**

*Взрослым кажется, что дети не заботятся*

*о своем здоровье: если за ними не смотреть,*

 *они выпадали бы все из окон, утонули бы,*

*попали бы под машины, поломали бы ноги и*

 *заболели бы воспалением легких и мозга*

*- и уж сам не знаю, какими еще болезнями.*

*Нет. Детям совершенно также,*

*как и взрослым, хочется быть здоровыми*

*и сильными, только детине знают, что*

*для этого надо делать.*

*Объясним им, и они будут беречься.*

*Я. Корчак*

 Современный мир ставит перед нами много новых проблем, среди которых самая актуальная - сохранение и укрепление здоровья детей. Важнейшими условиями здоровья физического были и остаются чистота, движение, питание.

 Очень важно помочь ребенку проникнуться уважением к своему телу, научить заботиться о нем, получать радость от красивых, координированных движений, соблюдать неспешность и аккуратность при приеме пищи. Целесообразно доносить эту информацию до ребенка, используя стихотворения, скороговорки, песенки и потешки.

Работая воспитателем несколько лет, наблюдая за детьми, мы пришли к выводу, что знакомя детей с окружающим миром: со своей семьей, с малой родиной, со своей страной, мы порой обходим не менее важное, чем все окружающее, это познание себя – строение своего тела, значение и функции организма, заботу о здоровье, укрепление его.

 Давая детям знания о строении своего тела, тем самым мы помогаем ответить на такие жизненно важные вопросы как «Кто я такой?», «Какой я ?». Поняв это, ребенок не только сможет назвать свое имя, фамилию, возраст, но и научится различать недостатки и достоинства, объективно оценивать свои возможности, на основе которых будет формироваться его социальное поведение.

Поэтому работа по формированию элементарных представлений о себе, строении своего тела должна начинаться в младшем возрасте.

Нами был разработан проект **«**Познать себя и быть здоровым», для детей младшего дошкольного возраста (3-4 лет), родителей и педагогов ДОУ.

**Тема проекта: «**Познать себя и быть здоровым».

**Актуальность проекта**.

1. Недостаточная сформированность у детей элементарных представлений о себе, строении своего тела, о своем здоровье, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

2. Недостаточное внимание родителей к формированию и укреплению здоровья ребёнка с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни.

**Новизна проекта:**

 Использование информационных компьютерных технологий, а также выстраивание системы взаимоотношений в координате ребёнок-взрослый, которая способствует развитию ребёнка как субъекта познания.

**Цели проекта:**

**-** Развитие наглядно – действенного мышления;

- стимулирование поиска новых способов решения практических задач (при помощи различных идей);

- создание в группе условий для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей.

**Задачи проекта:**

1. Создавать предметно – развивающую среду и условия для организации двигательной активности и закаливания детей, углублять знания о системе закаливающих процедур, о значимости естественно – природных условий.

2. Формировать культурно – гигиенические навыки; умения и знания о том, как правильно позвать взрослого на помощь в опасных для здоровья и жизни ситуациях.

3. Давать представления об элементарных правилах безопасного обращения с предметами в ванной комнате (дома), туалетной (в группе), за столом во время еды, в процессе одевания и раздевания (в спальне и раздевалке), игрушками в группе и на улице, о ситуациях, угрожающих здоровью.

4. Расширять знания детей о строении своего тела и необходимости ухода за ним.

5. Обучать детей элементарным здоровьесберегающим технологиям, безопасному поведению на улице, дома и в группе детского сада.

6. Повышать компетентность родителей по вопросам укрепления здоровья детей.

**Участники проекта.**

Дети, родители, педагоги МАДОУ «Детский сад № 80 комбинированного вида».

**Тип проекта:** Познавательный, по времени – долгосрочный. Работа по реализации педагогического проекта осуществлялась в течение 3 месяцев , во второй младшей группе.

**Место проведения:**

МАДОУ «Детский сад №80 комбинированного вида».

**Работа над проектом включает ряд этапов**:

1 этап – *организационный*

2 этап – *практический*

3 этап – *заключительный*

**Первый этап –** организационный.

* На первом этапе мною осуществлялось знакомство с методической литературой по здоровому образу жизни.
* Проводилась групповая консультация для родителей о целях и задачах внедряемого проекта. Дидактическое и методическое оснащение проекта.
* Проводился: мониторинг на тему «Формирование здорового образа жизни», анкетирование родителей; презентации проекта на родительском собрании.
* Составлен перспективный план работы в соответствии с педагогическими принципами, определенными ФГОС дошкольного образования.
* Создана здоровьесберегающая среда, обеспечивающая комфортное пребывание ребёнка в детском саду.
* Подбор тем консультаций и памяток для оформления родительских уголков.

**Второй этап –** практический.

На данном этапе были проведены мероприятия по реализации проекта с детьми. Привлечение к работе по реализации проекта специалистов (психолог, медсестра, инструктор по физкультуре)

 **Третий этап –** заключительный.

На заключительном этапе был проведён анализ полученных результатов.

Открытое мероприятие для родителей по результатам проведённой работы. Рекомендации родителям.

Анализируя полученные результаты, мы сделали ряд положительных выводов:

* Возрос интерес родителей к вопросам воспитания здорового ребёнка, появилась мотивация здорового образа жизни.
* В результате работы над проектом у детей сформированы первоначальные представления о себе как отдельном человеке, об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека; воспитана привычка к аккуратности и чистоте; дети знают , как позвать взрослого на помощь в опасных для жизни и здоровья ситуациях; детям привиты культурно – гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания;
* родители стали принимать активное участие в мероприятиях и совместной деятельности;
* Создан блок нестандартного оборудования: массажеры, дорожки здоровья, картотеки опытов «Моё тело», дидактические игры, фотоальбомы «Так привыкли мы к порядку»;

Опыт моей работы представлен единой системой работы по внедрению проектной деятельности в образовательный процесс это:

* познавательными занятиями: «Нос, умойся», «Уши» (по стихотворению Э.Мошковской), «Радость выглядеть опрятным», «Радость режима дня», «Радость умывания», «Кукла Таня моется»;
* беседами с детьми: «Части тела человека», «Руки», «Ноги», «Глаза», «Нос», «Голова», «Рот и зубы», «Язык и губы», «Как беречь части тела?»;
* дидактическими играми: «Правила личной гигиены», «Загадки о предметах личной гигиены»;
* играми – экспериментами: «Чистящая вода», «Мокрые рукава и полотенце», «Грязные и чистые руки», «Что отражается в зеркале?», «Путешествие в страну одежды»;
* играми этюдами: «Купание», «Я сама!», «Уши»;
* конспектами непосредственно образовательной деятельности, развлечениями, праздниками;
* чтением художественной и научно-популярной литературы: А. Барто, С.Михалков, К.Чуковский, потешки, пословицы, В.Деркунская («Образовательная область «Здоровье»), Е.Комаровский (« Здоровье ребёнка и здравый смысл его родственников»);
* Изучением плакатов: «Строение человека», «Безопасное поведение дома и в детском саду».
* консультациями  родителям;

 Опытом работы   могут воспользоваться в практике  воспитатели дошкольных образовательных учреждений.  Разработки и презентации мероприятий, конспектов размещены на сайте образовательного учреждения,   на моих личных мини-сайтах: nsportal, МААМ. ru.

В заключение, я хочу обратиться к высказыванию замечательного педагогаА.В. Сухомлинского: *«Забота о здоровье это важнейший труд педагога. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы…»*

 **Список литературы.**

1. Алямовская В.Г. Ясли – это серьезно. М., 2001.
2. Алямовская В.Г. и др. Ребёнок за столом: Метод. Пособие по формированию культурно – гигиенических навыков. М., 2005.
3. Конкевич С.В. Социально – нравственное воспитание дошкольников в формировании представлений об этикете. СПБ., 2013.
4. Курочкина И.Н. Этикет для детей и взрослых. М., 2001.
5. Печера К.Л. и др. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях. М., 2002.