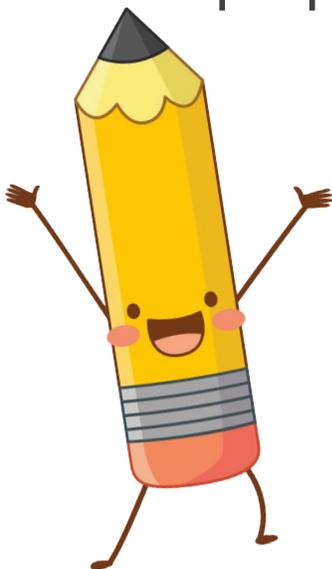


Проект «Расту здоровым»

Для детей раннего возраста

Группа «Фантазёры»

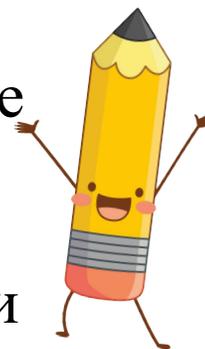
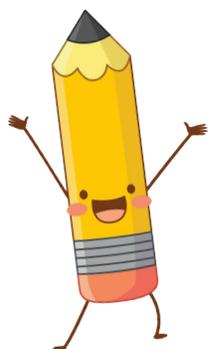
Воспитатель Шарафиева Е.Е.



февраль 2025 г.

Цель

Формирование у детей 2-3 лет основ здорового образа жизни через игру, творчество и простые занятия, способствующие развитию навыков правильного питания, физической активности и личной гигиены.



Задачи

- Научить детей понимать, что такое здоровье и почему оно важно.
- Познакомить детей с различными продуктами питания, особенно полезными (фрукты, овощи).
- Формировать у детей положительную установку на занятия спортом и правильное питание.
- Научить детей важности мытья рук, чистки зубов и других гигиенических процедур.

Ежедневные дорожки здоровья



Пальчиковые гимнастики



Весёлые игры на свежем воздухе



Просмотр мультфильмов о здоровом образе жизни



Развивающие игры



Дегустация фруктов



Рисование нетрадиционным способом



Высадка лука в грунт



Рассматривание и замачивание семян



Беседы о здоровом образе жизни



Вывод

Во время проекта о здоровом образе жизни у детей сложилось понимание основ здоровья: дети учатся различать полезные и вредные продукты, осознавая значение здоровья. Дети во время проекта учились сотрудничеству, делиться, обсуждать и принимать участие в командных играх. Малыши учатся внимательно слушать, когда взрослые объясняют или рассказывают что-то новое.

У детей сложилось понимание важности личной гигиены: дети учатся мыть руки, чистить зубы и заботиться о своем здоровье. У малышей повысилась уверенность в себе: успешное выполнение различных заданий помогает детям чувствовать себя более уверенно. Эти навыки важны для общего развития детей и помогут им в дальнейшем формировании привычек, связанных со здоровым образом жизни.