Согласовано: Утверждено:

на Педагогическом Совете №3 Заведующей МБДОУ № 21

от « 31 » января 2022 г. «Золотой ключик»

Протокол №3 \_\_\_\_\_М.Н.Ни

« 31 » января 2022г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

№ 21 «Детский сад «Золотой ключик» комбинированного вида»

**Проект по здоровьесбережению**

**«Путь к здоровью малыша!»**

**Вторая группа раннего возраста «Солнышко»**

**2021-2022 уч.год.**

**Приоритетная образовательная область** «Познавательное развитие».

**Тип проекта**: познавательно-игровой.

**Сфера реализации проекта:** воспитательно-образовательный процесс и свободная деятельность детей второй группы раннего возраста «Солнышко»

**База проекта:**

- обучающиеся второй группы раннего возраста;

- воспитатели группы;

- родители обучающихся;

**Срок реализации проекта** – 5 месяцев (январь 2022 – май 2022г)

**Авторы проекта:** Лушникова З.Г.**,** Халикова Т.Х.

г. Шарыпово, 2022 г.

**Проблема проекта:**

У детей не сформированы основы здорового образа жизни, не до конца сформированы культурно – гигиенические навыки (навыки опрятности и самообслуживания).

**Актуальность проекта:**

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Особенно остро эта задача стоит в младшем возрасте, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов к оздоровительному процессу. Воспитателям и родителям необходимо уделять особое внимание укреплению здоровья ребенка и формированию привычки здорового образа жизни. А также создавать для детей условия, которые дали бы возможность для сохранения и укрепления физического, психического здоровья детей, воспитания культурно-гигиенических навыков.

**Цель проекта:** начальное формирование основ здорового образа жизни у детей второй группы раннего возраста.

**Задачи проекта:**

для детей:

* формировать знания, умения и навыки, которые необходимы для сохранения и укрепления физического и психического здоровья.
* воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания
* создать здоровьесберегающую среду в группе для совместной и индивидуальной работы.
* повышать интерес к здоровому образу жизни через различные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.

для родителей

* повышать педагогическую компетентность родителей о здоровом образе жизни, о здоровом климате в семье путем оформления памяток, проведения бесед и консультаций.
* способствовать созданию активной позиции родителей в формировании здорового образа жизни;
* дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены, режима дня.

для педагогов:

* формировать представления педагогов в вопросах здоровьесбережения детей младшего дошкольного возраста в условиях ДОУ;
* повысить уровень собственных знаний по применению здоровьесберегающих технологий в условиях семьи и ДОУ;
* установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни.
* создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки.

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:

Выбор темы и подбор литературы по теме проекта, составление плана, привлечение родителей к реализации проекта.

2 этап - познавательно – практический:

Проведение тематических занятий, бесед, дидактических игр и упражнений, предоставление родителям консультаций.

Чтение литературы, подвижные игры, оздоровительные мероприятия.

3 этап - заключительный:

Анализ полученных результатов, презентация проекта.

Риски: непостоянный состав детей, слабая заинтересованность детей и родителей.

Пути реализации: индивидуальная работа с отсутствующими детьми. Информирование родителей с помощью информационных стендов.

**План реализации проекта**

**Ежедневная профилактическая работа:**

-утренняя гимнастика;

-бодрящая гимнастика после сна;

-хождение по массажным дорожкам;

-закаливание водой;

- пальчиковая гимнастика;

-дыхательная гимнастика;

-прогулки и игры на свежем воздухе.

**Формы взаимодействия с детьми:**

**Социально-коммуникативное развитие**

Развитие игровой деятельности детей, приобщение к общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, формирование положительного отношения к себе, гендерной принадлежности. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни.

-Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Семья», «Мы – спортсмены», «Доктор Айболит», «Собираемся на прогулку», «Игрушки у врача», «Кукла Катя заболела» и др.

- Игровые ситуации «Поможем кукле Кате вымыть руки», «Водичка, водичка умой моё личико», «Покажи как надо умываться и вытираться полотенцем», «Покажем Мишке какие мы аккуратные» (с зеркалом, расческой) и др.

Театрализованная деятельность: показ настольных театров. Разыгрывание сюжетов из сказки Б.Заходер. «Мишка-Топтыжка».

-Беседы с детьми: «Как правильно пользоваться предметами личной гигиены», «Полезные продукты – овощи и фрукты», «Зачем необходима зарядка», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу», «Умываются котята по утрам и вечерам», «Чистота – залог здоровья».

**Безопасность**

Формирование основ безопасной жизнедеятельности в различных видах двигательной активности.

«Правила поведения в детском саду», «Правила поведения во время еды и умывания», «Как надо одеваться, чтобы не болеть», «В какие игры можно играть в группе?»

**КГН**

Режимные моменты: (питание, умывание, раздевание, одевание)

**Труд**

Упражнение: «Моем расчески», «Учим Мишку накрывать на стол», «У нас порядок»

**Познавательное развитие**

Развитие сенсорной культуры, расширение кругозора, в части представлений о человеческом организме, здоровье и здоровом образе жизни.

- Дидактические игры и упражнения, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Аптечка», «Полезно – вредно», «Полезные продукты», «Что для чего», «Оденем куклу на прогулку», «Уложим куклу спать», «Купание куклы», «Накормим куклу», «Съедобное – несъедобное», «Чей фрукт?», «Чудесный мешочек-овощи, фрукты», «Делаем причёску», «Я скажу, а ты покажи», «Угощение кукол», «Напоим куклу чаем», «Определи на вкус», «Разрезные картинки» (виды спорта), «Чудесный мешочек» (предметы личной гигиены), «Покажи части тела», «Собери куклу» (разрезные картинки).

-Игры с водой, игра-эсперимент «Грязные и чистые руки» Цель: Обучение детей умению делать выводы; развитие мышления, интереса к экспериментам, вызвать радость от открытий, полученных из опытов.

**-**Демонстрационный материал: «Алгоритм чистки зубов», «Алгоритм одевания, раздевания», «Алгоритм умывания»

-Конструирование: «Спортивная площадка» (дорожки, лесенки, воротики), больницы, «Стол для куклы», «Домик для матрешки»

**Речевое развитие**

Использование художественных произведений и фольклора для обогащения содержания области.

-Демонстрационный материал по развитию речи: «Вредная или полезная привычка?», «Почему важно умываться, мыть руки, чистить зубки».

-Чтение. Фольклор:«Водичка, водичка», «Моем носик, моем щечки», «Ладушки, ладушки», «Наша Маша маленька» и др.;

А. Барто «Девочка чумазая»;

Б.Заходер. «Мишка-Топтыжка».

К. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит»;

В.Берестов «Больная кукла»;

Е. Благинина «Больной зайка»;

Н.В Гурина «Умываемся». Сказки

«Петушок и бобовое зёрнышко».

Шульжик «Зеркало любит чистые лица»

Е. Чарушин «Мишка», «Не бери в рот грязные предметы ( книга «Правила поведения для воспитанных детей») и др.

-Пальчиковые игры.

**Художественно- эстетическое развитие**

Удовлетворение потребности детей в самовыражении в продуктивной деятельности.

Рисование «Яблоки для ёжика», «Дождик», «Сосульки», « Вылечим зубки Маше».

Раскрашивание контурных картинок «Мой веселый звонкий мяч», «Вкусные картинки» (фрукты), «Угощение для кукол».

Лепка «Витаминки в банке», «Овощи и фрукты», «Мяч»

**Музыка**

Использование музыкальных произведений для развития двигательного творчества детей.Формирование способности воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым, выполнять простые танцевальные движения.

Музыкальные игры «Где же наши ручки?», «Лошадка», «Есть у киски глазки…»

Имитационные движения под музыкальное сопровождение, с использованием масок-шапочек.

**Физическое развитие**

Развитие физических качеств, накопление двигательного опыта как важных условий сохранения и укрепления здоровья детей.

-Подвижные игры: «Зайка серый умывается», « По ровненькой дорожке», «Зайцы и медведи», «Поезд», «Дождик и солнышко», « Курочка-хохлатка», «Кто быстрее до бежит», «Пройди по дорожке», «Веселые колокольчики», «Все котятки мыли лапки», «Зайцы и медведь»,«Мой веселый, звонкий мяч»и др..

Игровые упражнения; Физминутки, Дыхательная гимнастика,Гимнастика для глаз и т.д

**Взаимодействие с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:**

* Привлечение родителей к созданию условий для реализации проекта.
* Применение родителями здоровьесберегающих технологий дома.
* Информационные стенды медицинского работника о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ.
* Информационные папки для родителей, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры);

*«Здоровые зубы – залог здоровья»;*

*«Утренняя гимнастика для детей»;*

*«Физическое воспитание. Советы родителям»;*

*«Что нельзя приносить в детский сад»*;

*«Режим дня – это важно»;*

*«Как приучить ребенка есть овощи и фрукты»;*

* Консультации, беседы (индивидуальные) с родителями по вопросам здоровьесбережения, по профилактике заболеваемости.

**Предполагаемый результат проекта:**

1.Детей приобретут первоначальные знания оздоровом образе жизни.

2. У большинства детей формируется потребность в соблюдении культурно - гигиенических навыков.

3. Укрепится связь между детским садом и семьей.

4. Повысится педагогическая компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.

**Перспективы проекта:**

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.**