительным результатам.

Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствия болезней и физических дефектов.

**Сохранение и укрепление здоровья малышей—**одна из основных задач родителей и детского сада. Одна из средств решения обозначенных задач становиться применением здоровеь сесберегающих технологий.

**Наиболее эффективными формами оздоровления являются:**

— Утренняя гимнастика;

— Оздоровительная гимнастика;

-Обеспечение условий для реализации двигательной активности детей в течение дня;

— Игры — релаксации, прогулки;

— Сбалансированное питание;

Обязательным элементом физического воспитания в семье, имеющим большое значение для укрепления **здоровья** и сопротивляемости инфекциям является закаливание.

Все виды закаливания обладают общим благоприятным воздействием на организм, улучшают функционирование всех его систем и органов. При организации закаливающих процедур необходимо твердо усвоить, что успех возможен, только при условии, когда закаливающие процедуры проводятся систематически, непрерывно, длительное время. Нежелательны пропуски даже в 2-3 дня, а перерыв в 2-3 недели, вынуждает начинать закаливающие процедуры с ранних стадий.

При закаливании организма используют обычно природные факторы: воздух, солнце и воду. При выборе закаливающих средств и их дозировки должны учитываться состоянии **здоровья**, выносливость и другие индивидуальные особенности ребенка.

Закаливание может проводиться воздухом, водой и солнцем. Хороший эффект дает хождение детей босиком.

Лето самая удобная пора для начала процедур по закаливанию детей. Начинать лучше с щадящих процедур воздушных ванн. Вначале их проводят в комнате, а затем на открытом воздухе. Очень эффективны влажные обтирания. Во всех случаях, исходя из индивидуальных особенностей ребенка, до начала процедур закаливания необходимо **проконсультироваться с врачом.**

В первые месяцы занятий с ребенком рекомендуется щадящий режим.

Необходимо помнить основные правила, сформулированные известным ученым Кеннетом Купером: безопасно, медленно, поступательно. Начинаем с ходьбы, затем переход на комбинацию бег-ходьба, и только потом просто бег.

Правильно подбирайте обувь: не пожалейте денег на хорошие кроссовки для **малыша**.

Лучшим местом для бега является лесной газон, но можно бегать и по асфальту. Одежда должна быть свободной, не сковывающей движения. В прохладную погоду не следует одевать **малыша слишком тепло**, чтобы избежать чрезмерного потоотделения, в жаркую погоду не одевайте ребенка в одежду из синтетических, воздухонепроницаемых тканей.

И последнее на что необходимо обратить внимание- это правильно вводить организм **малыша** из состояния повышенной активности в нормальное состояние.

Занимаясь с ребенком дома, родителям можно оборудовать спортивный уголок своими руками: небольшой куб или ящик для влезания, спрыгивания. В ящике детям удобно сидеть, они могут использовать его как машину для игр. К потолку или в дверном проеме на шнуре можно подвесить большой мяч в сетке, который малыш отталкивает или подпрыгнув достает до него. Позже в этот проем можно прикрепить канат, кольца или веревочную лестницу. Мамам можно смастерить «длинного удава» ребенок с радостью будет его перешагивать, переползать, ходить по нему. Интересен для упражнений цветной шнур – косичка он может сплетаться, из нескольких шнуров разного цвета на концах пришиваются липучки. С таким шнуром выполняют упражнения как с гимнастической палкой, а сделав из него круг (с помощью липучек), можно использовать для прыжков, пролезания. В игре такой шнур служит «домиком».

Занимаясь с ребенком. Взрослые помогают ему подтянуться, высоко прыгнуть, взобраться на стул или гимнастическую стенку. Ребенок восхищается отцом, какой папа сильный, как ловко его поднимает, как хорошо выполняет упражнения! Подражает матери в грациозности движений. Постепенно эти совместные занятия станут счастливыми событиями дня, и ребенок будет радоваться им, с нетерпением их ждать. Такие занятия должны стать ежедневными. Принести желаемые результаты может только систематическая работа.

**Приложение№3**

Информация для родителей

Памятка для родителей «Здоровый малыш»

Здоровый ребенок-это норма жизни. Забота о воспитании здорового ребенка, является приоритетной в семье. В раннем возрасте закладывается фундамент здоровья, формируются необходимые навыки и умения, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Прежде всего нужно использовать природные факторы: солнце, воздух, вода.

Необходимо научить ребенка, следить за чистотой своего тела.

Каждый день начинайте с зарядки;

Просыпаться и ложиться в оно время;

Правильно питаться;

Больше улицы, меньше телевизора.

И помните-ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ-ЭТО СЧАСТЬЕ.