

**Отчет**  
**по реализации проекта**  
**«Здоровый малыш» в группе ОРН 2-3 лет №2**

*Подготовила:*  
*Осколкова Яна Владимировна,*  
*Воспитатель,*  
*МАДОУ ДС №15 «Солнышко»,*  
*Г. Нижневартовск*

Проект «Здоровый малыш» проводился с октября по ноябрь 2017 года.

В проекте приняли участие: 100% воспитанников ОРН 2-3 лет №2, 70% родителей группы.

После завершения проекта все цели и задачи были выполнены:

- У детей сформированы первоначальные основы здорового образа жизни;
- Сформированы знания умения и навыки у детей, необходимые для сохранения и укрепления здоровья;
- В группе была создана здоровье-сберегающая среда;
- Был использован выращенный лук в «Огороде на окне»;
- Были привлечены родители.

С детьми проводились различного рода гимнастики (утренняя, дыхательная, после сна, артикуляционная), были использованы массажные коврики. Были проведены: сюжетно-ролевая игра "Овощной магазин»; подвижная игра «Горошины», «Собирай урожай»; пальчиковая гимнастика "Салат", "Каша".

Были проведены беседы: «Зачем нам нужны фрукты и овощи»; "Что такое витамины"; "Зачем нужно правильно питаться?"

Дети совместно с родителями в домашних условиях высаживали зеленый лук. В группе ребята самостоятельно под присмотром воспитателя ухаживали за посадками. После сбора урожая зеленый лук был добавлен и применен в пищу.

В результате: - посещаемость повысилась на 18%, заболеваемость снизилась на 3% .

Конкурсы:

- 1) Международный профессиональный конкурс для педагогов "Здоровьеформирующие и здоровьесберегающие технологии в условиях ДОУ" (Лауреат III степени);
- 2) Всероссийский конкурс «Лучшая здоровьесберегающая технология» (1 место)

Дети совместно с родителями сажали лук:



Ухаживали в группе за посадками:



Свежие витамины добавляли в еду :



**Пальчиковая гимнастика «Капуста»**  
Мы капусту рубим рубим, рубим рубим  
Мы капусту солим солим, солим солим  
Мы капусту трем трем, трем трем  
Мы капустку ждем ждем, ждем ждем

**Пальчиковая гимнастика «Каша»:**  
Как в кастрюле каша прела и шипела, и пыхла, (дети водят указательным пальцем правой руки по ладони левой)  
К нам в тарелку захотела (прижимают ладони ребром друг к другу и протягивают их вперед)  
К каше масло подадим, (хлопают одной ладонью по другой)



Всех знакомых угостим. Приготовьте ложки, *(протягивают руки вперед)*



**Хождение по ребристым дорожкам  
(нестандартное оборудование):**



**Беседа «Зачем нам нужны фрукты и овощи»**



**Конспект беседы «Зачем нам нужны фрукты и овощи»**

Вчера Кукла – мама рассказывала, что ее дети стали чаще болеть, им не хватает витаминов. Витамины очень нужны детям для укрепления организма. Её дети их очень любят. Витамины вкусные, красивые.

- А вы, ребята, пробовали витамины?
- Витамины бывают не только в таблетках.
- А в каких продуктах есть витамины?

Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д.

А сейчас послушайте в каких продуктах они содержатся и для чего нужны.

**Витамин А** — морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

**Витамин В** — мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

**Витамин С** — цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

**Витамин Д** — солнце, рыбий жир (для косточек).

Сейчас я вам буду показывать картинки, а вы мне будете говорить, что на них изображено, и мы с вами узнаем в чем же содержится большое количество витаминов!

(Показываю по очереди изображение овощей и фруктов, а дети называют не только само название, но и отвечают на вопросы: какой (цвет, форма, вкус)),

*Лимон – желтый, сочный, кислый, овальный;*

*Апельсин – оранжевый, круглый, сладкий, сочный;*

*Груша – сладкая, желтая, сочная, твердая;*

*Яблоко – сладкое, красное, сочное, круглое;*

*Слива – синяя, овальная, сладкая, сочная;*

*Персик – круглый, сочный, розовый, сладкий.*

Ой,. К нам кто-то идет! Кто это ребята? (Открывается дверь, в гости к ребятам пришла кукла Аленка).

**Кукла Аленка:** Ребята, здравствуйте! Я слышала, что вы часто болеете? А вот я нет! А знаете почему? Вот послушайте!

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, Б, С.

Очень важно спозаранку,

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам

И не только по утрам.

Помни истину простую

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую,

Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины помогают апельсины.

Ну, а лучше съесть лимон

Хоть и очень кислый он.

### Загадки, Стихи об овощах и фруктах:

Здесь весною было пусто, Летом выросла ( <i>капуста</i> )	Собираем мы в лукошко Очень крупную ( <i>картошку</i> )	От дождя земля намокла- Вылезай толстушка.... ( <i>свёкла</i> )
Из земли за чуб плутовку Тянем сочную.... ( <i>морковку</i> )	Помогает деду внук Собирает с грядок.... ( <i>лук</i> )	Вот зелёный толстячок- Крупный, гладкий.... ( <i>кобачок</i> )
И красавец, великан- Тёмно синий.... ( <i>баклажан</i> )	А теперь пойдём мы в сад Там созрел уж.... ( <i>виноград</i> )	
Дидактическая игра «Доскажи словечко»		
У <b>морковки</b> красный носик,	Как у бабушки на грядке	Очень красная <b>морковка</b> ,

<p>Сочный, вкусный, сладкий плод. А зелёный пышный хвостик Украшает огород.</p>	<p>Вырос овощ очень сладкий, Проведем мы тренировку – Кто быстрее сгрызет <b>морковку</b></p>	<p>От морковки много толка: Витамины, сок и вкус – Кушай смело карапуз!</p>
<p>Поливаю, поливаю От ботвы до корешков. Пусть растут, скорей носищи Для моих снеговиков.</p>	<p>Блеск на коже атласной. Стоп! На грядке – светофор! Это светит ярко-красный Сочный спелый <b>помидор</b></p>	<p>Почему меня сорвали и томатом обозвали? Что за шутки, что за вздор? Я – весёлый <b>помидор</b>!</p>
<p>Он круглый и красный Как глаз светофора Среди овощей Нет сочней <b>помидора</b>.</p>	<p>Говорят, ты острый, <b>перец</b>, Что, и вправду ты как нож? Ну, не веришь, так не веришь... Надкуси, тогда поймёшь!</p>	<p>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 <b>фруктов</b>.</p>