**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**Долгосрочный творческий проект**

**по здоровью сбережению**

**в младшей группе**

**«Здоровым быть здорово!»**

****

**Подготовила воспитатель:**

**МАДОУ «Бабочки»**

**Иванова. Н.А.**

**с. Бичура**

**Пояснительная записка**

Здоровье – это сложное понятие, которое включает характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. Здоровые дети - это основа жизни нации. Выдающийся педагог, автор «Педагогики Сердца» Я. Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они повыпадали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, повыбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься». Действительно, только мы, взрослые, можем научить детей следить за своим здоровьем, беречь его.

**Актуальность проекта**  
Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

**Проблема**  
К сожалению, в России здоровый образ жизни не занимает пока первое место в шкале потребностей и ценностей человека. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.  
Таким образом, проблема формирования у дошкольников культуры здоровья очень важна. От её решения зависит будущее нации и государства.

**Условиями реализации проекта являются**:

* Создание интереса у детей;
* Участие родителей и педагогов группы в реализации проекта;
* Разработка конспектов занятий, бесед по теме;
* Чтение художественной литературы, заучивание стихов, пальчиковых гимнастик, потешек;
* Продуктивные виды деятельности, труд;
* Рассматривание иллюстраций, наблюдения;
* Дидактические игры;  подвижные игры; ролевые игры-

ориентированы на развитие у воспитанников таких качеств как, осознать ответственность за свое здоровье.

**Цель проекта**: формирование начальных представлений о зож у детей младщего дошкольного возраста через использование здоровьесберегающих технологий

**Задачи проекта:**  
*Образовательные:*  
1. Дать представление о здоровом образе жизни.  
2. Продолжать знакомить с правилами личной гигиены.  
3. Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.  
*Развивающие:*  
1. Развивать культурно-гигиенические навыки у детей.  
2. Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур.  
3. Развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.  
*Воспитательные:*  
1. Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни.  
2. Воспитывать у детей желание заниматься физкультурой, спортом, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.  
3. Воспитывать у детей желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным.  
4. Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

**Общие сведения о проекте:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Наименование организации | Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение с. Бичура гр. «Бабочки» |
| 2 | Название проекта | «Здоровым быть здорово!» |
| 3 | Автор проекта | Иванова Наталья Александровна |
| 4 | Тип проекта | Познавательно - игровой |
| 5 | Продолжительность проекта | Долгосрочный (сентябрь-май) |
| 6 | По характеру контактов | Открытый, осуществляется внутри ДОУ, в контакте с семьей |
| 7 | Участники проекта | Дети второй младшей группы, воспитатели группы, родители (законные представители) воспитанников, медицинский работник ДОУ. |
| 8 | Образовательные области | - Социально-коммуникативное развитие  - Познавательное развитие  - Речевое развитие  - Художественно-эстетическое развитие  - Физическое развитие |

**Ожидаемые результаты:**

**Для детей:**

* Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.
* Совершенствование навыков самостоятельности у детей при соблюдении культурно-гигиенических процедур.
* Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни;

**Для педагогов:** будут удовлетворены проведенной работой и результатами проекта; собран и систематизирован весь материал по теме проекта;

**Для родителей:** у родителей появился интерес к образовательному процессу, развитию творчества, знаний и умений у детей, желание общаться с педагогом, участвовать в жизни группы.

**1.ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП**

* Подборка методического и дидактического материала.
* Подборка художественной литературы.
* Оформление папок-передвижек, консультаций, буклетов для родителей по теме проекта.
* Подбор пословиц, поговорок, загадок по теме проекта.
* Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме проекта и атрибутов к ним.
* Разработка анкеты для родителей: «Здоровый образ жизни в вашей семье».
* Привлечение родителей к реализации проекта.

**2.ОСНОВНОЙ ЭТАП**  
**Работа с детьми:**

* Утренняя гимнастика.
* Артикуляционная, пальчиковая, дыхательная гимнастика.
* Гимнастика пробуждения. Хождение по «Дорожке здоровья».
* Физкультминутки.
* Закаливающие процедуры.
* Подвижные игры в группе, на улице.
* Воспитание культурно-гигиенических навыков.
* Воспитание культуры поведения за столом.
* Образовательная деятельность по реализации проекта планировалась в соответствии с ФГОС ДО, т.е. с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, применялась интеграция образовательных областей:

|  |  |
| --- | --- |
| Образовательные области | Формы работы с детьми |
| Познавательное развитие | - Экскурсия по детскому саду «Кто заботится о детях в детском саду»;  -Ситуативный разговор «Где живут витамины?»;  -Рассматривание «Алгоритма умывания» при КГН  -Рассматривание картинок «Предметы личной гигиены»;  -Игра-лото «Здоровый малыш» (валеология)  - Лото «Овощи, фрукты и ягоды»  **-**Пазлы «Способы закаливания» |
| Речевое развитие | **НОД:**  -Рассматривание иллюстраций «Правила гигиены»  -«В гостях у Доктора Айболита»  -«Что нам скажет Мойдодыр»  -«Где искать здоровье»  **Беседы:**  -Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах.  - Беседа: «Кто такие микробы и где они живут?»  - Разучивание мирилок, пословиц о добре,  -Беседа: «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»  **Д/игры:**  - «4-й лишний»  -«Узнай на ощупь»  **Чтение худ.лит-ры:**  А.Барто «Девочка чумазая», К. Чуковского «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Федорино горе», С.Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала», И.Демьянова «Замарашка», Н.Павловой «Света любит шоколадки…», Т.Тониной «Мамин фартук».  **Потешки:**  Проговаривание потешек во время КГН: «Водичка-водичка», «Мыли мылом ушки, мыли мылом ручки», «Давай-ка с тобой закаляться, холодной водой умываться!», «Носик, носик! Где ты, носик?», «Кран откройся! Нос, умойся!» «Доктор, доктор, как нам быть: уши мыть или не мыть?» |
| Социально – коммуникативное развитие | -Ситуативный разговор о пользе утренней гимнастики.  -Беседа «Безопасность в группе»  **Дидактические игры:**  -«Правила чистюли»,  - «Уложим куклу спать»,  -«Назови части тела и лица»,  -«Что полезно, что вредно»,  -«Угадай по описанию»,  -«Угадай на вкус»  **Сюжетно – ролевые игры:**  -«Больница»,  - «Кукла Катя заболела»,  -«Угостим друзей полезным завтраком». |
| Художественно-эстетическое развитие | **Аппликации:**  **-**«Витамины растут на дереве»,  -«Оденем врача»,  -«Душистое мыло»,  -«Витаминный компот»  **Рисование:**  **-**«Шприц»,  -«Фрукты»,  - «Витамины»,  -«Спортивный инвентарь» |
| «Физическое развитие» | -Подвижные игры в группе и на улице;  -Физкультминутки, артикуляционные, пальчиковые, дыхательные гимнастики;  -Физкультурные занятия  - Утренняя гимнастика -Гимнастика пробуждения, хождение по «Дорожке здоровья». |

**Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников:**

* Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни в вашей семье».
* Консультация «Как правильно одеть ребёнка на прогулку».
* Консультация «Выходные с пользой для организма».
* Проведение опроса среди детей «Что такое здоровье?».

**Заключительный этап**

На третьем, заключительном этапе проводятся обобщение результатов работы:

* Оформление фото-газеты «ЗОЖ-это»
* Плакат «Быть здоровыми хотим»
* Выставка детских работ.
* Картотеки оздоровительных гимнастик.
* Создание альбома «Полезная еда»

**Итоговый продукт:**

* Выставка семейных фотогазет "Мы за здоровый образ жизни".

**Результат проекта**: Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей.

**Вывод**: С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через совместные мероприятия по формированию культуры здоровья у детей, сохранению и укреплению их здоровья, и использование интегрированного подхода в этом направлении.