МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ПОЧИНКОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №8

Проект

По формированию культуры здоровья

«**ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

Подготовила:

воспитатель

Пургина Е.И..

Починки 2020г.

Проект «Здоровый малыш!» - по формированию культуры здоровья

**«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ!»**

**Вид проекта**: информационно-творческий.

**Тип проекта**: познавательно-игровой.

**Сроки реализации:** краткосрочный .

**Участники проекта**: воспитатель, дети и их родители.

**ПРОБЛЕМА.**

Наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно-оздоровительной работы.

Дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья и как его сохранить и укрепить. На вопрос воспитателя: - Что нужно делать, чтобы не болеть?

Дети отвечают:

- Надо пить лекарства или таблетки.

Образовательная область здоровье 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.

**Цель**: формирование культуры здоровья у детей 3-4 лет; сохранение и укрепление здоровья детей; приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

*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.

**Ожидаемые результаты:**

• 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.

• Дети и родители имеют элементарные представления о ценности здоровья.

Этапы реализации:

**1 этап- организационный:**

Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

**2 этап – познавательно - исследовательский:**

Проведение тематических занятий, бесед, экспериментов, оздоровительных мероприятий.

**3 этап – практический:**

Разучивание: дыхательных гимнастик, упражнений, потешек, стихотворений, пальчиковых игр, пословиц. Лепка.

**4 этап- итоговый:**

Проведение интегрированного занятия «Путешествие в страну здоровья», родительское собрание по теме: «Здоровый образ жизни семьи», презентация проекта.

**Формы и методы реализации:**

Формы:

• Наблюдения;

• Беседы;

• Ситуативный разговор;

• Занятия;

• Чтение художественной и познавательной литературы;

• Рассматривание фотографий и иллюстраций;

• Подвижные и музыкальные игры;

• Гимнастики (утренние, дыхательные, после сна) ;

• Консультации (родителям) .

**Методы:**

• *Словесные:*

Беседа, чтение художественной литературы, стихотворения, рассказ воспитателя, потешки, пословицы, загадки.

• *Наглядные:*

Рассматривание фотографий и иллюстраций, картин, книг, показ воспитателем упражнений, гимнастик.

• *Практические:*

Продуктивная деятельность, оздоровительная деятельность, музыкальная деятельность, эксперименты.

*• Игровые:*

Дидактические игры, подвижные игры, пальчиковые игры, сюжетно- ролевые игры.

**ТЕМАТИКА НОД:**

**БЕСЕДЫ:**

• Как я буду заботиться о своем здоровье.

• Чистота – залог здоровья.

• Сон – это здоровье.

• Как уберечься от болезни.

• Как я буду закаляться.

• О здоровой пище.

• Полезно – не полезно.

• Кто такие микробы и где они живут?

• Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья.

**ЧТЕНИЕ:**

• К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе».

• С. Михалков «Про девочку которая плохо кушала».

• И. Демьянова «Замарашка».

• Стихотворение: «Что такое чистым быть? », «Я и солнышко».

• Потешки: «Водичка, водичка… », «Кран откройся! Нос, умойся! », «От водички, от водицы все улыбками искрится! ».

• А. Барто «Девочка чумазая», «Девочка ревушка».

**ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ЗАНЯТИЯ:**

• «Заболели зверюшки, любимые игрушки».

• «Путешествие в страну здоровья».

**ЭКСПЕРИМЕНТЫ:**

• С песком «Какой песок грязный или чистый», «Каким песком лучше играть: мокрым, сухим? ».

• Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами.

**ХУДОЖЕСТВЕННО -ПРОДУКТИВНАЯ:**

• Рисование по овощей и фруктов (карандашами, фломастерами) .

• Лепка «Микробы на руках».

**ИГРОВАЯ:**

• Сюжетная игра «Кукла Катя встречает и угощает гостей вкусными и полезными блюдами».

• Сюжетная игра «Мишка заболел, полечим его».

МУЗЫКАЛЬНАЯ:

• Музыкально- ритмические движения: «Ноги и ножки»

(В. Агафонников) .

• Песня «Серый зайка умывается» (М. Красев) .

• Упражнение «Лошадка» (муз. Чайковского)

• Гимнастика «Головами покиваем. ».

• Массаж «Вышли мыши как то раз посмотреть который час… ».

**РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:**

• Папка передвижка «Здоровый образ жизни семьи».

• Консультация «Воспитывайте культурно-гигиенические навыки у детей».

• Консультация «Здоровый образ жизни».

• «Семейный день здоровья для взрослых и детей» – рекомендация о проведении выходных.

• Консультация «Здоровье - всему голова».

• Картотека «Дыхательная гимнастика в детском саду».

• Игровые упражнения для развития физиологического и речевого дыхания.

• Консультация «Гимнастика – средство для быстрого выздоровления».

• Физкультурное развлечение «Как мишка здоровым стал».

• Составление альбома – «В здоровом теле- здоровый дух».

• Изготовление спортивных предметов для детей по развитию здоровья сбережения.

**ИТОГ:**Воспитательная ценность: У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах.

Познавательная ценность: У детей повысились знания о значимости здорового образа жизни. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях.

Перспектива: С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.

**Список используемой литературы:**

1. Теплюк С. Н. Занятия на прогулке с малышами. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.

2. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.

3. Савельева Н. В. Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.

4. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие. Воронеж, 2007 г.

5. Оздоровление детей в условиях детского сада. Под редакцией Л. В. Кочетковой. М., 2007 г.

6. Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности во 2 младшей группе. Мозаика - Синтез, М., 2009 г.

7. Чиркова С. В. Родительские собрания в детском саду. Младшая группа. Москва «ВАКО» 2012 г.

8. Гербова В. В., Ильчук Н. П. Книга для чтения в детском саду и дома. Изд. «Оникс», Москва 2009 г.