ПРОЕКТ "Быть здоровыми хотим!"

**вторая группа раннего возраста**

МБДОУ «Д/с комбинированного вида

«Красная шапочка»

Гусева О.В.

**Актуальность.**

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно - оздоровительной работы. Образовательная область физическое развитие требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте.  
В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

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

**Обоснование проблемы**:  
**1**. Родители не достаточно уделяют внимание физическому развитию детей (охрана и укрепление здоровья), воспитанию культурно-гигиенических навыков у детей.  
**2.** Недостаточно знаний у детей о культурно-гигиенических навыках, о здоровом образе жизни.  
  
**Тип проекта:**  познавательно-оздоровительный  
**Вид проекта**: долгосрочный (декабрь – май 2016-2017 год)  
**Участники проекта:** дети второй группы раннего возраста, педагоги, родители.  
**Цель:** оздоровление детей, формирование основ здорового образа жизни и культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.  
**Задачи:**  
**1.**Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.  
**2**. Формирование представлений о здоровом образе жизни.  
**3.** Воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование представлений о правилах личной гигиены.  
**4**. Развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности дошкольников.  
**5**. Активизировать словарь: здоровье, здоровый образ жизни, зарядка, физкультура, правила, личная гигиена.  
**6**.Укрепить связи между детским садом и семьёй, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

**Ожидаемые результаты**:

**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.  
**4**.Активизирован и обогащен словарный запас детей по теме.  
**5**.С удовольствием рисуют, лепят, играют в разные игры.  
**6**.Участие в совместной деятельности родителей.  
**Продукт проектной деятельности**: Оформление в группе уголка здоровья, создание картотек различных гимнастик (дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, физкультминутки), подвижных игр.

**Реализация проекта:**

**1 этап - Подготовительный этап**

Составление плана реализации проекта

Составление конспектов непосредственной образовательной деятельности.

Подбор стихов, песен, малых форм русского фольклора.

Подбор книг, иллюстративного материала и репродукций картин.

Подбор дидактических игр.

Подбор музыкального репертуара.

Привлечение родителей к текущему проекту.

**2 этап - Практический**

**Работа с детьми:**  
***Оздоровительные мероприятия****(ежедневно в режимные моменты):*  
- Утренняя гимнастика;  
- Физкультминутки;  
- Дыхательная гимнастика;  
- Пальчиковая гимнастика с предметами, с проговариванием стихотворных форм.  
***Закаливающие мероприятия****(ежедневно)*  
- Воздушные ванны, гигиенические процедуры.  
- Хождение босиком по массажным дорожкам;  
- Самомассаж стоп и рук.  
***Профилактические мероприятия***- Витаминизация;  
- Облегчённая одежда в помещении и на улице;  
- Профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам и др.);  
- Гимнастика для глаз

***Сюжетно-ролевые игры*** «Семья», «Больница», «Парикмахерская», «Собираемся на прогулку», «Игрушки у врача» и другие;  
***Дидактические игры и упражнения***, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Оденем куклу на прогулку», «Уложим куклу спать», «Купание куклы», «Кормление куклы Кати», «Водичка, водичка »,  
«Вымой руки», «Сервируем стол», «Делаем причёску», «Серый котик умывается», «Я скажу, а ты покажи», «Определи на вкус» и другие.  
***Беседы*** с детьми «Полезная и вредная пища», «Знакомимся со своим организмом», «Полезные продукты – овощи и фрукты», «Зачем необходима зарядка», «Правила личной гигиены», «Секреты здоровья»  
 ***Чтение художественной литературы*** (К.Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»), русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме «ЗОЖ», «КГН»;  
- ***Рассматривание материала*** по теме « Зимние забавы», «Предметы личной гигиены», «Если хочешь быть здоров», «Вредные привычки», «Как правильно пользоваться носовым платочком».   
- ***Подвижные игры*** «Поймай комара», «Мыши и кот», «По ровненькой дорожке», «Наседка и цыплята», «Попади в круг», «Найди свое место» и другие;

***Опытно-экспериментальная деятельность*:** «Грязные ручки - чистые ладошки»

**Работа с родителями:**

- анкетирование родителей.

- консультация «Помогите ребёнку укрепить здоровье», «Роль семьи в формировании здорового образа жизни».  
- беседы с родителями по профилактике заболеваемости.  
- памятка для родителей «Правила мытья рук», «Профилактика кишечных инфекций», «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 2 - 3 лет», «Части тела»;  
- советы родителям по формированию культурно-гигиенических навыков, по проведению утренней гимнастики, по организации двигательной активности, по организации правильного питания;  
- рекомендации «Примерные рекомендации по закаливанию детей», «Растим детей здоровыми ».

- заучивание с детьми потешек, песенок по теме проекта; -изготовление пособий для физкультурного уголка;

-родительское собрание «Воспитание и привитие культурно-гигиенических навыков и самообслуживания»

**3 этап - Заключительный**

**Итог работы:**

- фильм – презентация о проделанной работе.

- Обогащение уголка физической культуры

- Развлечение (физкультурное) «Петушок – золотой гребешок»

- Создание совместно с родителями журнала «Песенки, потешки - помощники в воспитании детей»