муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

города Новосибирска

«Детский сад № 298 комбинированного вида»

****

**Педагогический проект во второй группе раннего развития**

***«Будь здоров!»***

**Выполнили:** воспитатель Стоволосова В.Н.

воспитатель Бедункович И.А

.

г. Новосибирск, 2017

**Информационная карта педагогического проекта:**

**Тип проекта:** познавательно-игровой, групповой.

**Участники проекта:** воспитанники второй группы раннего развития, воспитатели, родители воспитанников.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный с 13 по 17 февраля 2017г.

# Проблема: у детей не сформированы основы здорового образа жизни, не до конца сформированы культурно – гигиенические навыки (навыки опрятности и самообслуживания).

**Актуальность педагогического проекта.**

Ранний возраст - самое благоприятное время для воспитания у ребенка основ двигательной культуры, закаливания, привычки к правильному питанию, соблюдению культурно-гигиенических норм, потребности получения положительных эмоций, т. е. основ здорового образа жизни.  
Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей .С целью сохранения и укрепления здоровья малышей, привлечения их внимания к игровым ситуациям, связанным со здоровьем, развития культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания, в группе возникла идея провести проект "Будь здоров!".

**Цель проекта**: Начальное формирование основ здорового образа жизни у детей 2-4 лет.

**Задачи проекта**:

1) Формировать представления детей о здоровье, особенностях его сохранения и укрепления.

2) Развивать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания; познавательный интерес; творческие способности.

3) Обогащать двигательный опыт детей; вызвать желание заботиться о своем здоровье.

4) Повысить компетентность родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

**Предполагаемый результат.**

1.У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.

2.Сформированы культурно-гигиенические навыки, знают элементарные правила личной гигиены.

3.Дети самостоятельно проявляют инициативу: рассматривают иллюстрации, участвуют в беседах, задают вопросы. проявляют творчество, активность и детальность в работе. Создание совместного фотоколлажа.

4.Активизирован и обогащен словарный запас детей по теме.

5.Привлечение родителей к реализации проекта.

**Этапы реализации проекта.**

**Организационный этап.**

- составление информационной карты проекта;

- работа и подбор методической литературы;

- подбор детской художественной литературы для чтения детям;

- подбор сюжетных картинок и иллюстраций;

- оформление родительского уголка, размещение рекомендаций родителям по работе с детьми по проекту;

- составление плана работы над проектом.

**Практический этап.**

Реализация проекта формируется на проведении совместной деятельности с детьми и родителями; организации сюжетно-ролевых, дидактических, подвижных игр; выставке творческих работ детей и родителей; организации фотоколлажа.

**Интеграция образовательных областей в ходе реализации проекта:**

|  |  |
| --- | --- |
| Познавательное развитие | Беседа на тему "Витаминчики люблю, быть здоровым я хочу!". (Приложение №1) |
| Социально-коммуникативное развитие | Беседа на тему "Азбука здоровья" с опорой на наглядно-дидактические пособия ( картинки). (Приложение №2) |
| Речевое развитие | Загадки, стихи про овощи и фрукты (Приложение №3). Чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр». |
| Физическое развитие | Физкультминутка "Божья коровка", "Две лягушки", пальчиковая гимнастика "Фрукты", "Апельсин", "Овощной суп". (Приложение №4) |
| Художественно-эстетическое развитие | Беседа (в завершении аппликация) "Здоровье - волшебная страна".(Приложение №5). Раскрашивание картинок на тему "Мир овощей и фруктов". |

**План осуществления проекта:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **дата** | **Совместная работа педагога с детьми** | **Совместная работа родителей с детьми** | **Свободная творческая деятельность** |
| 13.02.17 | Пальчиковая гимнастика "Фрукты","Апельсин", "Овощной суп".  Беседа на тему "Витаминчики люблю, быть здоровым я хочу!". | Консультация для родителей: "Приобщайте малышей к здоровому образу жизни" | Разукрашивание картинок на тему "Фрукты и овощи" |
| 14.02.17 | Пальчиковая гимнастика "Фрукты","Апельсин", "Овощной суп".  Беседа на тему "Азбука здоровья" | Подбор художественной литературы | Сюжетно-ролевые игры |
| 15.02.17 | Пальчиковая гимнастика "Фрукты","Апельсин", "Овощной суп".  Чтение стихотворений и загадок, дидактическая игра-лото "Овощи".  Физкультминутка "Божья коровка". | Консультация для родителей: "Родители, играйте с детьми в подвижные игры!" | Сюжетно-ролевые игры, настольные игры. |
| 16.02.17 | Пальчиковая гимнастика "Фрукты","Апельсин", "Овощной суп".  Чтение произведения К. Чуковского «Мойдодыр».  Физкультминутка "Две лягушки". | Совместное чтение литературы по теме проекта. | Сюжетно-ролевые игры, настольные игры. |
| 17.02.17 | Пальчиковая гимнастика "Фрукты","Апельсин", "Овощной суп".  Беседа (в завершении аппликация) "Здоровье - волшебная страна". Оформление выставки детских работ. | Смотр выставки. | Разукрашивание картинок на тему "Мир овощей и фруктов" Сюжетно-ролевые игры |

**Работа с родителями.**

Цель: направить родителей на совместную деятельность с детьми по проекту, формирование позиции родителя, как активного участника педагогического процесса.

Консультации:

- "Приобщайте малышей к здоровому образу жизни" (Приложение №6);

- "Родители, играйте с детьми в подвижные игры!"(Приложение №7);

- "Польза овощей" , как донести до ребенка.

**Заключительный этап.**

**Продукты проектной деятельности:** выставка детских работ, фотоколлаж "Мы в процессе познания!".

Результат:

- у детей сформировались первоначальные знания о здоровом образе жизни;

- ребята знают элементарные правила личной гигиены;

- пополнился словарный запас;

- расширились коммуникативные и творческие способности детей;

- родители с удовольствием взаимодействуют.

**Приложение №1.**

**НОД по теме «Витаминчики люблю, быть здоровым я хочу»**

*Цель:* развивать представления дошкольников о пользе некоторых продуктов, о важности правильного питания; закрепить у малышей знание названий овощей, фруктов, продуктов питания; формировать умение детей вести диалог с воспитателем, совершенствовать их речь и умение отвечать на поставленные вопросы.

*Материал*: игрушка Незнайка, муляжи фруктов и овощей, три тарелочки с нарезанными фруктами: яблоко, лимон, банан.

*Ход беседы:(слышится стук в дверь).*

*Воспитатель*: - Ребята, кто это стучит? (*Вносится игрушка Незнайка)*

*Незнайка:* - Здравствуйте, ребята! Я хочу поговорить с вами о витаминах. Вы любите витамины? (*ответы детей) Я*тоже!

*Воспитатель*: - Кто дает вам витамины? (*Ответы детей).*

*Воспитатель*: - А где же мама, бабушка их покупают? (*Выслушать, и обобщить ответы детей).*

*Воспитатель:*- Незнайка, ребята, а вы знаете что витамины не только продаются в аптеке в красивой упаковке, но и содержатся в продуктах, которые мы едим.

*Воспитатель*: - Ребята, посмотрите, что это у меня? *(обратить внимание детей на муляжи овощей и фруктов*) (*ответы детей*) .

*Воспитатель*: - А вы знаете, сколько витаминов в них содержится? *(ответы детей*).

*Воспитатель*:  - Поднимите, пожалуйста, руки те, кто любит морковку. Молодцы! А теперь хлопните в ладоши те, кто любит лимон. Молодцы! Пожалуйста, топните ножкой те, кто любит апельсины. Вот молодцы!

От простуды и ангины  
 Помогают апельсины!

Ну, а лучше съесть лимон,

Хоть и очень кислый он.

Ешь побольше апельсинов,

Пей морковный вкусный сок,

И тогда ты точно будешь

Очень строен и высок.

Нет полезнее продуктов —

Вкусных овощей и фруктов.

*Воспитатель*: - Ребята, мы сейчас с вами попробуем наши витамины на вкус и с закрытыми глазками определим, что же это за фрукт. (*Пробуем яблоко, банан и лимон, а дети их называют и описывают вкус*).

Если хочешь быть здоровым,

Правильно питайся.

Ешь побольше витаминов

И с болезнями не знайся.

*Воспитатель*: - Теперь и вы ребята, и ты Незнайка знаете сколько пользы от витаминов! Поэтому ешьте фрукты и овощи, чтобы не болеть, расти здоровыми и умными!

**Приложение №2.**

**НОД по теме «Азбука здоровья»**

*Цель*: дать начальные представления о гигиенических основах безопасной жизнедеятельности;воспитывать привычку заботиться о своём здоровье;развивать самостоятельность в определении необходимости мытья рук;активизировать речь детей, расширять словарный запас.

*Материал:*мягкая игрушка Незнайка,сюжетные картинки по теме.

*Ход беседы:(вносится мягкая игрушка Незнайка).*

*Воспитатель*: - Здравствуй, Незнайка. Что опять произошло? Почему ты такой грустный?

*Незнайка*: - Я сегодня съел морковку и у меня заболел живот, поэтому мне грустно.

*Воспитатель*: - Ребята, как вы думаете, почему у Незнайки заболел живот? (Ответы детей).

*Воспитатель*: - Ребята, давайте объясним Незнайке, почему нужно мыть овощи и фрукты перед едой. (Рассуждения детей).

*Воспитатель*: - Да, вы правы: на овощах и фруктах находится много микробов. А что такое – микробы? (Ответы детей).

*Воспитатель*: - Микробы живут на руках и на всех окружающих нас предметах. А как они попадают в рот? (Ответы детей).

*Воспитатель*: - Посмотрите внимательно на свои руки. Вы видите микробов? (Нет). Почему? (Предположения детей).

*Воспитатель*:  — Да, конечно. Микробы мельчайшие организмы и их невозможно увидеть без специального увеличительного прибора — микроскопа, но попадая в организм, они наносят большой вред здоровью:

«Опасное животное микроб

Мечтает, чтоб попасть к ребятам в рот,

Чтоб горло заболело и живот,

А он себе спокойненько живет».

*Воспитатель*: - Ребята, давайте поиграем в игру и научим Незнайку, как можно спастись от микробов.

***Игра «Любит — не любит»***

(*Дети отбирают карточки с изображениями, что полезно и вредно для здоровья*).

***Физкультминутка «Две лягушки»***

 На болоте две лягушки                        *Дети изображают лягушек.*

Две зеленые подружки.

Рано утром просыпались,                          *Потягиваются.*

Дружно умывались

Полотенцем растирались.                          *Выполняют движения*

Влево вправо наклонялись                         *по тексту.*

И обратно возвращались

Вот здоровья в чем секрет

Всем друзьям Физкульт — привет.

*Воспитатель*: - Все болезни у ребят от микробов, говорят,

Чтоб всегда здоровым быть - надо руки с мылом мыть.

*Воспитатель*: - Ребята, мы сейчас с вами напомним и покажем Незнайке когда нужно мыть руки и как это сделать!

*(Педагог показывает картинки с изображением тарелки, кошки, игрушек и т. д., а дети говорят когда мыть руки (перед едой, после прогулки, после общения с животными, после игр, после туалета). Затем все идут мыть руки).*

*Незнайка*: - Спасибо вам большое за науку, я теперь всегда буду мыть руки и микробы мне нипочём!

**Приложение №3.**

**Загадки и стихи на тему "Овощи и фрукты"**

**Загадки:**

1. Этот вкусный желтый плод

К нам из Африки плывет,

Обезьянам в зоопарке

Пищу круглый год дает. (**банан**)

1. Я — сладкий, рос на юге как солнышко в листве.

Оранжевый и круглый, я нравлюсь детворе. (**апельсин, мандарин**)

1. Все о ней боксеры знают  
   С ней удар свой развивают.  
   Хоть она и неуклюжа,  
   Но на фрукт похожа ... (**груша**)
2. Закопали в землю в мае

И сто дней не вынимали,

А копать под осень стали —

Не одну нашли, а десять!

Как ее названье, дети? (**картошка**)

1. Сто одежек, и все без застежек. (**капуста**)
2. Красна девица сидит в темнице, а коса на улице. (**морковь**)
3. Он совсем-совсем зеленый

И овальный, удлиненный.

Помидора верный брат,

Тоже просится в салат.

Догадался? Молодец!

Ну, конечно ... (**огурец**)

### Стих о свекле:

Без свеклы борща не сваришь,  
Винегрет не приготовишь.  
Этот овощ нам товарищ  
И салатом быть готовый.

В любом виде, в разных блюдах  
Он покажет свою удаль —  
Не капризный корнеплод,  
Пусть на радость нам растет.

**Стих "Витамины роста":**

  Кто редиску уважает?

Кто редиску обожает.

Очень быстро тот растёт! —

Побежали в огород,

Там в большие миски

Нарвали мы редиски.

Попадёт она на зуб,

Только слышно : ХРУП, ХРУП.!

И взрослея с каждым днём,

Мы растём! РАСТЁМ! РАСТЁМ!

Хочешь подрасти?

Так это просто!

Витамины ешьте роста!

**Приложение №4.**

**Пальчиковая гимнастика: «Фрукты»** 

Самомассаж пальчиков (соединение пальчиков, начиная с мизинцев, в ладони зажат мячик-шарик, надо не уронить). Дети соединяют по одной паре пальцев на каждую стихотворную строку, при этом ладони не касаются друг друга.

На базар ходили мы, *(мизинцы)*  
Много груш там и хурмы, *(безымянные пальцы)*   
Есть лимоны, апельсины, *(средние пальцы)*Дыни, сливы, мандарины, *(указательные пальцы)*   
Но купили мы арбуз - *(большие пальцы)*   
Это самый вкусный груз. *(пальцы сжимают в кулак, зажимая шарик, большой отводят вверх)*

**Пальчиковая гимнастика:"Апельсин"**

Мы делили апельсин;  
Много нас, а он один.  
*На каждое слово сжимают  пальцы рук в кулачок.*  
Эта долька – для ежа,  
Эта долька – для стрижа,  
Эта долька – для утят,  
Эта долька – для котят,  
Эта долька – для бобра,  
*Загибание пальчиков, начиная с большего.*  
А для волка – кожура.  
*Бросательное движение правой рукой.*  
Он сердит на нас беда!!!  
*Сжимают кулаки и прижимают их к груди.*  
Разбегайтесь кто куда!!!  
*Бегут пальцами по столу.*

**Пальчиковая гимнастика:"Овощной суп"**

Хозяйка однажды с базара пришла,  
Хозяйка с базара домой принесла.  
*«Шагают» пальчиками по столу.*  
Картошку, капусту, морковку,  
Горох, петрушку и свеклу. ОХ!  
*На каждое название загибают пальчик.*  
Вот овощи спор завели на столе –   
Кто лучше, вкусней и нужней на земле.  
*Удары по столу кулачками и ладонями*  
Картошка, капуста, морковка,  
Горох, петрушка и свекла. ОХ!  
*На каждое название загибают пальчик.*  
Хозяйка тем временем ножик взяла  
И ножиком этим крошить начала  
*Стучат ребром ладони по столу.*  
Картошку, капусту, морковку,  
Горох, петрушку и свеклу. ОХ!  
*На каждое название загибают пальчик.*  
Накрытые крышкой, в душном горшке  
Кипели, кипели в крутом кипятке  
Трем кулачками друг о друга.  
Картошка, капуста, морковка,  
Горох, петрушка и свекла. ОХ!  
*На каждое название загибают пальчик.*  
И суп овощной оказался не плох.

**Физкультминутка "Божья коровка"**

1. Вокруг себя покружились

И в божьих коровок превратились                   *Кружатся*

1. Божьи коровки, покажите ваши головки,

Носики, ротики, крылышки –

ручки, ножки, животики                   *Показывают названные части тела*

1. Божьи коровки,

поверните на право головки,

Божьи коровки,

поверните на лево головки,                   *Повороты головой вправо, влево*

1. Ножками притопните,

крылышками хлопните                         *Топают ногами. Хлопают руками*

1. Друг к другу повернулись

И мило улыбнулись                     *Поворачиваются, улыбаются, садятся*

**Физкультминутка «Две лягушки»**

 На болоте две лягушки                        *Дети изображают лягушек.*

Две зеленые подружки.

Рано утром просыпались,                          *Потягиваются.*

Дружно умывались

Полотенцем растирались.                          *Выполняют движения*

Влево вправо наклонялись                         *по тексту.*

И обратно возвращались

Вот здоровья в чем секрет

Всем друзьям Физкульт — привет.

**Приложение №5.**

**НОД по теме «Здоровье – волшебная страна»**

*Цель:* формировать у детей младшего дошкольного возраста общее представление о здоровье как ценности, о которой требуется непрерывно заботиться. Воспитывать намерение уделять внимание своему здоровью. Развивать творческую фантазию и умение воспроизводить свой замысел в рисунке.

*Материал*: игрушка Незнайка, сюжетные картинки с изображением двух медвежат: один медвежонок веселый, здоровый, второй — грустный, неаккуратный, с перевязанной рукой; белый лист бумаги, клей, шаблон счастливого медвежонка, картинки бочонка с мёдом, фруктов, ягод и грибов, на каждого ребёнка, а также единичный шаблон грустного медвежонка, картинки: чипсы, кока-кола, картофель фри, колбаса.

*Ход НОД (слышится стук в дверь)*:

*Воспитатель*: - Ребята, кто это стучит? (*вносится игрушка Незнайка)*Н*езнайка:* - Здравствуйте, ребята! Я хочу поговорить с вами на очень важную тему — о здоровье. Как вы думаете, что же такое здоровье?*(суждения детей)*

*Незнайка: -*что же надо делать для того, чтобы быть здоровым?(*суждения детей*)

*Воспитатель:* -  Незнайка, ребята! Я хочу поведать вам о волшебной стране - здоровье. А помогут мне в этом мои друзья – медвежата. Одного зовут Здоровяк, а другого - Растяпа (обратить внимание малышей на персонажей). Посмотрите. Как вы думаете, кто из них Здоровяк, а кто Растяпа? *(Ответы детей).*

*Воспитатель:* - Я с вами согласна. Крепких, сильных, редко болеющих детей называют здоровяками. Посмотрите, как выглядит наш Здоровяк. У него румяные щеки, крепкая стройная фигура, мне кажется, что он занимается спортом, много гуляет на свежем воздухе, он соблюдает правила поведения на улице, ест только мытые фрукты и овощи и не забывает делать зарядку. И он, конечно, знает, какая еда полезная, а какая вредная для здоровья.

*Воспитатель:*- Ребята выберете из предложенных картинок полезную еду. *(Предлагаются картинки и дети выбирают).*

*Воспитатель:*- Ребята какие вы молодцы, а Растяпа видимо ест вредную еду и поэтому у него часто болит животик и он такой грустный? *(Суждения детей).*

*Воспитатель:*- Да, вы правы. Незнайка а еще для того, чтобы быть здоровым, необходимо делать зарядку, и мы с ребятами сейчас покажем тебе пример.

*Физкультминутка "Божья коровка"*

1. Вокруг себя покружились

И в божьих коровок превратились                   *Кружатся*

1. Божьи коровки, покажите ваши головки,

Носики, ротики, крылышки –

ручки, ножки, животики                   *Показывают названные части тела*

1. Божьи коровки,

поверните на право головки,

Божьи коровки,

поверните на лево головки,                   *Повороты головой вправо, влево*

1. Ножками притопните,

крылышками хлопните                         *Топают ногами. Хлопают руками*

1. Друг к другу повернулись

И мило улыбнулись                     *Поворачиваются, улыбаются, садятся*

*Воспитатель:* - Ребята, расскажите Незнайке, каких людей мы называем здоровыми?

*Воспитатель:*- Больные люди как выглядят? Какие вы молодцы ребята!

*Воспитатель:*- Ребята, а теперь, чтобы Незнайка запомнил какая еда полезная, а какая нет, каждый из вас наклеит полезную еду для счастливого медвежонка. *(Каждый ребенок клеит для своего счастливого медвежонка полезную еду).*

*Воспитатель:*- Чтобы Незнайка смог запомнить, какая еда вредная, помогите мне наклеить её около грустного медвежонка. *(На общем плакате совместно воспитатель с детьми клеит грустного медвежонка и вредную еду).*

*Воспитатель:* - Итак, теперь и Незнайка, и мы знаем, что существует полезная и вредная еда. Здоровье - это волшебная страна. Это то, что нужно беречь всегда, это самое большое богатство для каждого человека. Здоровье - это когда ты весел, когда у тебя все получается, когда у тебя нет температуры и ты можешь ходить в садик, гулять на свежем воздухе, кататься с горки, когда у тебя ничего не болит. Здоровье нужно всем — и детям, и взрослым, и даже животным. Вы со мной согласны? Мне кажется, что Незнайка всё запомнил и нам пора с ним прощаться.

*Прощание с Незнайкой и анализ работ.*

**Приложение №6.**

**Консультации для родителей:**

**Приобщайте дошкольников к здоровому образу жизни**

Уважаемые родители!

Если вы хотите, чтобы ваш малыш рос здоровым и крепким ребёнком, ему необходимо чётко соблюдать, продуманно составленный, соответствующий возрастным особенностям, режим дня. Возникновение благоприятных условий для всестороннего развития малыша осуществляется лишь тогда, когда он обретает привычку в одно и то же время принимать пищу, ложиться спать, активно действовать. Распорядок дня должен быть достаточно гибким. Его можно изменять (но не более чем на 30 минут в ту или иную сторону), в зависимости от обстоятельств (время года, индивидуальные особенности ребёнка, домашние и другие).

Каждое утро вашего ребёнка должно начинаться с зарядки, которая проходит совместно с другими членами семьи в эмоционально приподнятом настроении.

По окончании утренней гимнастики малышу необходимо принимать водные процедуры, то есть закаляться водой. Начинать необходимо с умывания, обтирания, затем перейти к обливанию или прохладному душу. Водные процедуры нужно осуществлять регулярно, в одно и то же время, заранее настроив малыша. Понижать температуру воды следует поэтапно, учитывая возрастные особенности ребёнка, его самочувствие, тип процедуры.

Одним из основных элементов образа жизни и поведения детей младшего дошкольного возраста является двигательная активность, которая зависит от степени двигательной готовности детей, персональных особенностей, конституции тела и функциональных возможностей развивающегося организма. Дошкольники, которые регулярно занимаются физической культурой и спортом, выделяются задорностью, жизнелюбием и выносливостью. Немаловажное место в воспитании малышей занимает двигательная деятельность, а приобщать младших дошкольников к здоровому образу жизни должны в первую очередь родители.

* Перед сном необходимо пообщаться с малышом: рассказать о том, как вы его очень сильно любите, какой он у вас самый лучший, умный и добрый; при этом ласково, поглаживая его по спине и целуя.
* Немаловажно проследить за пробуждением малыша: оно должно быть неторопливое, постепенное (ребёнку нужно пролежать в постели не меньше 8-10 минут; ни в коем случае нельзя устанавливать будильник рядом с детской кроваткой).
* В благоприятной атмосфере необходимо проделывать с малышом водные гигиенические процедуры. А затем и утреннюю зарядку провести, в хорошо проветренной комнате, желательно под музыкальное сопровождение.
* Желательно до завтрака предложить малышу выпить бокальчик свежевыжатого сока из фруктов или овощей. Завтрак должен быть приготовлен из продуктов, богатых белками, лёгкими углеводами, витаминами, минералами и микроэлементами.
* Для профилактики простудных заболеваний возможно использование в виде добавки к первым блюдам чеснока и зеленого лука.
* Очень важно приобретать для малыша одежду из натуральных волокон, которая бы содействовала полноценному кожному дыханию и безупречному теплообмену.
* Следует объяснить малышу об необходимости смены спортивной формы по окончании двигательной деятельности на повседневную.
* Пояснить малышу причину, почему сразу после двигательной активности не следует употреблять прохладную воду.

 Активное совместное времяпрепровождение:

1. Благоприятствует упрочнению семьи.

2. Развивает у малышей высоконравственные качества, любознательность и наблюдательность.

3. Способствует приобщению малышей к изумительному миру природы, воспитывая у них интерес и заботливое отношение к представителям живой природы.

4. Совершенствует у ребят начальные представления об истории малой Родины, устоях и культуре нашего народа; расширяет круг интересов дошкольников.

5. содействует сплочению семьи (малыши ощущают приобщение к совместной деятельности, и живут одними проблемами с родителями).

Только в совместной досуговой деятельности у взрослых и малышей зарождается такое взаимопонимание, о котором часть родителей могут только мечтать.

Желаем успехов!

**Приложение №7.**

**Консультации для родителей:**

**Родители, играйте с детьми в подвижные игры!**

Подвижные игры соответствуют потребностям растущего организма детей в движении, гораздо в большей степени, чем все другие формы физической культуры. Игра чаще всего вызывает эмоциональный подъем, она связана с личной инициативой, творческой фантазией и отвечает всем законам развивающегося организма дошкольника, а потому всегда желанна. Игра становится главной жизненной потребностью малышей, к удовлетворению которой они сами очень стремятся.

В подвижных играх используются свободные, непринуждённые движения, которые благоприятствуют физическому развитию детей, а также активизируют работу головного мозга, а, значит, всех органов и систем. В играх у дошкольников воспитываются необходимые им в дальнейшей жизни качества и прикладные навыки, развивается чувство коллективизма и дисциплинированности, умение владеть собой в различных ситуациях, раскрываются заложенные в детях личностные возможности.

В совместных подвижных играх между детьми и их родителями возникает взаимопонимание и дружеские отношения, которые предотвратят многие неприятности и беды в последующей жизни.

Отмечено, что если включить подвижные игры в комплексное лечение малышей абсолютное выздоровление и восстановление их жизненных сил при самых разных болезнях и состояниях наступает гораздо быстрее.

Ряд подвижных игр, которые можно применить для дома:

*Игра "Солнечный зайчик"*

Цель: формировать умение дошкольника ориентироваться в пространстве, концентрировать внимание и развивать ловкость.

Ход игры: возьмите фонарь и покажите ребенку, как от него на стене появляется желтое пятно: «Это солнечный зайчик». Предложите ребенку поймать ладошками «зайчика». Если «зайчик» окажется на полу – его можно ловить ногами.

*Скачут побегайчики*

*Солнечные зайчики,*

*Мы зовем их — не идут,*

*Были тут — и нет их тут.*

*Прыг, прыг по углам,*

*Были там — и нет их там.*

*Где же зайчики? Ушли,*

*Мы нигде их не нашли.*

*(А. Бродский)*

*Игра «Кот и мыши»*

Цель: формировать умение дошкольников бегать легко и свободно, на носках, не толкая друг друга; ориентироваться в пространстве, изменять движения по сигналу педагога.

Ход игры: малыши – «мышки» располагаются на стульчиках (в норках). Напротив, в другой стороне комнаты спит «кот». Мышки бегают, веселятся, резвятся. «Котик» пробуждается ото сна, мяукает и старается поймать «мышек», которые стремительно разбегаются и укрываются в «норках». Тех «мышек», которых «котик» умудряется поймать, уводит с собой.

*Игра «Лохматый пёс».*

Цель: формировать умение ребят двигаться в соответствии с текстом, живо изменять направление движения, бегать, стремясь не попасться ловящему и не толкать друг друга.

Ход игры: малыши располагаются на одной стороне комнаты, а взрослый – «пёс», на другой. Затем ребятишки приближаются к собачке, произнося слова стихотворения:

Вот лежит лохматый пес,

В лапы свой уткнувший нос,

Тихо, смирно он лежит,

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим

И посмотрим: «Что-то будет?»

По окончании текста, пёс поднимается и громко лает. Малыши разбегаются в разные стороны от ловящего их пса, который пытается поймать деток и увести к себе. После того как ребята укроются в «домиках», пёсик возвращается на своё место. Игра возобновляется.

Желаем успехов! Приятно и с пользой провести время со своим малышом!