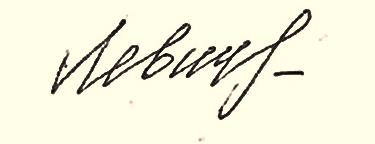
***ИНСТИТУТ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ***

***Профессиональная переподготовка по программе   
«Дошкольная педагогика и психология»***

**ВЫПУСКНАЯ АТТЕСТАЦИОННАЯ РАБОТА**

**Учебный проект  
«Планирование и построение образовательного процесса   
в условиях введения ФГОС ДО (образовательная область   
«Физическое развитие и формирование правил здорового образа жизни»)**

*Тема:* "**Формирование культурно – гигиенических навыков у детей третьего года жизни»**



Выполнил  
слушатель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Левичева Н. С. « 10 » 02 2015 г.

*Подпись Ф.И.О.*

Проверил

руководитель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  « » 2015 г.

*Подпись Ф.И.О.*

ВОРОНЕЖ 2015 г

**Оглавление**

1. Введение (актуальность выбранной темы) 3 – 4

2. Теоретическая часть 4 - 23

3. Практическая часть 23 - 46

4. Приложения 47 – 59

5. Список литературы 60

**Введение**

Актуальность

Сбережение и обогащение здоровья ребенка – всегда актуальная и приоритетная задача для взрослых. Ребенок как целостность физического, социально-эмоционального, психологического и духовного благополучия – это счастливый, активный, добрый и успешный человек, всегда необходимый другому человеку.

Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение, разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку прекрасное ощущение чистоты, здоровья: каждая клеточка организма начинает жить в оптимальном режиме, не огорчая ее владельца. Сколько радости доставляет человеку ощущение хорошо и слаженно работающего организма!

Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах.

Главная задача для педагога - формировать простейшие навыки опрятности и самообслуживания, закладывать фундамент гигиенической культуры.

Цель и задачи проекта.

**Цель проекта:** развитие культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста в разных видах деятельности, вовлечение родителей в образовательное пространство детского сада по формированию у детей привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи проекта:**

1. Развивать 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. Обогатить предметно-развивающую среду группы по теме «Культурно -гигиенические навыки – основа для здорового образа жизни»

5. Укрепить связи между детским садом и семьёй, изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

**Теоретическая часть**

Данный проект по формированию культурно-гигиенических навыков содержит методические рекомендации, практический материал. Практическая значимость проекта заключается в создании единого здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса для детей 2-3 лет.

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.

Формирование привычек и навыков осуществляется под непосредственным педагогическим воздействием взрослых и всей окружающей обстановки. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

При этом детей взрослые приучают выполнять не только то, что им приятно, но и то, что необходимо, преодолевая трудности разного характера.

Сначала детей необходимо приучать к выполнению элементарных правил: мыть руки перед едой, после пользования туалетом, игры, прогулки и т. д. Ребенку старше двух лет прививают привычку полоскать рот питьевой водой после приема пищи, предварительно научив его этому.

Воспитание культурно-гигиенических навыков включает широкий круг задач, и для их успешного решения рекомендуется использовать целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, объяснение, пояснение, поощрение, беседы, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила гигиены и постепенное повышение требований к ним. Широко используются, особенно в младшем возрасте, игровые приемы: дидактические игры, потешки, стихотворения.

В младшем дошкольном возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество.

Гигиенические знания целесообразны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой. Для этого используются дидактические и сюжетно-ролевые игры. Интересны детям и литературные сюжеты «Мойдодыр», «Федорино горе» и др. На их основе можно разыгрывать маленькие сценки, распределив роли между детьми.

Чтобы ускорить формирование культурно-гигиенических навыков необходимо в процессе игр напоминать ребёнку: "Ты всегда моешь руки перед едой. Не забыл ли ты помыть руки своей дочке? ". Таким образом, усвоенные культурно-гигиенические навыки обогащают содержание детских игр, а игры в свою очередь становятся показателем усвоения культурно-гигиеническими навыками.

Культурно-гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребёнку вида трудовой деятельности - труда по самообслуживанию. Малыш научился надевать платье, колготки, туфли и начинает осваивать последовательность одевания: что сначала, что потом. При этом сформированные навыки объединяются, образуя схему действий в ситуациях одевания, умывания, укладывания спать и т. д.

Таким образом, при систематической работе взрослых, сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности.

Педагогический процесс в детском саду представляет собой непре­рывное сочетание самых разнообразных форм воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста. Особое место в нем занимает организация режимных моментов и воспитание культуры здоровья дош­кольников. Любая образовательная программа для дошкольных обра­зовательных учреждений, любое пособие по воспитанию ребенка в се­мье важнейшими здоровьесберегающими задачами определяют станов­ление культурно-гигиенических умений и навыков детей и приобщение их к режиму дня.

Как сделать процесс решения этих задач интересным и заниматель­ным, как повысить его эффективность и результативность? Об этом вы узнаете в данном разделе.

Богатейшим подспорьем в организации воспитателем режимных моментов становятся фольклор и детская литература. С их помощью несложно придумать игры, которые помогут ребенку научиться умывать­ся, чистить зубы, следить за чистотой рук и лица, внешней опрятностью и аккуратностью и вместе с тем доставят малышу удовольствие и ра­дость. Традиционными для педагогического процесса уже стали малые формы фольклора, используемые в работе с младшими дошкольника­ми, такие как «Водичка, водичка, умой мое личико...» или « Мы набрали в рот воды...», авторские стихи, например, «Девочка чумазая» Агнии Барто, произведения С. Михалкова, Е. Благининой и многих других за­мечательных поэтов. А сколько еще полезного и неизвестного литера­турного материала существует, так попробуем вспомнить его и исполь­зовать в благих целях, на здоровье наших детей.

***Нос, умойся!***

Кран, откройся! *Это стихотворение сделает процесс умывания*

Нос, умойся! *с детьми любого возраста интересной и увлекатель­ной игрой*.

Мойтесь сразу оба глаза *Задача для взрослых — знать его наи­зусть,*

Мойтесь уши, *чтобы легко и дос­таточно эмоционально вос­производить его.*

Мойся шейка!

Шейка, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся!

Грязь смывайся!

Грязь смывайся!!! Э. Мошковская

***Мыльные пузыри***

Осторожно - пузыри*... А это стихотворение воспитатель*

Ой, какие! *может ис­пользовать для игры-экспе­риментирования*

Ой, смотри*! с детьми младшего и среднего дош­кольного возраста,*

Раздуваются! *знакомя их с мылом, его полезными свойствами,*

Блестят! *только-только приучая детей мыть руки водой с мылом.*

Отрываются!

Летят!

Мой - со сливу!

Мой - с орех!

Мой не лопнул дольше всех! Э. Фарджен

**Хлюп-хлюп**

Хлюп-хлюп ручками, *Это стихотворение ре­комендуется использовать*

Полон мыла таз. *при умывании детей ранне­го возраста*

Ты не трогай, Машенька, *и самостоя­тельных попытках умыва­ния*

Мыльной ручкой глаз. *младших дошкольников.*

А водичка булькает. *Очень важно при его чте­нии обращаться*

А водичка пенится. *лично к ре­бенку (имя можно заме­нить),* используя

искусство интонации.

Машенька помоется,

Причешется, оденется. С. Капутикян

*Игра – умывание должна быть высокоэмоциональной, так как именно положительные эмоции позволяют малышу лучше запомнить гигиенические процессы и с удовольствием обращаться к определенным действиям снова и снова.*

***ЗАГАДКИ***

Ускользает как живое,

Но не вижу его я,

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится (мыло)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Мойдодыру я родня

Отверни-ка ты меня,

И холодною водою

Живо я тебя умою. (Кран)

***Подъем детей после дневного сна***

Ой, люшеньки – люшки!

Нашему Илюшке –

Доброе утро, доброе утро!

Утро с шутками прибаутками!

Ты мне ручки подай,

Да с кроватки вставай!

Умываться пойдем,

Где водичка найдем!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Потягушка (Н.Пикулева)

Потягуни – потягушечки

От носочков до макушечки!

Мы потянемся – потянемся

Маленькими не останемся

Вот уже растем, растем.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Тормошилочка (Н.Пикулева)

Тимка – Тимошка,

Глянь-ка в окошко!

Вышло солнышко гулять

И тебе пора вставать,

Просыпайся скорей

Тимофе-е-й!!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Встали мы с подушечки

Ручки – потянушечки

Ножки – побегушечки

Вместе – порастушечки.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Вот проснулись,

Потянулись,

С боку на бок повернулись!

Потягушечки,

Потягушечки,

Где игрушки,

Погремушечки!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Мишка, Мишка

Что ты спишь?

Миша, Миша

Что храпишь?

Миша, Мишенька

Вставай

Вместе с детками играй.

Вот наш Мишенька встает,

Он плясать сейчас пойдет,

Будет Мишенька плясать

Всех ребяток забавлять!

Миша, Миша попляши

Нашим деткам помаши.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

***УТРЕННИЙ ПРИЕМ***

Я Медвежонок Миша

Я музыку люблю

Послушайте скорее

Как громко в бубен бью.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Прятки

Где же, где же наши ручки?

Вот они, вот они

Вот наши ручки.

Пляшут, пляшут,

Пляшут наши ручки!

Где же, где же, где же

Наши ножки?

Вот они, вот они

Вот они наши ножки

Пляшут, пляшут,

Пляшут наши ножки!

Где же, где же, где же

Наши детки?

Пляшут, пляшут,

Пляшут наши детки!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Веселая игрушка, игрушка – погремушка

Погремушки у ребят очень весело звучат!

И Танечке дам, и Ванечке дам,

И Сашеньке дам, и Машеньке дам…

Ну-ка Ляля попляши!

Ай да ножки хороши!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Заходите в гости к нам

Витамины я вам дам

Взрослые и малыши

Их принимать всегда должны.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Мы топаем ногами,

Мы хлопаем ногами,

Качаем головой

Качаем головой.

Мы ручки поднимаем

Мы ручки опускаем

Мы ручки подаем и бегаем кругом.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Застучали ножки

По ровненькой дорожке

Застучали много раз –

Будет весело у нас!

Кулачком сильнее бей,

Только руки не жалей,

Постучим мы кулачком

И покружимся волчком.

А теперь мы побежим,

Прогуляться мы хотим

Побежали веселей

И потопали дружней.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

***ПРИЕМ ПИЩИ***

Ладушки – ладушки,

Едем в гости к бабушке,

Едем в гости к деду,

К званному обеду.

Для всех готовит бабушка

Румяные оладушки!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Час обеда подошел

Сели детки все за стол!

***НА ПРОГУЛКЕ***

На прогулке топ-топ

Мы шагаем дружно,

Не идет проказник дождь?

Посмотреть нам нужно.

Все в порядке: нет дождя,

Солнышко сияет,

Наши щечки, нос и лоб

Нежно согревает.

Ручки к солнцу подниму,

Лучики поймаю

Я их с пальчиков стряхну

С ними поиграю,

А потом я протопчу

На песке дорожку,

И колечки начерчу

Кругленькие ножкой.

Покружусь как мотылек,

Сядем на купавку,

И поглажу нежно я

Мягонькую травку.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Стало вдруг светлее вдвое

Сад как в солнечных лучах.

Это платье золотое

У березки на плечах.

Мы с утра гулять пойдем.

Листья сыплются дождем,

Под ногами шелестят

И летят, летят, летят.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Поехали, поехали

По гладенькой дорожке

По мостику, по мостику

По ухабам – бух, бух!

Но домой вернулись,

Ух!!!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Дождик, дождик, кап да кап!

Мокрые дорожки

Все равно пойдем гулять

Одевай сапожки.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Дождик, дождик, кап да кап!

Ты не капай долго так!

Мы по лужицам бежим,

Громко, весело кричим!

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Падают, падают листья,

В нашем саду листопад.

Красные, желтые листья

По ветру вьются, летят.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Дует, дует ветер,

Дует, задувает,

Желтые листочки с дерева срывает

И летят листочки, кружат по дорожке

Падают листочки

Прямо нам под ножки.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Снег, снег кружится,

Белая вся улица,

Собрались мы в кружок,

Завертелись как снежок.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Покружилась звездочка

В воздухе немножко,

Села и растаяла

На моей ладошке.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Ветер, ветерок, ветрище,

Ты чего по свету рыщешь?

Лучше меньше крути

Или улицы мети.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Небо ярко – синее

Ели, сосны в инее,

Снег сверкает под ногами,

Эй, ребята, кто за нами?

(А. Введенский)

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Уж ты зимушка – зима

Закружила, замела

Все дорожки, все пути –

Негде детушкам пройти.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Сосать сосульку – вот беда!

Нам строго запрещается.

Но почему она тогда

Сосулькой называется?

***Художественное слово к режимным моментам:***

***укладывание спать***

Баю – баю - ручки в кучку,

Баю – баю - ножки в кучку.

Станешь рыбкой –

Быстрой щучкой.

Баю – баю – как уснешь –

В сине море поплывешь.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Баю – баю – баю – бай,

Лайка рыжая, не лай

Ты, корова, не мычи,

Петушок, не кричи.

Наша Катя хочет спать,

Стала глазки закрывать.

**Колыбельная (Саша Черный)**

Баю – бай! (Васик) Детка бай!

Ты собачка не лай!

Ты бычок не мычи!

Ты медведь не рычи…

Волк маленький не вой,

Петушок, дружок, не пой!

Все должны теперь молчать,

Детка хочет спать….

А теперь закроем глазки

Пусть всем нам приснятся сказки…

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Ай чики – чикалочки!

Едет гусь на палочке

Утка на тележке

Щелкает орешки

Едут птицы со двора

Нашей Кате спать пора.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Баю – бай, баю – бай

Поскорее засыпай.

Ты закрой, закрой глазок

И поспи, поспи часок.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

Кто здесь весело плясал?

Деткам спать не давал?

Спать пока давно игрушкам:

Зайкам, мишкам, погремушкам.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

**Е. Сербина**

Баю – баюшки – баю,

Баю деточку мою

Приди котик ночевать,

Мою деточку качать,

Качать, прибаюкивать, Баю…

Как у котика – кота

Колыбелька хороша. Баю…

**Маша не плачет** (С. Капутикян)

Полно плакать, тише, тише,

А нетто Полкан услышит.

Скажет: «Гав! Кто плачет тут?

Машей тут кого зовут?»

«Убирайся, - скажем, - прочь

Уж не плачет наша дочь!»

**При поливке цветов**

Лейка, лейка, шибче лей-ка,

И водицы не жалей-ка!

Чистая водица,

Очень пригодится!

Хороша водичка,

Хороша водичка!

**Практическая часть**

Познавательно - творческий проект по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста **«Быть здоровыми хотим»**

**Автор-составитель:** Левичева Наталья Сергеевна

**Продолжительность проекта:** долгосрочный (1 год), групповой

**Участники проекта:** воспитатели, дети второй младшей группы, родители.

**Проблема:** сохранение и укрепление здоровья детей.

**Практическая значимость проекта:** создание единого здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса в ДОУ.

**Основные формы реализации проекта:**

* Анкетирование родителей.
* Занятия по ознакомлению с окружающим миром.
* Дидактические игры и упражнения.
* Художественное слово.
* Чтение художественной литературы.
* Праздники и развлечения, беседы.
* Работа с родителями.

**Ожидаемые конечные результаты реализации проекта:**

Дети от 2,5 до 3 лет должны:

* с помощью взрослого приводить себя в порядок;
* пользоваться индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской);
* держать ложку в правой руке;
* по порядку одеваться и раздеваться;
* при небольшой помощи взрослого снимать одежду и обувь (расстёгивать пуговицы спереди, застёжки на липучках);
* аккуратно складывать снятую одежду.

**Предполагаемый результат проекта для родителей:**

* повышение знаний для обеспечения успешного развития детей;
* получение консультаций по вопросам формирования культурно-гигиенических навыков;
* укрепление связей между детским садом и семьёй;
* изменение позиции родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

**Возможности проекта для воспитателей**:

* повышение знаний по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;
* формирование валеологической культуры, изменение отношения педагога к своему здоровью;
* улучшение отношений между детьми;
* укрепление связи с родителями.

**Перечень основных направлений проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Направления работы** | **Содержание работы** |
| Оснащение предметно-развивающей среды группы детского сада: | Изготовить методическое пособие.  Пополнять и обновлять уголок здоровья в группе.  Сделать подборку дидактических игр. |
| Методическая копилка | Составить перспективный план работы по воспитанию культурно–гигиенических навыков и самообслуживания.  Разработать конспекты занятий и проведение режимных моментов.  Сценарии развлечений и досугов.  Подобрать и оформить методический материал по валеологии. |
| Работа с родителями | Консультации  «Как ухаживать за молочными зубами »  «Как правильно одевать ребёнка на прогулку »  «Как привить детям культурно – гигиенические навыки »  «Как приучить ребёнка к аккуратности и опрятности »  Родительские собрание по теме «Движение – это жизнь»  Круглый стол «Как вырастить ребенка здоровым? »  Дискуссия «Воспитание навыков безопасного поведения» |

Этапы проекта

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Содержание** | **План мероприятий по реализации проекта** |
| Подготовительный | Определение уровня знаний в области культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста через наблюдения, беседы; составление плана работы; разработка содержания проекта. | Подбор литературы по данной теме.  Мониторинг освоения детьми образовательной области «Здоровье»  Составление плана работы.  Разработка содержания проекта. |
| Деятельностный | Выполнение подробного плана работы по всем видам деятельности с детьми;  большая совместная образовательная работа с детьми, родителями для решения поставленных задач;  подборка художественных произведений, потешек, загадок, словесных игр по данной теме;  НОД с приоритетным направлением по физическому развитию, а так же познавательному и социально-коммуникативному развитию. | Наглядная информация для родителей на тему:  «Как приучить ребёнка быть аккуратным»  Подборка художественных произведений, потешек, загадок, словесных игр по данной теме.  Наглядная информация для родителей на тему: «Культурно-гигиенические навыки у детей младшего возраста».  Памятка для родителей  «Внешний вид малышей: о чём не стоит беспокоится »  Сообщение для родителей на тему:  «Как научить ребёнка одеваться самостоятельно»  Папка - раскладушка «Растём здоровыми»  Наглядная информация для родителей на тему: «Витамины в жизни ребёнка»  Беседа на тему: «Это я – девочка, это я – мальчик».  Игра – занятие: «Познай себя».  Дидактическая игра: «Составь фигуру».  Рассматривание плаката: «Тело человека».  Беседа на тему: «Я – и другие люди».  Игровая ситуация: «К нам пришёл Незнайка».  Речевое общение: «Как говорят части тела».  Дидактическая игра: «Моё настроение».  Чтение стихотворения А. Барто «Я расту».  Беседа на тему: «Умывание и купание».  Игра – занятие: «Как нужно ухаживать за собой».  Игровая ситуация: «Если ты забыл умыться».  Дидактическая игра: «Чем я с другом поделюсь».  Чтение произведения М. Яснов «Я, мою руки».  Игра – занятие: «Чтобы зубки не болели».  Познакомить детей с правилами ухода за зубами, о необходимости ухода за ними.  Рассматривание картинок: «Как правильно чистить зубы»  Познакомить с техникой чистки зубов; воспитывать желание заботиться о своих зубах.  Беседа на тему: «Одежда и здоровье».  Дидактическая игра: «Я собираюсь на прогулку».  Инсценировка произведения: «Девочка – чумазая».  Игра – занятие: «Если хочешь быть, здоров».  Беседа на тему; «С утра до вечера».  Рассматривание сюжетных картинок: «Утро Маши».  Чтение +беседа С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала».  Словесная игра: «Полезно - вредно».  Игровые ситуации: «Поможем зверятам, быть здоровыми».  Беседа по картине: «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».  Дидактическая игра: «Сложи картинку».  Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физкультуру».  Игра – занятие: «Я помогаю себе сам».  Игра – занятие: «Почему заболели ребята? ».  Рассматривание сюжетных картинок: «Маша заболела».  Дидактическая игра: «Опасные предметы».  Игровая ситуация: «На игровой площадке».  Беседа на тему: «Мы пришли к водоёму». |
| Завершающий | Подведение итогов работы над проектом; мониторинг освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»; презентация проекта. | Анкетирование родителей по теме:  «Чему научился Ваш ребёнок? »  Итоговое занятие:  «Вот какие мы большие»  Презентация проекта для педагогов ДОУ, сообщение из опыта работы по подготовке и реализации проекта. |

Перспективное планирование по теме «Здоровый образ жизни. Развитие культурно-гигиенических навыков у детей»

*Сентябрь*

1. Беседа на тему: «Это я – девочка, это я – мальчик».

Формировать представления детей о внешних особенностях тела человека; развивать способность рассматривать себя, друг друга; воспитывать интерес к другим детям, доброжелательные отношения.

2. Игра – занятие: «Познай себя».

Уточнить и расширить знания детей о строении тела человека; закрепить в речи обобщающие понятия; воспитывать бережное отношение к себе и своему организму.

3. Дидактическая игра: «Составь фигуру».

Закрепить знания о частях тела человека; развивать умение по частям лица, головы угадывать, мальчика, девочку, тётю, дядю.

4. Рассматривание плаката: «Тело человека».

Продолжать формировать элементарные представления о строении тела человека.

*Октябрь*

1. Беседа на тему: «Я – и другие люди».

.Формировать у детей представления о сходстве и различиях людей по возрасту, росту, полу, цвету волос, глаз и т. д.

2. Игровая ситуация: «К нам пришёл Незнайка».

Формировать представления о строении головы человека; воспитывать элементарные навыки здорового образа жизни.

3. Речевое общение: «Как говорят части тела».

Продолжать закреплять знания детей о частях тела; активизировать словарь.

4. Дидактическая игра: «Моё настроение».

Ознакомление детей с такими понятиями, как настроение, противоположные эмоции, с отражением эмоций на нашем лице; развитие внимания, памяти.

5. Чтение стихотворения А. Барто «Я расту».

Учить, эмоционально воспринимать стихотворение; развивать выразительность речи; воспитывать интерес к своему организму.

Блок «Я – и моя гигиена».

*Ноябрь*

1. Беседа на тему: «Умывание и купание».

Дать детям представления о том, что соблюдение гигиены – залог здоровья; воспитывать желание соблюдать правила личной гигиены; активизировать словарь.

2. Игра – занятие: «Как нужно ухаживать за собой».

Побуждать к самостоятельному выполнению элементарных гигиенических навыков; закрепить названия принадлежностей ухода за собой; развивать понимание значения гигиенических процедур.

3. Игровая ситуация: «Если ты забыл умыться».

Уточнить знания детей, для чего мы умываемся; прививать гигиенические навыки.

4. Дидактическая игра: «Чем я с другом поделюсь».

Закрепить названия принадлежностей ухода за собой; дать понятие «личные вещи».

5. Чтение произведения М. Яснов «Я, мою руки».

Прививать навыки здорового образа жизни; развивать потребность в чистоте и правильном уходе за собой.

*Декабрь*

1. Игра – занятие: «Чтобы зубки не болели».

Познакомить детей с правилами ухода за зубами, о необходимости ухода за ними.

2. Рассматривание картинок: «Как правильно чистить зубы».

.Познакомить с техникой чистки зубов; воспитывать желание заботиться о своих зубах.

3. Беседа на тему: «Одежда и здоровье».

Расширять представления о последовательности одевания и назначения предметов одежды, при различных погодных условиях; следить за чистотой одежды.

4. Дидактическая игра: «Я собираюсь на прогулку».

Учить одеваться в соответствии с временами года и погоды; воспитывать опрятность, желание следить за своим внешним видом.

5. Инсценировка произведения: «Девочка – чумазая».

Заинтересовать детей, вызвать эмоциональный отклик; закрепить культурно-гигиенические навыки; воспитывать через игру желание быть всегда чистым, опрятным.

*Январь*

1. Игра – занятие: «Если хочешь быть, здоров».

Способствовать формированию у ребенка потребности быть здоровым. Выяснить навыки гигиенического поведения.

2. Беседа на тему; «С утра до вечера».

Познакомить с распорядком дня. Показать важность соблюдения режима в укреплении здоровья каждого человека.

3. Рассматривание сюжетных картинок: «Утро Маши».

Познакомить детей с последовательностью их действий утром; приобщать к здоровому образу жизни, развивать связную речь.

Блок «Я – и мое здоровье»

*Февраль*

1. Чтение +беседа С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала».

Показать детям важность правильного питания для здоровья и роста; развивать мышление; воспитывать культуру поведения за столом.

2. Словесная игра: «Полезно - вредно».

Уточнить, какие продукты вредны, а какие полезны для здоровья

3. Игровые ситуации: «Поможем зверятам, быть здоровыми».

Приобщать детей к здоровому образу жизни, через формирование культурно-гигиенических навыков, занятий физкультурой, поддержание духовной установки по отношению к окружающему миру.

*Март*

1. Беседа по картине: «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».

Познакомить детей с составной частью ЗОЖ – закаливанием, основными средствами закаливания: солнце воздух и вода; развивать речь.

2. Дидактическая игра: «Сложи картинку».

Развивать здоровьесберегающее сознание детей, пространственное мышление, внимание

3. Чтение произведения В. Суслова «Про Юру и физкультуру».

Развивать здоровьесберегающее сознание детей, пространственное мышление, внимание

4. Игра – занятие: «Я помогаю себе сам».

Систематизировать знания детей о том, как человек заботиться о своём здоровье.

Блок «Я – и моя безопасность»

*Апрель*

1. Игра – занятие: «Почему заболели ребята? ».

Познакомить детей с признаками заболеваний; сформировать умения и навыки, позволяющие им успешно взаимодействовать с окружающей средой.

2. Рассматривание сюжетных картинок: «Маша заболела».

Познакомить детей с правилами поведения в случае болезни, о необходимости соблюдать их; развивать речь, мышление.

3. Дидактическая игра: «Опасные предметы».

Познакомить детей с предметами, которые могут быть опасны для здоровья человека.

4. Игровая ситуация: «На игровой площадке».

Формировать представления детей об источниках потенциальной опасности на игровой площадке, о правилах безопасного поведения на прогулке.

5. Беседа на тему: «Мы пришли к водоёму».

Познакомить детей с опасными ситуациями, возникающими около воды и на ней.

*Май*

1. Дидактическая игра: «Городок здоровья».

Уточнить и расширить знания детей об основных ценностях здорового образа жизни; способствовать осознанному приобщению к ним.

2. Итоговое занятие: «Вот какие мы большие»

Интеграция с другими образовательными областями

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Физическое развитие*** | ***Познавательное развитие*** | ***Социально – коммуникативное развитие*** | ***Речевое развитие*** | **Художественно – эстетическое развитие** |
| Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей.  Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья. | Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека | Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья | Использование художественных произведений для обогащения и закрепления содержания области «Здоровье» | Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания области «Здоровье»  Использование музыки во время проведения утренней разминки, физминуток, динамических пауз. |

Ожидаемые результаты по проекту

***Для детей:***

* сформированы простейшие навыки опрятности и самообслуживания, заложен фундамент гигиенической культуры;
* интерес к совместной исследовательской деятельности «ребенок-ребенок», «ребенок – взрослый»;
* уверенность ребенка в своих действиях, умение красиво и правильно вести себя за столом.

***Для родителей:***

* сформированы умения ориентироваться в информационном пространстве;
* активная позиция в создании условий для здорового образа жизни семьи;
* интерес к новому сотрудничеству с ДОУ.

**Для педагогов:**

* интерес к новому виду сотрудничества с семьей;
* мотивация использования метода проектов в педагогической деятельности;
* повышение профессионального мастерства.

***МОНИТОРИНГ ОСВОЕНИЯ ДЕТЬМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ***

***«Физическое развитие»***

***Предмет диагностики:*** *культура здоровья детей дошкольного воз­раста.*

***Задачи диагностики:***

1. *Изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотива­ции здорового образа жизни.*
2. *Изучить особенности представлений дошкольников о здоровье, знаний, умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохра­няющих его по направлениям: «Здоровый человек», «Знания о чело­веческом организме», «Ребенок в безопасном мире», «Я и другие люди».*
3. *Изучить особенности здоровьесберегающей компетентности ре­бенка как готовности самостоятельно решать:*

* *задачи здорового образа жизни и безопасного поведения;*
* *задачи разумного поведения в непредвиденных ситуациях;*
* *задачи оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.*

*Для решения задач диагностики используется* ***комплекс диагности­ческих методов*** *(см. таблицу).*

***Задачи и методы диагностики культуры здоровья детей дошкольного возраста***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Диагностические задачи*** | ***Методы диагностики*** |
| *Изучить особенности отношения ребенка к здоровью и мотивации здорового образа жизни.* | *Индивидуальные беседы с ребенком. Проблемные диагностические ситуации. Проективные методы.*  *Контент-анализ продуктов детской деятельности.*  *Наблюдение* |
| *Изучить особенности представлений дошколь­ников о здоровье, знаний, умений и навыков, поддерживающих, укрепляющих и сохраня­ющих его: «Здоровый человек», «Знания о че­ловеческом организме», «Ребенок в безопасном мире», «Я и другие люди»* | *Беседы.*  *Диагностические игровые задания. Проблемные ситуации.*  *Наблюдение.*  *Опрос родителей и педагогов.* |
| *Изучить особенности здоровьссберегаюшей компетентности ребенка как готовности само­стоятельно решать:*  *- задачи здорового образа жизни и безопасно­го поведения;*  *- задачи разумного поведения в непредвиден­ных ситуациях;*  *- задачи оказания элементарной медицин­ской, психологической самопомощи и помощи* | *Наблюдение. Диагностические игры. Проблемные ситуации* |
| *Изучить особенности здоровьссберегающей компетентности ребенка как готовности само­стоятельно решать:*  *- задачи здорового образа жизни и безопасно­го поведения;*  *- задачи разумного поведения в непредвиден­ных ситуациях;*  *- задачи оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.* | *Наблюдение.*  *Диагностические игры.*  *Проблемные ситуации* |

КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО

ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ДИАГНОСТИКА ОТНОШЕНИЯ РЕБЕНКА К ЗДОРОВЬЮ

И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

***Цель*** *- изучить особенности ценностного отношения детей млад­шего дошкольного возраста к здоровью.*

*Для достижения обозначенной цели используется хорошо знако­мая ребенку детская литература, например В. Берестов «Больная кук­ла», сказки К. И. Чуковского «Айболит», «Мойдодыр».*

***Примерные вопросы к ребенку:***

1. *Скажи, пожалуйста, тебе нравится сказка «Айболит» К.И.Чу­ковского? (Покажите ребенку книжку, дайте полистать и просмотреть иллюстрации.)*
2. *Кто твой любимый герой в этой сказке? Почему?*
3. *А если бы ты стал Айболитом и попал в сказку, чтобы ты делал? Для чего бы ты это делал?*
4. *Представь, что у Айболита в руках оказалась волшебная палочка, как ты думаешь, какие бы желания он загадал?*

*В ходе диагностики фиксируются высказывания ребенка, особен­но важно обратить внимание на ответы, в которых ребенок совершает выбор (вопросы со 2 по 4). Собственно, он и становится показателем отношения дошкольника к здоровью, понимания ребенком его сущ­ности и значимости для человека, его жизни.*

*В ходе наблюдения за ребенком четвертого года жизни в повсе­дневной жизнедеятельности обратите внимание на такие детские про­явления, как:*

* *интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведе­ния;*
* *удовольствие в ходе выполнения простейших умений и навыков гигиенической и двигательной культуры;*
* *положительный настрой на выполнение элементарных процессов самообслуживания; интерес к самопознанию;*
* *радость и доброжелательность в общении и взаимодействии со сверстниками и взрослыми;*
* *удовлетворенность самостоятельными и совместными действиями и их результатами;*
* *тенденции к самостоятельным проявлениям культуры здоровья. Наличие выделенных проявлений в поведении малыша свидетель­ствует о правильном отношении ребенка к здоровью и здоровому об­разу жизни. Результаты наблюдения заносятся в таблицу.*

***Отношение ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(лет, мес.)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***к здоровью и ЗОЖ*** *(по материалам наблюдения)*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Критерии*** | ***Проявляется*** | ***Не***  ***проявляется*** | ***Проявляется избирательно*** | ***Примечания*** |
| *Интерес к правилам здоровьесберега­ющего и безопасного поведения* |  |  |  |  |
| *Удовольствие в ходе выполнения про­стейших умений и навыков гигиени­ческой и двигательной культуры* |  |  |  |  |
| *Положительный настрой на выполне­ние элементарных процессов самооб­служивания* |  |  |  |  |
| *Интерес к самопознанию* |  |  |  |  |
| *Радость и доброжелательность в об­щении и взаимодействии со сверст­никами и взрослыми* |  |  |  |  |
| *Удовлетворенность самостоятельными и совместными действиями и их результатами* |  |  |  |  |
| *Тенденции к самостоятельным про­явлениям культуры здоровья* |  |  |  |  |

ОПРОСНИК

ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Цель опросника***— изучить особенности представлений дошкольни­ков о здоровье, об умениях и навыках, содействующих его поддержа­нию, укреплению и сохранению.*

***Раздел 1. Строение человеческого тела***

**Цель** *— изучить особенности знаний детей о строении тела чело­века.*

*Учитывая возраст дошкольников, опрос проводится с исполь­зованием пособия «Человек». Пособие раскладывается на столе, ребенок приглашается в совместную с воспитателем игру. Диагно­стика проводится в индивидуальном режиме. Результаты беседы заносятся в протокол, форма которого представлена в приложе­нии 1.*

**Вопросы для детей младшего дошкольного возраста**

*Кто это?*

*Покажи, какие части есть у тела человека? Назови их («Что это?» — помогает воспитатель малышу). Зачем человеку голова? Что человек делает с помощью рук? Что человек делает с помощью ног?*

*Зачем человеку туловище? Знаешь ли ты, что находится внутри туловища? Назови, пожалуйста (или «Давай наденем волшебные очки и посмотрим, что у нашего человечка находится внутри»).*

***Критерии оценки***

1. *Знание частей тела человека, их обозначение в слове, объяснение их назначения.*
2. *Адекватность ответа на вопрос.*
3. *Активность ребенка в диалоге, эрудированность.*

***Уровни знаний детей***

Высокий: *ребенок знает все части тела человека, правильно на­зывает их и верно объясняет их назначение. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстрирует их, эрудирован.*

Средний: *ребенок называет части тела человека, объясняет их назначение, допуская при этом некоторые ошибки. Не всегда уве­рен в собственных ответах, испытывает определенные трудности.*

Низкий: *ребенок испытывает затруднения в назывании частей тела человека, часто ошибается, не может объяснить их назначения, отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.*

***Раздел 2. Правила чистюли***

***Цель*** *— изучить особенности знаний детей младшего дошкольного возраста о правилах здоровья (правилах личной ги­гиены).*

*В диагностике используются последовательные сюжетные картинки, на которых представлены алгоритмы умывания рук, ухода за ушами и кожей, бережного отношения к глазам.*

*Педагог приглашает ребенка в игру-беседу, которая проводится в индивидуальной форме, и предлагает ему рассказать, что он видит на картинках. Учитывая возраст детей, воспитатель создает привлекатель­ную эмоциональную ситуацию для своего воспитанника, естествен­ным образом вовлекая его в разговор.*

***Примерные вопросы по картинкам*** *(«Правила чистюли: умывание рук»):*

*Что делает девочка?*

*Зачем она хочет помыть руки?*

*Зачем намыливать руки мылом?*

*Зачем вытирать руки?*

*Чем вытирает руки девочка?*

*А у тебя есть свое (личное) полотенце? Для чего оно тебе?*

*Далее педагог предлагает ребенку самостоятельно полистать диа­фильм «Правила чистюли: умывание рук» и ответить на дополни­тельные вопросы: «А ты это делаешь? Зачем ты это делаешь? Для чего?»*

***Критерии оценки***

1. *Знание правил личной гигиены, их уверенное обозначение в слове.*
2. *Целостность рассказа по картинке, знание алгоритма действий личной гигиены.*
3. *Обоснованность действий ребенка изображенного на картинке.*
4. *Соотнесение изображаемых действий на картинках с личным опытом (перенос).*

***Уровни знаний детей***

Высокий: *ребенок знает правила личной гигиены, правильно на­зывает их и знает, как они совершаются. Понимает, зачем они нужны, объясняет, как и зачем совершает их в своей жизни. Не допускает ошибок, уверен в своих знаниях, легко демонстри­рует их.*

Средний: *ребенок называет правила личной гигиены, объясняет их назначение, последовательность действий, допуская при этом незна­чительные ошибки. Не всегда уверен в собственных ответах, испыты­вает определенные трудности при ответах на вопросы, связанные с личным опытом.*

Низкий: *ребенок испытывает затруднения в назывании правил личной гигиены, часто ошибается, не может объяснить, зачем они нужны человеку, лично ребенку. Путается в алгоритме дейст­вий личной гигиены. Отказывается отвечать или не отвечает на вопросы.*

*В организации диагностики представлений детей о здоровье очень важно использовать дополнительные диагностические методы с целью изучения переноса продемонстрированных ребенком зна­ний в реальную жизнь, повседневную практику. В данном случае воспитателю необходимо наблюдать за ребенком в процессе умы­вания, чтобы сделать выводы о компетентности воспитанника, его готовности самостоятельно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Результаты наблюдения позволят педагогу увидеть особенности применения ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в повседневной жизнедеятельности, уточнить, насколько действенны эти знания, позволяют ли они воспитаннику быть компетентным, или же это «застывшие» знания, которые не соотносятся ребенком с реальной жизнью (знает, но не делает или делает все наоборот).*

*Основными критериями в ходе наблюдения становятся:*

* *применение ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и на­выков в жизни;*
* *актуализация здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации;*
* *решение задачи, содействующее сохранению собственного здоро­вья;*
* *самостоятельность решения.*

*Результаты наблюдения фиксируются в протоколе.*

***Протокол наблюдения за проявлениями здоровьесберегающей компетентности детей младшего дошкольного возраста в повседневной жизнедеятельности***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Ф. И. О. ребенка*** | ***Культурно-гигиенические умения и навыки*** | ***Безопасность попечения на улице и в группе детского сада*** | ***Ситуации общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми*** | ***Ситуации, угрожающие собственному здоровью или***  ***здоровью сверстников*** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

*Оформление протокола может происходить по каждому критерию отдельно. Для этого используйте условные обозначения, например первые буквы выделенных критериев и индекс его проявления:*

* *применение ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и на­выков в жизни — П + или П—;*
* *актуализация здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации — дополнительный + или?;*
* *решение задачи, содействующее сохранению здоровья, — Р+ или Р-;*
* *самостоятельность решения — С+ или С—.*

*Неоднозначное проявление критерия может сопровождаться значком «?», например П?, но обратите внимание, что неопре­деленность проявления может наблюдаться в отношении только первых двух критериев. Два последующих критерия или проявля­ются или не проявляются — промежуточного варианта быть не может!*

*Таким образом, наличие валеологической компетентности у ребен­ка сопровождается аббревиатурой П++Р+С+, некомпетентность — П-Р-С- или П??Р-С-.*

*Для более детального изучения здоровьесберегающей компетент­ности детей младшего дошкольного возраста целесообразно использовать дидактические игры, направленные на решение ребен­ком игровых задач:*

* *здорового образа жизни и безопасного поведения;*
* *разумного поведения в непредвиденных ситуациях;*
* *оказания элементарной медицинской, психологической самопомо­щи и помощи.*

*С этой целью можно использовать такие игры, как «Я и мое тело», «Режим дня», «Правильная и здоровая пища», «Опасно - безопасно», «Опасное путешествие», «Волшебный светофор», «Берегите зубы» (и др. Исходя из поставленных задач, педагог может самостоятельно перевести имеющиеся у него в профессиональном ар­сенале дидактические игры валеологического содержания в диагно­стический контекст.*

*Критерии к оценке здоровьесберегающей компетентности детей младшего дошкольного возраста:*

* *применение ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и на­выков в решении игровой задачи;*
* *актуализация здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в игровой ситуации;*
* *решение игровой задачи, которое содействует сохранению здоро­вья;*
* *автономность, самостоятельность решения.*

*Исходя из них, компетентному ребенку присуще самостоятельно применять здоровьесберегающие знания, умения и навыки в ре­шении здоровьесберегающих задач. Решение задач носит здоровьесберегающий характер. Быстрота актуализации знаний свидетельст­вует об устойчивости здоровьесберегающей компетентности до­школьника.*

**Приложения**

**Консультация для родителей**

**Культурно-гигиенические навыки, их значение в развитии ребёнка** С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт непросто усвоение правил и норм поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс оставлять на потом - пусть пока ребёнок останется ребёнком, а приучить его к правилам можно и позже. Это неверное мнение! Психическое развитие - процесс неравномерный, его линии идут не одновременно, есть периоды наиболее быстрого развития тех или иных функций, психических качеств. Эти периоды называются сенситивными, и период раннего и дошкольного детства наиболее благоприятный для формирования культурно-гигиенических навыков. Затем на их основе строится развитие других функций и качеств.

Культурно-гигиенические навыки совпадают с такой линией психического развития, как развитие воли. Малыш ещё ничего не умеет делать, поэтому всякое действие даётся с большим трудом. И не всегда хочется доводить начатое дело до конца, особенно если ничего не получается. Пусть мама или воспитатель покормит, вымоет руки, ведь так трудно удержать скользкое мыло, когда оно выскакивает из рук и не слушается. Очень тяжело встать рано утром, да ещё и самому одеться: надо помнить всю последовательность одевания, уметь застегнуть пуговицы, завязать шнурки: Мама это сделает лучше, да и быстрее. И если взрослые спешат прийти на помощь ребёнку при малейшем затруднении, освободить его от необходимости прилагать усилия, то очень быстро у него сформируется пассивная позиция: "Застегните", "Завяжите", "Оденьте".

Для того чтобы завершить действие, получить качественный результат, сделать всё в правильной последовательности, красиво и аккуратно, нужно приложить волевые усилия.

Так для ребёнка важным становится качество выполнения действия, он учится доводить начатое дело до конца, удерживать цель деятельности, не отвлекаться. И теперь уже не взрослый напоминает ему о необходимости того или иного действия, а сам он по своей инициативе его сам совершает, контролирует его ход. При этом формируются такие волевые качества личности, как целеустремлённость, организованность, дисциплинированность, выдержка, настойчивость, самостоятельность.

Выполнение культурно-гигиенических навыков создает условия для формирования основ эстетического вкуса.

Так, девочка начинает приглядываться к себе, сравнивать, насколько она изменилась, когда её причесали, завязали бантики. Важно, чтобы взрослый при совершении бытовых процессов ненавязчиво обращал внимание ребёнка на изменения в его внешнем виде. Смотря в зеркало, малыш не только открывает себя, но и оценивает свой внешний вид, соотносит его с представлением об эталоне, устраняет неряшливость в своей одежде и внешности. Складывается критическое отношение к своему облику, рождается правильная самооценка. Ребёнок постепенно переходит к контролю над своим внешним видом.

Освоение культурно-гигиенических навыков связано с этическим развитием дошкольника. Трёхлетний малыш уже может дать моральную оценку действиям человека или героя сказки. Пока она ещё основана на переносе общего эмоционального отношения ребёнка к человеку или персонажу: нравится, значит хороший, не нравится, значит плохой.

В четыре-пять лет у детей начинаются складываться моральные понятия "хорошо", "плохо". Дети относят к ним поступки других людей и на этом основании оценивают поведение. Надо помнить, что ребёнку трудно оценить сложные поступки, гораздо легче бытовое поведение.

Взаимосвязанно с формированием культурно-гигиенических навыков складываются и развиваются нравственные чувства. Малыши до трёх лет испытывают удовольствие от того, что они сначала выполняют действия вместе с взрослым, а потом самостоятельно. В четыре года удовольствие ребёнку доставляет правильность выполнения действия, что подтверждается соответствующей оценкой взрослого. Стремление заслужить одобрение, похвалу является стимулом, побуждающим малыша к выполнению действия. И только потом, когда он поймёт, что за каждым действием стоит правило, усвоит нравственную норму, соотнесёт её с действием, он начинает испытывать удовольствие от того, что поступает в соответствии с нравственной нормой. Теперь он радуется не тому, что он вымыл руки, а тому, что он аккуратный: "Я хороший, потому что всё делаю правильно!"

Дети 3-4 лет только начинают осознавать правила поведения, но ещё не видят скрытых за ними нравственных норм, часто не относят этих правил к другому.

Воспитателю надо помнить, что об активном освоении правил поведения свидетельствует появление жалоб-заявлений, адресованных взрослому. Малыш замечает нарушение правил другими детьми и сообщает об этом. Причина подобных высказываний ребёнка в стремлении убедиться, что он правильно понимает правила поведения, получить поддержку со стороны взрослого. Поэтому к таким жалобам следует относиться с большим вниманием. Подтвердите, что малыш правильно понимает общественное требование, и подскажите, как нужно поступить, если он замечает его нарушение.

**Советы воспитателя для родителей**

Аппетит ребенка раннего возраста, его сон, настрое­ние и поведение во время еды во многом зависят от пове­дения взрослых и от отношения к этому детей.

Неправильные приемы взрослых при организации пи­тания могут привести к закреплению отрицательных при­вычек у детей.

***Совет первый. «Я — сам»***

С полутора лет большинство детей умеют есть самостоя­тельно. Вы можете лишь докормить малыша другой ложкой - так, чтобы он не очень замечал, что ему помогают. А пить чай из чашки, из стакана дети умеют обычно еще раньше - к году.

Настает день, когда малыш начнет протестовать про­тив того, что вы ему помогаете. «Сам! Сам!» - скажет он. Что ж, сам так сам. От вас потребуется определенное тер­пение: в первое время некоторое количество пищи ма­лыш будет размазывать по лицу, по нагруднику, по столу. Ничего не поделаешь - должен же он научиться есть са­мостоятельно. Зато вы избежите капризов за едой.

Если с этой точки зрения мы взглянем на бытующий еще в некоторых семьях обычай развлекать малыша за едой, то поймем, в чем его вред: внимание сосредоточивается не на еде, а на чем-то интересном, к ней отношения не имеющем, еда же становится действием либо механиче­ским, не вызывающим радости и удовольствия, либо - что еще хуже - неприятной процедурой, которую прихо­дится терпеть ради того, чтобы тебя позабавили.

Чтобы малышу было интереснее есть, позвольте ему брать в руку то, что можно взять, - блинчик, пирожок, крутое яйцо. Когда ребенок станет старше, на третьем году, он уже сможет участвовать в приготовлениях к еде: поста­вить на стол тарелку, чашку, принести ложки, достать салфетку, которую вы ему повяжете.

***Совет второй. «Аккуратно и опрятно»***

Предоставив малышу самостоятельность, приучайте его к опрятности: испачкает лицо - вытрите его салфеткой, прольет что-нибудь на стол - наготове должна быть специальная тряпочка. Наводить порядок вы будете не молча, а проговаривая свои действия. Это важно для развития речи. С раннего возраста ребенка следует приучать к правильной, красивой сервировке стола, воспитывать умение есть чисто, аккуратно. Удобная посуда, ее смена для каждого блюда, красивая клеенка, на которой не должно быть кро­шек, в большой мере способствуют воспитанию аккурат­ности.

***Совет третий. «Соблюдение правил»***

Детей на третьем году жизни надо приучать к соблюде­нию правил поведения за столом: есть спокойно, не от­влекаясь, не выходить из-за стола, пока не закончил есть; уметь спокойно подождать, пока дадут следующее блюдо; выражать свои просьбы словами; говорить «спасибо» пос­ле еды; убирать свою салфетку; ставить на место стул и т.п. Шалости за столом недопустимы, их надо прекращать сразу. Если увещевания не помогают, следует спокойно сказать малышу: «Я вижу, ты есть не хочешь. Что же, иди играй». Не злоупотребляйте запретами. И в то же время не разре­шайте малышу делать за столом все, что он захочет.

Запреты необходимы тогда, когда избежать их нельзя, и то, что однажды запрещалось, не должно и в дальней­шем разрешаться.

***Совет четвертый. «Если ребенок не ест»***

Что же делать, если вас тревожит недостаточный, пло­хой (подкрепленный точным подсчетом того, что ребенок действительно съедает) аппетит малыша?

Прежде всего попытайтесь выяснить причины. Возмож­но, ребенок время от времени отказывается от еды пото­му, что он устал или расстроен чем-нибудь. Предложите ему спокойно: «Ты устал, давай-ка я покормлю тебя». Если малыш продолжает отказываться от еды - не настаивай­те, предложите ему отдохнуть, но без упреков, без выго­вора и угрозы: «Ну, не хочешь есть, не надо, поешь по­том».

***Совет пятый. «Терпение»***

Дети раннего возраста еще не могут соотнести свои воз­можности с потребностями (ребенку кажется, что он может сделать все, а у него не получается). Это вызывает не­гативную эмоциональную реакцию ребенка. Взрослым не надо сердиться на него, расценивая все как каприз. Не надо настаивать на беспрекословном послушании без уче­та этой особенности. Иначе ребенок может дойти до нерв­ного напряжения. Важно проявлять терпеливое, ровное отношение к ребенку, сохранять положительные эмоции у детей.

Надо помнить, что все навыки формируются и закреп­ляются постепенно в процессе многократного повторения. Поэтому нельзя считать, что если ребенок сегодня само­стоятельно ест, то завтра он сможет это сделать без помо­щи и напоминаний. Требовать от детей раннего возраста самостоятельности в еде без участия взрослого нецелесо­образно. Важно обеспечить спокойное, доброжелательное отношение к ребенку.

**Конспект занятия**

**на тему: «Путешествие в Страну здоровья»**

**Цель:** Формирование навыков здорового образа жизни, развитие речи детей и двигательной активности.

**Образовательные задачи:** закреплять знания детей в умывании; в знании предметов туалета и их назначении; закрепить знания о свойствах воды.

**Воспитательные задачи:** воспитывать у детей культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть красивыми, чистыми, аккуратными, уважительно относиться к своему телу.

**Развивающие задачи:** вызвать интерес к выполнению культурно – гигиенических навыков, побудить детей к постоянному их соблюдению; развивать наблюдательность, любознательность.

**Развивающая среда**: Иллюстрированная книга К. Чуковского “Мойдодыр”, музыкальная запись по усмотрению воспитателя, воздушные шары с советами от Айболита, голубые ленточки для игры  “Собери ручейки в речку”, мыло, гребень, зубная щетка, мочалка, полотенце.

**Участники:**  сказочные герои Айболит и Вода.

**Ход занятия.**

*Дети заходят под музыку и рассаживаются на стулья.*

Ребенок:   Рано утром просыпайся,

Всем на свете улыбайся,

Ты зарядкой занимайся,

Обливайся, вытирайся,

Всегда правильно питайся,

Аккуратно одевайся,

В детский садик отправляйся!

Воспитатель: Дети сегодня у нас необычное занятие, мы поговорим о нашем здоровье. (Раздается стук в дверь)  Давайте посмотрим, кто к нам пришел?

Айболит: Здравствуйте дети! Я очень рад, что попал на ваше занятие в детский сад.

А теперь скорее (Айболит зовет к себе детей.) Отвечайте мне!

-Вы здоровенькие?

- Да! (Дети показывают, какие они здоровенькие.)

-Вы чистенькие?

-Да! (Дети показывают, какие они чистенькие.)

-С Водой дружите?

-Да!

А вы меня узнали? (ответы детей) Вот спасибо, отгадали. Сказку вы мою узнали?  Но я пришел сюда не один. Со мной пришли мои друзья. Я сейчас  загадаю вам загадку:

Я мокрая, зимой замерзаю, весной журчу, летом теку, а осенью капаю (вода)

Не знаете? А  угадаете другую?  Если руки наши в ваксе,

Если на нос сели кляксы,

Кто тогда нам первый друг,

Снимет грязь с лица и рук?

Без чего не может мама

Ни готовить, ни стирать,

Без чего, мы скажем прямо,

Человеку умирать?

Чтобы лился дождик с неба,

Чтоб росли колосья хлеба,

Чтобы плыли корабли -

Жить нельзя нам без ...(воды)

*Под музыку входит Вода*

Вода: Здравствуйте, зачем вы меня позвали? Я - Вода!

Воспитатель: Мы сегодня отправляемся в Страну здоровья, а без тебя и Айболита мы туда не попадем. Сейчас дети расскажут и покажут потешку, как они тебя любят.

Дети: Водичка, водичка!

Умой мое личико,

Чтобы глазки блестели,

Чтобы щечки горели,

Чтобы смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

Вода: Молодцы, а еще я нужна, чтобы пить, мыть, поливать, готовить и стирать. Ничего я не забыла дети? (Ответы детей)

Побежали в Страну здоровья (легкий бег на носках, с ускорением и замедлением).

Айболит: Вспомните, в какой сказке говорится о том, как все любят умываться, как она называется, и кто ее написал?

Дети: «Мойдодыр», К. Чуковский.

Вода и Айболит: Правильно! Давайте вместе вспомним:

Рано утром на рассвете

Умываются мышата

И котята, и утята,

И жучки, и паучки.

Воспитатель: - Купаться, умываться любят все животные и насекомые. Ребята, кто из вас видел, как они умываются? Как умывается кошка?

Дети: - Лапками и язычком.

Воспитатель: - Правильно, а как умывается собака?

Дети: - Тоже лапками и язычком.

Воспитатель: - Кто знает, как купается слон?

Дети:  - Хоботом.

Воспитатель:  - Молодцы! Слон может делать своим хоботом себе душ. Хомячок умывается лапками. Попугайчик чистит свои пёрышки клювом.

Детям предлагается игра – имитация «Как животные, птицы, насекомые умываются» Воспитатель: - Молодцы! Ребята, а человек умывается?

Дети: - Да.

Воспитатель: А зачем человек умывается?

Дети: - Чтобы быть чистым, красивым, аккуратным, хорошо пахнуть.

Если дети затрудняются, воспитатель помогает.

Воспитатель: - Правильно! А ещё, чтобы не заболеть. У нас на теле скапливаются вредные микробы, мы их не видим. Поэтому, надо мыться, ухаживать за собой, даже если ты и не очень грязный. Человек моет всё тело, когда купается в ванне, под душем, а может отдельно вымыть руки, лицо, ноги.  Все любят купаться: и люди, и животные, и насекомые, и даже игрушки мы с вами моем.

Айболит и Вода: Дети в Стране здоровья жители выполняют правила, которые вы должны знать и выполнять (Правила прикреплены к воздушным шарикам)

1-й совет. Умывайтесь по утрам и вечерам. Мойте руки, лицо, шею и уши.

2-й совет. Мойте руки и ноги перед сном каждый день.

3-й совет. Мойте руки после игры, прогулки и туалета.

4-й совет. Мойте руки перед едой с мылом.

5-й совет. Чаще принимайте душ и ванну.

Воспитатель и дети: Запомнили советы (опросить индивидуально)?

«Надо, надо умываться

По утрам и вечерам,

А нечистым трубочистам-

Стыд и срам!

Стыд и срам!»

Вода: Всех зову я вас к воде,

Есть она у нас везде — И в реке, и в океане, В озере, ручье и ванне (раздает голубые ленточки). Проведем игру сейчас.

Игра «Собери ручейки в речку».

Дети бегут врассыпную с ленточками под музыку, а затем собираются в речку и все вместе, вибрируя рукой с ленточкой.

Айболит: Какую вы большую речку собрали! Теперь воды в нашем детском саду много. Ой, а что это по речке приплыло (показывает мыло и слушает ответы детей)?

Воспитатель: Правильно, это мыло! Мыло и вода - настоящие друзья!  А что нам для чистоты еще надо (показать мочалку, зубную щетку, пасту, гребень, полотенце)?

Ребенок: «Да здравствует мыло душистое,

И полотенце пушистое, И зубной порошок,

И густой гребешок!

Давайте же мыться, плескаться

В ушате, в корыте, в лохани,

В реке, в ручейке, в океане,

И в ванне, и в бане,

Всегда и везде -

Вечная слава воде!»

Воспитатель: А какие еще есть средства, чтобы избавиться от микробов (ответы детей, можно подсказать)?

-Это чистый воздух. Нужно чаще проветривать комнату и гулять на воздухе.

-Это физические упражнения, сейчас мы вместе с Айболитом и Водой выполним веселые упражнения:

Раз, два, три, четыре, пять,

Начал заинька скакать.

Прыгать, заинька горазд,

Он подпрыгнул десять раз.

Взялся зайка за бока,

Заплясал он гопака.

Прилетели утки.

Заиграли в дудки.

Ах, какая красота.

Заплясал он гопака.

Лапки вверх, лапки вниз.

На носочках подтянись.

Лапки ставим на бочок.

На носочках скок-скок-скок.

А затем в присядку,

А потом на пятку.

Вода и Айболит: Молодцы, мы вам дарим замечательные мыльные пузыри. Играйте, улыбайтесь и будьте здоровыми всегда! До свидания!

Воспитатель: Занятие наше закончилось. Сегодня мы посетили Страну здоровья, вспомнили сказки К.Чуковского «Мойдодыр» и «Айболит» и выучили правила, чтобы быть здоровыми.

**Список литературы**

1. Алямовская В.Г. Ребенок за столом: Методическое пособие по формированию культурно-гигиенических навыков. –М., 2007.

2. Доскин, В. А. Растем здоровыми: пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры /В. А. Доскин, Л. Г. Голубева. –М: «Просвещение», 2002.

3. Крылова, Н. И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. Проектирование, тренинги, занятия: методическое пособие/Н. И. Крылова. – Волгоград: издательство «Учитель», 2009.

4. Картушина, М. Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет: методическое пособие / М. Ю. Картушина. – М. : ТЦ «Сфера», 2004.

5. Михайленко И. Я., Короткова Н. А. Организация сюжетной игры в детском саду. Пособие для воспитателей. –М., 2001.

6. Прищепа, С. С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Методическое пособие / С. С. Прищепа. – М. :ТЦ «Сфера», 2009.