

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Детский сад комбинированной направленности №6» города Сосновоборска

ПРОЕКТ ПОЗНАВАТЕЛЬНО-ТВОРЧЕСКИЙ

# «МА-МА-ЛЫШ»

ПЕРВАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА «Л»



**Выполнили воспитатели:**  
Морозова Г.А.,  
Кузьмина Д.А.,  
Панькова В.А.

## Актуальность проблемы:

В наше время в силу сильной загруженности родителей уделяется мало внимания совместной деятельности детей и родителей. Чаще всего, дети предоставлены сами себе. Забываются семейные традиции. А ведь именно семья является для человека главным в жизни, именно в семье ребенок учится любить, заботиться, именно семья является хранителем традиций.

Поэтому у нас возникло желание создать проект, который будет направлен на приобщение детей к общечеловеческим ценностям и любви к своей семье.





## Паспорт проекта:

**Тип проекта:** физкультурно -оздоровительный;

**Вид проекта:** долгосрочный;

**Участники проекта:**

- дети первой младшей группы,
- родители, законные представители,
- воспитатели,
- инструктор по физической культуре;

**Сроки реализации:** 01.11.2022- 31.05.2023гг.



Цель: начальное формирование основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи:

Обучающие

- формировать навыки здорового образа жизни;
- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

Развивающие

- развивать культурно-гигиенические навыки у детей.
- развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.

Воспитательные

- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.

Предполагаемый результат:

- ✓1. Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.
- ✓2. Формирование желания и стремления вести здоровый

## 1 ЭТАП ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ:

- Подбор детской художественной литературы, работа с методическим материалом.
- Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме проекта и атрибутов к ним.
- Анкетирование для родителей: «Физическое воспитание в семье».
- Разработка плана деятельности проекта «Ма-ма-лыш», с корректировкой в течении учебного года.
- Оформление памяток и рекомендаций для родителей по теме проекта.

## 2 ЭТАП -ОСНОВНОЙ:

- Организация совместной деятельности родителей и детей.
- Беседы, чтение художественной литературы.
- Самостоятельная продуктивная деятельность.



## 3 ЭТАП ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ:

- Проведение итоговых мероприятий

# «Физическое воспитание в семье по результатам анкетирования»

# План мероприятий на период 01.11.2022- 31.05.2023гг

№ п/п	Тематика спортивного мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Мероприятие посвященное дню матери «Очень рады все ребята поиграть с любимой мамой»	Совместный праздник детей, родителей и воспитателей.	Ноябрь
2.	Мероприятие по сказке «В поиске колобка»	Совместный праздник детей, родителей и воспитателей.	Декабрь
3.	Мероприятие организованное ко дню снеговика «Снеговик- озорник»	Совместный праздник детей, родителей и воспитателей.	Январь
4.	«Папа лучший друг на свете» мероприятие организованное ко дню защитников отечества.	Совместный праздник детей, родителей и воспитателей.	Февраль
5.	Встреча в семейном клубе ко дню 8 марта «Вместе весело играть с мамочкой моей»	Дети, родители, воспитатели.	Март
6.	Мастер - класс «Веселый фитбольчик»	Дети, родители, воспитатели.	Апрель

# Беседы, театральная постановка «Колобок»



SHOT ON REDMI 9  
AI QUAD CAMERA



# «Подарок для любимых мам!»»



# Памятки и рекомендации для родителей

## Физическое воспитание ребенка в семье

Долг родителей — укрепить здоровье ребенка в данный момент и обеспечить благоприятное развитие детского организма в будущем. Нормальное развитие и состояние здоровья обеспечивается созданием оптимальных условий, то есть организацией правильного режима.

В физическом воспитании детей дошкольного возраста используются **физические упражнения** (ходьба, бег, упражнения в равновесии, метание, лазание, подвижные игры), **спортивные упражнения**, **гигиенические факторы** (режим дня, питание, сон и т. п.), **естественные силы природы** (солнце, воздух и вода).

### Физические упражнения

- Задания и объяснения должны быть ясными и четкими, давать их надо бодрым голосом и тут же показывать все движения.
- Упражнения должны быть интересны, в них следует использовать хорошо запоминающиеся образные сравнения, например: «птичка», «кошка», «паровоз».
- Основной принцип, которого должны придерживаться родители, занимаясь физическими упражнениями с малышами, — изображать все в виде игры. Веселый тон, шутка, смех, активное участие взрослого всегда увлекают ребенка.
- Количество повторений движений для дошкольников обычно колеблется от 2—3 до 10.
- После наиболее трудных упражнений необходимо давать кратковременные паузы отдыха (30—60 с).
- Средние значения показателей двигательной активности детей за полный день — объем 17 000 движений; интенсивность 55-65 движений в минуту.

Физические упражнения только тогда приносят пользу, когда ими занимаются систематически. Родители обязаны ежедневно находить время для занятий физическими упражнениями со своими детьми и тщательно следить за их здоровьем.

© SHOT ON REDMI 9 AI QUAD CAMERA

## Спортивная энциклопедия

# Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей



© SHOT ON REDMI 9 AI QUAD CAMERA

## «Зачем заниматься утренней гимнастикой и физкультурой?»

Многие родители, у которых дети часто и подолгу болеют, считают, что слабостью ребенка не стоит нагружать физическими упражнениями. Это мнение ошибочно: противопоказаний для занятий физкультурой нет. Сейчас разработано множество различных комплексов физических упражнений. Главное, подобрать каждому ребенку необходимую ему физическую нагрузку. Самый простой критерий отбора — хорошее самочувствие и настроение ребенка во время и после занятий. Очень важно также соблюдать принцип постепенности, чтобы физическая активность улучшала работу всех жизненно важных органов.

Систематические занятия, полезные для малыша физические упражнения непременно укрепят его здоровье, сделают сильным, ловким, выносливым. Как родители могут организовать оздоровление ребенка с помощью физической культуры? Средства эти давно известны: утренняя зарядка, бег трусцой, плавание, катание на велосипеде, турпоходы и экскурсии, зимой — ходьба на лыжах, катание на коньках. Нужно только применять эти средства не от случая к случаю, а постоянно, чтобы они вошли в ваш семейный обиход, стали необходимыми и привычными для вас и вашего ребенка.

Учите ребенка навыкам самоконтроля за состоянием собственного здоровья. Например, он должен уметь проверять свою осанку и следить за ней. Вы, конечно же, знаете этот прием. Встать спиной к стене, плотно прижав к ней пятки, ягодицы, лопатки и голову. Зафиксировать это положение и, отойдя от стены, запомнить. При многократном повторении вырабатывается мышечная «память». Взрослые должны закрепить навык контроля осанки собственным примером — сами должны правильно сидеть, ходить, держать спину, делать зарядку, укрепляющую мышцы.

Отечественный врач и педагог Е.А. Аркин указывал: «Как физическая постановка нашего тела, так и душевная установка по отношению к окружающему миру — всецело дело воспитания, результат тех примеров и образцов, которые ребенок видит и слышит со стороны родителей».

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь».

6



Спортивное мероприятие  
посвященное ДНЮ МАТЕРИ



# Спортивное мероприятие «В поиске колобка»





# Мероприятие «Снеговик-озорник»





## Анализ проделанной работы

- ✓1. Возрос интерес родителей по вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации здорового образа жизни.
- ✓3. Создана здоровьесберегающая и развивающая среда, обеспечивающая комфортное пребывание ребенка в детском саду.
- ✓4. У детей сформированы первоначальные представления о себе, как отдельном человеке; воспитана привычка к аккуратности и чистоте, привиты культурно-гигиенические навыки.

«Только вместе с родителями, общими усилиями, педагоги могут дать детям большое человеческое счастье».(В. А. Сухомлинский)

Благодарим за  
внимание!!!

