***«Детский сад – территория здоровья»***

***(проект по оздоровительной работе с детьми 2-3 лет).***

Белогорцева Н.А.

Воспитатель

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 7 комбинированного вида»

Предлагаю Вашему вниманию проект, направленный на оздоровление детей, на формирование у детей основ здорового образа жизни и культурно-гигиенических навыков. Данный проект рассчитан на детей 2 — 3 лет. В учебно-воспитательный процесс, включены оздоровительные мероприятия: дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, физкультминутки и динамические паузы, пальчиковая гимнастика, релаксация, занятия со специалистами МАДОУ, медицинским персоналом. В рацион питания детей включаются фрукты, соки, салаты, овощи.

  Актуальность.

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка. Особенно остро эта задача стоит в адаптационный период, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно — оздоровительной работы. Образовательная область физическое развитие 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.

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

Обоснование проблемы:

- Родители не достаточно уделяют внимание физическому развитию детей (охрана и укрепление здоровья), воспитанию культурно-гигиенических навыков у детей.

- Недостаточно знаний у детей о культурно-гигиенических навыках, о здоровом образе жизни.

Тип проекта: оздоровительный

Вид проекта: краткосрочный

Участники проекта: дети группы 2 – 3лет, воспитатели, инструктор по физической культуре, инструктор по бассейну, медицинский персонал.

Цель: оздоровление детей, формирование основ здорового образа жизни и культурно – гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.

- Формирование основ о здоровом образе жизни.

- Воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование представлений о правилах личной гигиены.

- Развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности дошкольников.

- Активизировать словарь: здоровье, здоровый образ жизни, зарядка, физкультура, правила, личная гигиена.

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

Ожидаемые результаты:

- У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.

- Сформированы культурно-гигиенические навыки, знают элементарные правила личной гигиены.

- Дети самостоятельно проявляют инициативу: рассматривают иллюстрации, участвуют в беседах, задают вопросы. проявляют творчество, активность и детальность в работе.

- Активизирован и обогащен словарный запас детей по теме.

- С удовольствием рисуют, лепят, играют в разные игры.

- Участие в совместной деятельности родителей.

Реализация проекта:

Проект состоит из трёх этапов: подготовительный, основной, заключительный

1 этап — Подготовительный - включает в себя изучение методической литературы, подбор дидактического материала, оформление информационного стенда для родителей.

- папка – передвижка «Режим дня – это важно», консультации: «Пальчиковая гимнастика», «Прогулки в зимний период: польза для ребёнка», беседы с родителями по профилактике заболеваемости, памятка для родителей  «Профилактика кишечных инфекций», «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей 2 — 3 лет».

2 этап — Практический – включил в себя непосредственно взаимодействие с детьми:

- Мероприятия направленные на оздоровление малышей, формирование основ о здоровом образе жизни и культурно-гигиенических навыков.

В совместной деятельности - ежедневное проведение утренней гимнастики, динамических пауз, физминуток, дыхательных гимнастик, пальчиковых игр (с предметами) с проговариванием стихотворных форм. Сюжетно-ролевые игры  «Больница»,  «Доктор Айболит»,  «Игрушки у врача и другие;

Дидактические игры и упражнения, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Чумазый Лягушонок», «Оденем куклу Дашу на прогулку», «Уложим Мишутку спать»,  «Напоим зверят тёплым чаем», «Водичка, водичка», «Вымой руки», «Умывалочка», «Делаем причёску», «Серый котик умывается», «Я скажу, а ты покажи», «Определи на вкус» и другие. Беседы с детьми «Разговор о правильном питании»,  «Полезные продукты – овощи и фрукты»,  «Правила поведения во время еды и умывания». Чтение художественной литературы (К.Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»), русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме «ЗОЖ», «КГН».

В работе со специалистами – занятия в физкультурном зале, в бассейне.

С медицинским персоналом – профилактические, оздоровительные процедуры.

В свободной-игровой деятельности – игры по интересам, рассматривание материала по теме  «Предметы личной гигиены», «Если хочешь быть здоров», «Вредные привычки», «Как правильно пользоваться предметами личной гигиены».

самообслуживание.

После сна - закаливающие мероприятия (ежедневно), воздушные ванны, гигиенические процедуры, хождение босиком по массажным коврикам, самомассаж стоп и рук.

Профилактические мероприятия – витаминизация, облегчённая одежда в помещении и на улице, профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам и др.), игры, направленные на формирование правильной осанки.

3 этап — Заключительный, итог как - Продукт проектной деятельности:

Оформление проекта «Детский сад – территория здоровья», оформление в группе уголка здоровья, создание картотек различных гимнастик (дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, физкультминутки), подвижных игр; пополнение предметно-пространственной развивающей среды в группе дидактическими материалами.