

*Группа раннего  
возраста №6*

*Проект:  
"Закаливание  
детей раннего  
возраста."*





## АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

*Закаливание-это система мероприятий,направленных на повышение устойчивости механизмов защиты и приспособления организма ребёнка ко многим факторам внешней среды.*

*Закаливание детей раннего возраста является важным фактором,способствующим укреплению здоровья малышей.*

*Закаливание-один из наиболее эффективных методов повышения сопротивляемости детского организма резким колебаниям температуры воздуха и,что особенно важно,так называемым простудным заболеваниям.*

*Основной принцип закаливания-постепенное воздействие на организм тренирующих факторов,выработка выносливости к нарастающим по силе и длительности воздействия.*



## Цель проекта:

1. Создать условия для укрепления и сохранения здоровья детей.
2. Развивать основные движения, предупреждать утомление.
3. Выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся средой. Способность организма приспосабливаться к определённым условиям внешней среды вырабатывается многократным повторением воздействия того или иного фактора и постоянного повышения его дозировки.
4. Формирование здорового образа жизни, гармоничное воспитание здорового, физически крепкого поколения.





## ЗАДАЧИ:

1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей в дошкольном учреждении.

2. Формировать у детей навыки здорового образа жизни, содействовать полноценному физическому развитию.

3. Воспитывать у детей потребность в самостоятельной двигательной активности.

4. Закладывать основы будущей личности

\* Воспитывать у детей уверенность в самих себе и своих возможностях, развивать активность, самостоятельность.

\* Закладывать основы доброжелательного отношения детей к взрослым.

\* Закладывать основы доброжелательного отношения друг к другу.

Пробуждать у детей эмоциональную отзывчивость к эстетической стороне окружающей действительности.

## Участники проекта

Воспитатели

Дети(возраст от 1.6 до 2-х лет)

Родители

Продолжительность проекта

длительный(2 года)





## *Основные направления реализации*

- \*Индивидуальный подход к ребёнку*
- \*Создание предметно-развивающей среды*
- \*Контроль за физическим состоянием ребёнка*
- \*Контроль за здоровьем детей*



## *Предполагаемый результат*

*Общий эмоциональный фон стал положительным, снизилась тревожность, дети проявляют активность в познавательной и игровой деятельности, свободно вступают в контакт со сверстниками и взрослыми. Настроение- жизнерадостное, спокойное, ребёнок нормально реагирует на окружающее.*

*Самочувствие-бодрое, ребёнок всегда готов к действию, активно участвует во всех играх и занятиях.*

*Утомляемость-нормальная, наблюдается умеренная усталость.*

*Аппетит-хороший, активно ест все предлагаемые блюда, во время еды не отвлекается.*

*Сон-спокойный, глубокий, засыпает быстро(через 5-10 минут), во время сна отмечается расслабление мышц, ребёнок не пробуждается от звука, света.*









# РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ



# *Воздушные ванны(с понижением температуры воздуха с 24 до 16 градусов)*





# Босохождение в носочках



# Босохождение без носочков





# *Босохождение без носков с корректирующей гимнастикой*



# Сухое обтирание с помощью варежки

*кисти рук*



*до локтя*





# *Сухое обтирание (до плеча, грудная клетка, ноги)*



# *Умывание в течении дня рук и лица с естественным просушиванием рук*







# *Влажное обтирание с помощью варежки (кисти рук, до локтя, до плеча)*







# *Дыхательная гимнастика*





# Горячее обтирание с помощью варежки (кисти рук, до локтя, до плеча )



# Ароматерапия(увлажнитель воздуха)





*Спасибо за  
внимание!*