**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ**

**СЕВЕРО-ВОСТОЧНОЕ ОКРУЖНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

**Государственное бюджетное образовательное учреждение**

**города Москвы средняя общеобразовательная школа №276**

**Дошкольное отделение**

**Проект «Здоровый малыш–**

**наше будущее!»**

**Группа № 4 «Ромашка»**

**Руководители проекта воспитатели :**

**Колыданова Г.А.**

**Алёхина Г.И**.

***«Здоровье детей - это будущее нашей страны».*** *Этот тезис не**утрачивает своей актуальности во все времена.**Соблюдение и укрепления здоровья невозможно без соблюдения правил гигиены.*

***1.Актуальность проекта:***

***Проект посвящён актуальной проблеме -*** *формированию культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста. Образовательная область здоровье требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте деятельности. Сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности. Совместная работа педагогов и родителей реализуется через активную деятельность всех участников проекта, где формируются простейшие навыки опрятности и самообслуживания, закладывается фундамент гигиенической культуры.*

***Проблема***: *Выбор темы связан с необходимостью решать проблему воспитания культурно – гигиенических навыков у детей дошкольного возраста, которую можно эффективно решить через игровую деятельность, т.к. в дошкольном возрасте игра является ведущим видом деятельности, посредством игры малыш лучше запоминает, устанавливает причинно–следственные связи. Особенно актуальна эта проблема в младшем дошкольном возрасте, так как этот период является сенситивным – наиболее благоприятным для развития, поэтому именно в этом возрасте закладывается фундамент всех полезных и необходимых навыков в жизни человека. Бережное отношение к здоровью издавна транслировалось детям в виде устных правил, религиозных норм. Народная мудрость через века дошла до нас в форме пословиц и поговорок: «Здоровье всему голова», «Сон дороже ле­каря», «Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в тепле». Отношение ре­бёнка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно построить здание потребности в здоровом образе жизни. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребёнком себя как человека и личность.*

*Я.А. Коменский говорил, что овладение культурно – гигиеническими навыками и умениями должно непрерывно происходить в форме игры, она – основное средство развития детей.*

***2.Цель проекта -***

*Формирование культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста через использование художественной литературы и игр в разных видах деятельности с участием родителей.*

***3.Задачи проекта -***

* ***1.****Формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста.*
* ***2.****Закрепить представления о правилах личной гигиены; уточнить и систематизировать знания детей о необходимости гигиенических процедур;*
* ***3.****Воспитывать у детей желание выглядеть чистыми, аккуратными и опрятными.*
* ***4.****Укрепить связи между детским садом и семьёй, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.*

***2. Вид проекта:*** *долгосрочный.*

***3.Участники проекта:*** *дети, родители,воспитатели, помощник воспитателя.*

***4.Целевая группа проекта:****проект предназначен детям младшего дошкольного возраста и их родителям.*

***ПЕРВЫЙ ЭТАП****– подготовительный*

* *Подборка методической, художественной и научно-популярной литературы;*
* *Иллюстративный материал по данной теме;*
* *Привлечение внимания родителей к проблемам укрепления здоровья детей через воспитание культурно-гигиенических навыков;*
* *Разработка комплекса мероприятий;*
* *Подборка методических рекомендаций по формированию здорового образа жизни посредством воспитания культурно-гигиенических навыков воспитанников;*
* *Организация работы с родителями;*

***ВТОРОЙ ЭТАП*** *- практическая деятельность*

*Выполнение  плана работы  с детьми; совместная образовательная работа с детьми, родителями для решения поставленных задач.*

***ТРЕТИЙ ЭТАП*** *- заключительный*

*Подведение итогов работы над проектом; анкетирование родителей,консультации, буклеты и наглядная информация для родителей, участие родителей в мероприятиях по теме, опрос детей и диагностика и презентация проекта.*

***Прогнозируемый результат проекта.***

*- создание необходимых условий для организации деятельности ДОУ по воспитаниюкультурно-гигиенических навыков у детей; - появление интереса у родителей к проблемам укрепления здоровья;-преемственность педагогов и родителей в формировании привычки к здоровому образу жизни.- продолжать работу по формированию культурно-гигиенических навыков посредством игры, занятий, бесед.  Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботится, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.   Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах.*

***Перечень основных мероприятий реализации проекта***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Первый этап* -  *подготовительный*** | | | | |
| ***Время провед-я*** | ***Название мероприятия*** | ***Краткое содержание*** | ***Уча-ки*** | ***Отв-ный*** |
| *ежедневно*  *В теч. дня*  *Утреннее время*  *В теч. дня*  *ежедневно*  *ежедневно*  *ежедневно*  *Сентябрь-октябрь* | ***«Волшебное******утро»*** *- утренняя гимнастика с созданием «разноцветного» и положительного настроения на весь день.*  ***Игра «Разноцветное настроение»***  ***Игра «Радостная песенка»***  ***Танцевальная терапия.***  ***Упражнение на релаксацию.***  *Использование пальчиковых игр на тему проекта. Пример: Пальчиковая гимнастика* ***«Стали гномы гостей приглашать».***  ***«Минутки бодрости» -****оздоровительная**гимнастика после дневного сна.*  ***«Чудо-игры»***  ***«Целебная водичка»*** *Полоскание горла прохладной водой*  *Использование аудиозаписей с колыбельными песнями, знакомство с художествен- ными произведениями: сказками, потешками,стихами. Чтение  стихотво-рений К. Чуковского " Мойдодыр", «Федорино горе» и разукрашивание картинок по этим произведениям.* | *Положительный настрой через тонизирующие мысли и улыбку. Формировать позитивный настрой, вызывать у детей радостное и доброе настроение посредством весёлых стихотворений, ярких картинок, музыки и игрушек. Примеры:*  ***А давайте я вам просто улыбнусь? Вы увидите – получится красиво... А давайте я вам руку протяну. Я даю вам руку – легкую – одну. И ее вам хватит... может быть на всех!***  *На зарядку становись!  Раз, два, три, четыре –  Руки выше! Ноги шире!  И наклон туда – сюда.*  *Всем, всем - добрый день!  Прочь с дороги, злая лень!  Не мешай нам по утрам ,  Прыгать и скакать , И зарядку выполнять!*  *Улыбнулись мы друг другу,  И зарядку начали.*  *Пусть этот день несет нам  Радость общения,  Наполнит сердце  Добрыми чувствами.*  *Внимание, девочки!  Внимание, мальчики!  Приготовьте ваши ручки,  Приготовьте ножки. Повернулись, повернулись, И солнышку улыбнулись!*  *Вы улыбнулись, значит все в порядке. Почаще смейтесь, радуйтесь и пусть Улыбка станет утренней зарядкой! Дарите друг другу тепло и улыбки*!  *Отслеживание своего эмоционального состояния, настроения.*  *- Раз, два, три, четыре, пять – начинаем мы играть! Учим детей «раскрашивать» свое настроение. Каждое настроение имеет свой цвет. Используем разноцветные карточки, раскладывая их по кругу. Получается цветок настроений. Каждый лепесток – разное настроение, имеет свой цвет. Дети берут лепесток определённого цвета и рассказывают, какое у него настроение.(*красный –  *бодрое, активное , хочется прыгать, бегать, играть в подвижные  игры;* желтый  *–  веселое настроение - хочется радоваться всему;* зеленый *–  общительное настроение, хочется дружить с другими детьми, разговаривать и  играть    с ними и т.д.*  *положительный настрой на весь день, развитие чувства единства.*  *По кругу передаётся клубочек со словами: «Я очень рада, что Егор в группе есть…». И так, пока клубочек не вернётся к первому ребёнку. Наша дружба стала ещё крепче, а настроение улучшилось.*  *Поднятие эмоционального состояния музыкальными средствами, эмоциональная разрядка, сближение детей, развитие внимания. Музыкальные движения  повышают настроенье. Некогда нам унывать – будем дружно танцевать».*  *Снятие эмоционального напряжения, вызвать радостное настроение*. *Дети садятся поудобнее. Закрывают глазки, гладят себя по голове и произносят: «Я очень хороший» или «Я очень хорошая». Воспитатель говорит: «Представьте себе чудесное солнечное утро. Чуть слышно ваше дыхание. Вдох-выдох. Ярко светит солнышко, и вы чувствуете, как солнечные лучики согревают вас. Вы ощущаете тепло солнца и наслаждаетесь покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете… Вдох-выдох. А теперь откройте глазки. Потянулись, улыбнулись и проснулись. Вы хорошо отдохнули, у вас бодрое и весёлое настроение, и приятные ощущения не покинут вас в течение всего дня».*  *Стали гномы гостей приглашать.                    ( Указательным пальцем правой руки надавливать по очереди на подушечки пальцев левой руки).*  *Стали гномы гостей угощать.*  *( То же самое,  наоборот).*  *Каждому гостю досталось варенье            (Каждый пальчик правой руки,    поочерёдно трётся подушечкой о большой палец этой руки. Одновременно, то же самое проделывают пальцы левой руки).*  *Пальчики склеило то угощенье,            (Последовательно, начиная с большого «склеить» соответствующие пальцы на руках).*  *Плотно прижалась ладошка к ладошке,    (Прижать ладошки одна   к другой).*  *Гости не могут взять даже ложки!             ( Плечи приподнять, локти слегка развести в стороны и «удивиться»).*  *Под звучание классической музыки дети просыпаются и выполняют упражнения-потягивания в постели. Создать атмосферу комфорта, помочь каждому ребёнку осознать значение физических упражнений в оздоровлении всего организма. Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье*  *Мы спокойно отдыхали, Сном волшебным засыпали. Хорошо нам отдыхать! Но уже пора вставать! Крепче кулачки сжимаем И повыше поднимаем. Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!*  *Знакомство с гигиеническими принадлежностями, правилами умывания через игровые приёмы: умывание, мытьё рук, игры с водой, прогулки; продолжать формировать знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, воспитание опрятности.*  *Продолжать знакомить детей с предметами личной гигиены, воспитывать аккуратность. Продолжать использовать в работе нетрадиционные формы оздоровления детей. Профилактика заболеваний. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.*  *Подбор картотеки потешек, стихов, дидактических игр для использования в воспитании культурно-гигиенических навыков*  *Воспитывать КГН, используя художественную литературу и фольклор.*  *Закреплять с детьми навыки личной гигиены. Учить раскрашивать рисунки, не заходя за контур.* | *дети, вос-ли*  *дети, вос-ли,*  *Дети,вос-ли*  *Дети,вос-ли*  *Дети,вос-ли*  *дети, вос-ли,*  *дети, вос-ли,*  *дети, вос-ли*  *дети, вос-ли*  *вос-ли*  *Вос-ли, дети* | *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли*  *вос-ли* |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Второй этап - практическая деятельность*** | | | | | | |
| *Время проведения* | *Название мероприятия* | *Краткое содержание* | | ***Уча-ки*** | | ***Отв-ный*** |
| *сентябрь*  *сентябрь*  *октябрь*  *октябрь*  *ноябрь*  *Октябрь*  *Сентябрь-ноябрь*  *Ноябрь*  *ноябрь*  *ноябрь* | *Работа с родителями:*  *Родительское собрание: «Семья – за здоровый образ жизни»,*  *-Создан центр наглядной информации для педагогического просвещения родителей, оформлены папки –передвижки.*  *Темы:*  *«Формирование культуры еды»;*  *«Дневной сон детей»;*  *«Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков»*  *«Культурно-гигиенические навыки – часть культуры поведения»*  *Анкетирование родителей* ***«Здоровый образ жизни»***  *Индивидуальные беседы с родителями.*  *Буклеты для родителей по КГН*  *Кодекс здоровья*    *«Уголок опрятного ребёнка»* | *о здоровом образе жизни в семье, как факторе сохранения здоровья детей*  *Правильное питание ребенка – залог его здоровья и развития. У каждого ребенка есть свои привычки и надо считаться с ними.*    *Гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви, они продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений.*  *Освободив малыша от дневного сна ро- родители создают несогласование*  *многих процессов в организме.*  *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.*  *Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.*  ***Анкетирование показало:***  *-считаете ли Вы свой образ жизни здоровым? 80%-да и 20% - нет;*  *-что мешает вести здоровый образ жизни?*  *99%-нехватка времени и 1%- не знают;*  *-что является причиной заболеваний Вашего ребёнка?*  *100%- плохая экология.*  *Рекомендации по воспитанию КГН в семье*  *Что такое здоровье? Кодекс здоровья составлен родителями и воспитателями , где выделены важные аспекты здорового человека.*  *-Представлены книги, иллюстрации, дидактические игры; игры-шнуровки. -Сочетать игры и упражнения для тренировки пальцев с речевой деятельностью детей.*  *-Совершенствовать мелкую моторику через пальчиковые игры;*  *-Повысить компетентность родителей в значимости пальчиковых игр детей младшего дошкольного возраста.* | | *вос-ли, родители* | | *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли, род-ли* |
| ***Третий этап - заключительный*** | | | | | | |
| *Время проведения* | *Название мероприятия* | *Краткое содержание* | ***Уча-ки*** | | ***Отв-ный*** | |
| *22.11.2013*  *ноябрь*  *27.11.13.*  *27.11.13.*  *ноябрь*  *декабрь*  *декабрь* | *Спортивное развлечение «В гостях у кошки Мурки» (с участием родителей)*  ***Семейный опыт*** *«Воспитание культурно-гигиенических навыков в семье»*  *Презентация* ***«Здоровые малыши – наше будущее!»***  *Представление на педсовете паспорта проекта и наглядного материала по воспитанию КГН*  *Публикация конспектов и проекта на сайтах для воспитателей*.  *Планируем создать практическую зону для упражнений в практической жизни* ***«Я – сам!»***  *Планируем создать* ***«Библиотечку для родителей»*** | *Закрепление знаний о назначении гигиенических предметов: зубной пасты и щётки, мыла, полотенца, воды, первоначальное представление о здоровом образе жизни ;*  *Представление родительского опыта по воспитанию культурно-гигиенических навыков своих детей в семье в виде книг с фотографиями и описанием*  *Отчет о работе по воспитанию КГН у детей группы за три месяца.*  *Конспекты занятий, картотека игр дидактических, пальчиковых, подвижных; картотека потешек, стихотворений, загадок, пословиц; консультации для родителей, буклеты с рекомендациями по воспитанию КГН. Книги-(опыт семейный по воспитанию в семье КГН).*  *Предоставление опыта работы по воспитанию культурно-гигиенических навыков у дошкольников младшего возраста.*  *Спортивное развлечение «В гостях у кошки Мурки»(с участием родителей)*  *нспортал № публикации 882798от 18.11.13.*  *В уголке будут расположены материалы, с помощью которых ребенок будет учиться следить за собой и своими вещами:* ***материалы для общеподготовительных упражнений, материалы, которые помогут ребенку заботиться о себе, материалы, которые позволят ребенку научиться заботиться об окружающем мире .***  *В библиотечке будет подобрана методическая и художественная литература по воспитанию культурно-гигиенических навыков.* | *Дети, род-ли, вос-ли,*  *Вос-ль по физ. вос-ю*  *Дети, род-ли, вос-ли*  *Дети, род-ли, вос-ли, пом. Вос-ля*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли,*  *род-ли* | | *Вос-ли:*  *Г.А.Колыданова*  *Г.И.Алёхина,*  *Род.комитет*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли*  *Вос-ли* | |

***Список литературы:***

*1.ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная общеобразовательная*

*программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С.Комаровой, М. А. Васильевой. М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2010.*

*2.Голицина И.С. Перспективное планирование в детском саду. Вторая младшая группа реализация ФГТ в ДОУ.- Скрипторий- 2010г*

*3.Богина, Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях . Издательство «Мозаика-Синтез»,  2006*