**МДОУ «Детский сад №22 комбинированного вида»**

**Краткосрочный проект**

**«Быть здоровыми хотим!»**

(для детей младшего дошкольного возраста)

Подготовили:

Семакина З.Д.

Сысуева Н.П.

Саранск, 2019

**Актуальность**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье и детском саду на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

**Цель:** начальное формирование основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.

**Задачи проекта:**

**Для детей:**

**Образовательные**:

- формировать навыки здорового образа жизни, первоначальные простейшие представления о себе;

- обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания и их полезных свойствах, о культурно-гигиенических навыках.

**Развивающие:**

- развивать интерес детей к здоровому и безопасному образу жизни через разнообразные формы и методы работы;

- развивать логическое мышление, речь, умение делать выводы.

**Воспитательные:**

- воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания.

**Для родителей:**

- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу укрепления здоровья ребенка;

- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

**Ожидаемые результаты**  **у детей:**

- оптимальное функционирование организма и повышение адаптивности к неблагоприятным факторам внешней среды;

- сформированность основ здорового и безопасного образа жизни, полезных привычек;

- повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.

**У родителей:**

-  Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья;

- активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ.

**Участники проекта:**

- дети 2 младшей группы;

- воспитатели;

- родители воспитанников;

- музыкальный руководитель;

- инструктор по физической культуре.

**Тип проекта**: познавательно-творческий.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный *(декабрь-январь 2019 г.)*

**Возраст детей:** 3-4 года.

***Программа выполнения работы по проекту***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема: «Быть здоровыми хотим!»** | **Формы работы** | **Работа с родителями** |
| * «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу! * «Витамины для Белочки» * «Как работает мой организм», «Как нужно ухаживать за собой, чтобы не болеть», «Для чего нужна зарядка», «Микробы-невидимки». * «Аптека», «Больница», «Кукла заболела» * «Опыты со снегом и сосульками (качество талой воды)». Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами. * «Больница для зверят» * С. Прокофьев «Румяные щечки», К. Чуковский «Доктор Айболит», Н. Саконская «Где мой пальчик», С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», А. Боске «Для чего нужны глаза», И. Демьянов «Для чего нужны ножки», р.н.с. «Петушок и бобовое зернышко». * «Водичка, водичка... », «Кран откройся! Нос, умойся! », «От водички, от водицы все улыбками искрится! ». * «Поможем Айболиту», «Оденем куклу на прогулку», «Полезно - вредно», «Найди и назови полезные продукты», «Видим, слышим, ощущаем», «Витаминная семья». * «Любопытный язычок», «Улыбка», «Вкусный мед» * «Витамины я люблю», «У меня есть голова», «Моем руки чисто – чисто» * «Делай вот так!», «Надуй шарик», «Вырасти большой», «Снегопад». * «Глазкам нужно отдохнуть», «Самолет», «Бабочка». * «Воробушки и автомобиль», «По ровненькой дорожке», «Попади в цель», «Пузырь». * «Мы хотим быть здоровыми!», «Мы проснулись» * «Закаляемся», «Зарядка», «Зайка умывается», «Мойдодыр». * «Здоровью скажем:«Да» * «У нас в гостях доктор Айболит» | НОД по ФЦКМ  НОД по лепке  Беседы  Сюжетно-ролевые игры  Опытно – исследовательская деятельность  Строительная игра  Чтение художественной литературы  Заучивание потешек  Дидактические игры  Артикуляционная гимнастика  Пальчиковая гимнастика  Дыхательная гимнастика  Зрительная гимнастика  Подвижные игры  Гимнастика после сна  Физкультминутка  Утренняя гимнастика  Физкультурный досуг | Анкетирование на тему «Как берегут здоровье в вашей семье».  Фотовыставка «Первые шаги ребёнка к здоровью».  Консультация «Чистота – залог здоровья».  Совместный досуг «Мой весёлый, звонкий мяч».  Памятка  «Профилактика ОРВИ».  Изготовление фотоальбома «Мама, папа, я – здоровая семья!» |

**Литература:**

1. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программадошкольного образования /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.

2. Бондаренко А. К. Дидактические игры в детском саду. – М.: Просвещение,1991.

3. Голицына Н. С., Шумова И. М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей», Москва, 2008 г.

4. Лихачёва А. А. Встреча с Мойдодыром. // Дошкольное воспитание №9 – 2004.

5. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. – М.: Просвещение, 1997.

6. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» - М., «Сфера», 2008.