

**муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад № 29»**

Россия, 660062, г. Красноярск, ул. Крупской, 10ж, e-mail: dou29@mailkrsk.ru, тел. (391) 218-18-62, 218-18-82
ОГРН 1152468014050 ИНН/КПП 2463093302/246301001

**Долгосрочный проект
во второй младшей группе
«Хорошо быть здоровым!»**

**Выполнила воспитатель:
Дугина А.В.**

Сроки проведения проекта: сентябрь – май 2022-2023 учебного года.

Участники проекта: дети 2 младшей группы, воспитатель, родители.

Образовательные области: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Актуальность проекта:

Жизнь в двадцать первом веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной является проблема сохранения и укрепления **здоровья детей**.

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) предусматривает создание условий для повышения качества дошкольного образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в дошкольных образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления **здоровья воспитанников**.

Образовательная область «*Физическое развитие*» – «Формирование начальных представлений о **здоровом образе жизни**» направлена на достижение целей охраны **здоровья** детей и формирования основы культуры **здоровья** через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Именно в дошкольном возрасте очень важно воспитать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку. В эти годы дети могут освоить все основные культурно-гигиенические навыки, научиться понимать их важность, легко, быстро и правильно выполнять.

Работая с детьми с детьми младшей группы детского сада, я заметила, что у детей, пришедших в детский сад из дома, отсутствуют элементарные навыки самообслуживания и личной гигиены: дети не умеют самостоятельно умываться, одеваться и раздеваться, объективно оценивать особенности своего организма.

В каждойдневной деятельности формируются культурно-гигиенические навыки у детей, вырабатываются привычки: мытьё рук перед едой, после пользования горшком, после занятий.

С течением времени, наблюдая за каждым ребёнком, замечаю, кто из детей, в какой степени уже овладел тем или иным навыком, и постепенно предоставляю таким детям всё больше самостоятельности. Для этого я разработала данный **проект**, расширила формы работы с детьми и родителями. От прямых указаний перешла к напоминанию, от показа к совету, от примера к методам, позволяющим развивать у ребёнка осознанное отношение к правилам, убеждению, разъяснению смысла правил.

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. Художественное слово, фольклор (*потешки, прибаутки, песенки, сказки, стихи*). Например: учим стихи, загадки, сказки, потешки. На их основе можно разыгрывать маленькие сценки, распределив роли между детьми.

Использую в своей работе с детьми наглядные приемы (*картинки, фотографии*). Например: фотографии, иллюстрации о правилах поведения за столом.

Практические действия (самостоятельные действия с чайными и столовыми принадлежностями, сервировка стола, разбор проблемных ситуаций с игрушками, например: зайчик пригласил ежика в гости – нужно помочь накрыть стол).

Приучаю ребёнка к гигиеническому индивидуализму: своя расчёска, своя постель, свой носовой платок, своё полотенце.

Существенной частью педагогического процесса по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего возраста являются игры-занятия с куклой. Мною спланированы следующие игры: «*Умоем куклу Катю*», «*Кукла Катя идёт на прогулку*», «*Причешем куклу Катю*».

Чтобы ускорить формирование культурно-гигиенических навыков, необходимо в процессе игр напоминать ребёнку: "Ты всегда моешь руки перед едой, после еды?".

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.

Формирование культурно-гигиенических навыков осуществляется в тесном контакте с семьей, т. к. культурно-гигиеническое воспитание, осуществляемое в дошкольном учреждении, должно не прерываться и в домашних условиях.

Провожу индивидуальные беседы с родителями, консультации для родителей, чтобы родители знали и поддерживали требования, предъявляемые к детям и дома.

Таким образом, проблема воспитания КГН решается через данный **проект**, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

Проблема: Отсутствие у детей культурно-гигиенических навыков. Актуальной является проблема здоровья детей в ДОУ. Особенно, когда у детей наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов **воспитательно-оздоровительной работы**.

Мотивация детей: **быть здоровыми**, чистыми, непохожими на Грязнулю из стихотворения Чуковского «*Мойдодыр*», А. Барто «*Девочка чумазая*». Научиться держать мыло в руках, чтобы оно «*не выскользывало, не злилось*».

Цель проекта: приобщение детей к здоровому образу жизни, совершенствования культурно-гигиенических навыков с применением художественной литературы в разных видах детской деятельности.

Задачи проекта:

1. Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания;

2. Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.

3. Развивать уверенность в себе и своих возможностях; развивать активность, инициативность, самостоятельность;

4. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены.

5. Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни.

Ожидаемые результаты реализации проекта:

Дети от 3– 4 лет должны:

- * С помощью взрослого приводить себя в порядок.
- * Пользоваться индивидуальными предметами (*носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком*).
- * По порядку одеваться и раздеваться.
- * При небольшой помощи взрослого снимать одежду и обувь (*растёгивать пуговицы спереди, застёжки на липучках*).
- * Аккуратно складывать одежду.
- * Следить за своим внешним видом.
- * Пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания.
- * Вешать полотенце на место, пользоваться расчёской и носовым платком.
- * Правильно пользоваться столовой и чайной ложками, салфеткой; не крошить хлеб, пережёвывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

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.

Продукт проекта:

1. Знания у детей и прочно сформированные привычки культурно-гигиенических навыков.
2. Изготовление книжек-малышек с родителями «*Будь здоров, малыш!*».
3. Консультации для родителей о **здоровье**.

План реализации проекта

Ежедневное использование физкультурных минуток;

- Использование пальчиковой гимнастики на занятиях и в свободной деятельности;
- Проведение подвижных игр на физкультурных занятиях и в свободной деятельности.

Месяц	Тема	Форма предоставления результата
Сентябрь	<p>1-2 неделя: Сбор литературы по данной теме. 3</p> <p>неделя: Диагностика детей по данной теме Составление плана работы.</p> <p>4 неделя: Разработка содержания проекта</p>	
Октябрь	<p>1неделя: Консультация для родителей на тему: «Как приучить ребёнка быть аккуратным».</p> <p>2 неделя: Дидактические упражнения: «Оденем куклу на прогулку».</p> <p>3 неделя: Информация для родителей на тему: «Культурно-гигиенические навыки у детей младшего возраста».</p> <p>4 неделя: Дидактические упражнения: «Уложим куклу спать»</p>	<p>Фотоотчет на сайте в ДОУ</p> <p>Картотека дидактических игр и упражнений</p>
Ноябрь	<p>1неделя: Памятка для родителей «Внешний вид малышей: О чём не стоит беспокоиться».</p> <p>2 неделя: Беседа «Безопасность в группе».</p> <p>Цель: рассмотреть с детьми различные ситуации, обсудить, какие места в группе и предметы могут быть опасными. Формировать у детей основы культуры безопасности;</p> <p>3 неделя: Чтение художественной литературы: «Мойдодыр», обыгрывание сюжетов совместно воспитателя и детей. Д/и «Поможем Мойдодыру».</p> <p>Цель: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни;</p> <p>4 неделя: Буклет для родителей на тему: «Что должен ребёнок иметь дома из предметов для развития культурно-гигиенических навыков».</p> <p>Дидактические игры: «Водичка, водичка», «Вымой руки».</p> <p>Дидактические игры: «Умывалочка», «Делаем причёску».</p>	<p>Отчёт на личную страничку сайта ДОУ.</p> <p>Презентация опыта работы по проектной деятельности.</p>

Декабрь	<p>«Социально-коммуникативное развитие»: 1 неделя: Ситуативный разговор о пользе утренней гимнастики; Беседа «Для чего необходимо чистить зубки?» Дидактическая игра «Азбука здоровья». Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память; Дидактическое упражнение: <i>«Покажем кукле Кате, как мы делаем зарядку».</i> 2 неделя: Беседа "Как устроено тело человека. Д/и <i>«Правила чистюли»</i> Цель: закреплять культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, чистка зубов, причёсывание), формировать умение показывать эти движения при помощи мимики и жеста и отгадывать по показу "Су-джока терапия «Мы руками крутим - крутим». Аппликация: «Украстить варежку» 3 неделя: Рассматривание иллюстраций «Правила гигиены» Цель: формировать у детей навыки ответа на простые вопросы «Кто? Какой? Что делает?»; ознакомить детей с предметами личной гигиены; формировать привычку заботиться о чистоте рук и тела. Артикуляционная гимнастика «Часики, Заборчик» Д/и <i>«Назови части тела и лица».</i> Цель: формировать представление о своём теле. Памятки для родителей «Дыхательная гимнастика». 4 неделя: Ситуативные беседы, настольно-печатные игры «Съедобное-несъедобное», «Что вредно, а что полезно». Организация конкурса для родителей и детей: Изготовление массажных ковриков «Тропа здоровья».</p>	<p>Отчёт на личную страничку сайта ДОУ.</p> <p>Наличие альбома «Правила гигиены»</p> <p>Пополнение картотеки дидактических игр и упражнений</p> <p>Выставка массажных дорожек</p> <p>Наличие памятки</p>
Январь	<p>Образовательная область «Речевое развитие» 1 неделя: Беседа: «Кто такие микробы и где они живут?» Цель: формировать осознанное отношение к необходимости вести здоровый образ жизни. Экспериментирование: Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами. Зарядка для детей «Солнышко лучистое» 2 неделя: Отгадывание загадок о гигиенических принадлежностях, о полезных и вредных продуктах. Цель: развивать воображение, мышление, речь; закреплять знания о пользе тех или иных продуктов. 3 неделя: Папка передвижка «Здоровый образ жизни семьи». Спортивное развлечение «Шагаем дружно в ряд». 4 неделя: Беседа: «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья» Цель: Знакомить детей с понятием «здоровье», «здоровый человек»; воспитывать желание быть здоровым, стремление к соблюдению режима и чистоты, умение правильно одеваться на прогулку. Дидактические упражнения: <i>«Что нужно кукле?»</i>, <i>«Оденемся на прогулку».</i> Рисование: «Шубка для куклы Кати»</p>	<p>Отчёт на личную страничку сайта ДОУ.</p> <p>Сценарий спортивного мероприятия, фотоотчет.</p>
Февраль	<p>1 неделя: Игровая ситуация по ФЭМП <i>«Варвара- краса, длинная коса».</i></p>	<p>Отчёт на личную страничку сайта ДОУ.</p>

	<p>2 неделя: Разучивание стихотворение о культурно-гигиенических навыках.</p> <p>3 неделя: Образовательная область «Познавательное развитие» Знакомство с трудом медицинской сестры. (<i>экскурсия в медицинский кабинет</i>) • Беседа «Кто заботится о детях в детском саду». <u>Цель:</u> уточнить знания о работе сотрудников детского сада, закрепить названия профессий: воспитатель, помощник воспитателя, медсестра, прачка; дать понятие о том, что все взрослые в детском саду заботятся, чтобы детям было весело и интересно, чтобы они были здоровыми. Сюжетно-ролевая игра «Больница». Цель: формировать умение детей в игре отражать знания о профессии врача, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре воспитывать дружеские взаимоотношения в игре; использовать во время игры медицинские инструменты и называть их.</p> <p>4 неделя: Ситуативный разговор «Где живут витамины?», «Таблетки растут на ветке, таблетки растут на грядке». <u>Цель:</u> рассказать детям о витаминах в доступной форме и их пользе для здоровья, уточнить знания детей о полезных продуктах, их значении для здоровья. Лепка из пластилина «Витаминки для Куклы Кати».</p>	<p>Проведение ООД.</p> <p>Создание картотеки сюжетно-ролевой игры «Профессии, которые помогают быть здоровым»</p> <p>Наличие альбома «Где живут витамины?»</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Март</p>	<p>1 неделя: Ситуативный разговор по ознакомление с окружающим миром «Солнце греет, птички поют»</p> <p>2 неделя: Дидактическая игра «Полезный завтрак» Цель: формировать у детей представления о полезных продуктах, формировать у детей умение играть по собственному замыслу, стимулировать творческую активность детей в игре.</p> <p>3 неделя: Повторение и закрепление знаний по теме. Д/и «Что сначала, что потом?». Цель: формировать умение детей располагать картинки в порядке развития сюжета, пользуясь вспомогательным средством, составлять небольшие рассказы из серии сюжетных картинок по темам ЗОЖ. Дидактическое упражнение: «<i>Моем чисто руки и лицо</i>». Цель: Формирование первичных навыков здорового образа жизни. Подвижная игра «<i>Зайка серый умывается</i>».</p> <p>4 неделя: Закрепление игровой ситуации: «Витамины в огороде».</p>	<p>Отчёт на личную страничку сайта ДОУ.</p> <p>Пополнение картотеки дидактической игры «Полезный завтрак»</p>

<p style="text-align: center;">Апрель</p>	<p>1 неделя: Консультация для родителей: «Воспитывайте культурно-гигиенические навыки у детей с раннего детства».</p> <p>2 неделя: Экспериментирование: С песком «Какой песок грязный или чистый», «Каким песком лучше играть: мокрым, сухим?» ».</p> <p>3 неделя: Выставка семейных стенгазет «Мы за здоровый образ жизни» Цель: приобщать родителей к ведению здорового образа жизни к семье.</p> <p>4 неделя: Беседа на тему: «<i>Наш зайчонок заболел</i>». Изготовление книжек-малышек с родителями «<i>Будь здоров, малыш!</i>».</p>	<p>Отчёт на личную страничку сайта ДОУ.</p> <p>Наличие стенгазет</p> <p>Выставка в группе книжек-малышек</p>
<p style="text-align: center;">Май</p>	<p>1 неделя: Совместный мастер-класс для родителей и детей «Изготовление массажных дорожек для рук».</p> <p>2 неделя: Спортивный досуг «Вместе весело шагать».</p> <p>3 неделя: Презентация проекта на педагогическом совете.</p>	<p>Сценарий мастер-класса, фотоотчет</p> <p>Конспект досугового мероприятия, фотоотчет</p> <p>Отчёт о проделанной работе за учебный год</p>