**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №92»**

**Проект по формированию культурно-гигиенических навыков в младшей группе «Будь здоров, малыш»**

**Подготовила:**

**Силатьева Зарина Гусмановна,**

**Дружинина Елена Александровна.**

**воспитатель МАДОУ «Детский сад №92»**

**г. Березники, 2021.**

**Проект «Будь здоров, малыш» для детей дошкольного возраста 2–3 лет**

Проект, направленный на оздоровление детей, на формирование у детей основ здорового образа жизни. В здоровье сберегающем пространстве детского сада особое место занимает физкультурно-оздоровительная работа и правильная организация двигательной деятельности воспитанников с учётом индивидуальных особенностей детей, времени года и режима работы ДОУ. В учебно-воспитательный процесс, включены оздоровительные мероприятия: дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, физкультминутки и динамические паузы, пальчиковая гимнастика, самомассаж, музыкально-ритмические занятия, релаксация. 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. Образовательная область физическое развитие требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте.

**Тип проекта:** оздоровительный

**Вид проекта:** краткосрочный

**Цель:** оздоровление детей, формирование основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

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

2. Формирование представлений о здоровом образе жизни.

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

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

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

**Ожидаемые результаты:**

1. У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.

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

3. Активизирован и обогащен словарный запас детей.

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

**Реализация проекта:**

**1 этап - Подготовительный этап**

**Работа с родителями:**

- Анкетирование родителей "Здоровье вашего ребёнка";

- консультация "Культура здорового образа жизни в семье и детском саду";

- папка – передвижка "Режим дня – это важно";

- Беседы с родителями по профилактике заболеваемости;

- Советы родителям по формированию по проведению утренней гимнастики, по организации двигательной активности, по организации правильного питания;

- Рекомендации "Примерные рекомендации по закаливанию детей", по здоровому образу жизни.

**2 этап - Практический**

**Работа с детьми:**

**Оздоровительные мероприятия (ежедневно в режимные моменты):**

- Утренняя гимнастика;

- Динамические паузы, физминутки;

- Дыхательная гимнастика;

- Пальчиковая гимнастика (с предметами) с проговариванием стихотворных форм.

**Закаливающие мероприятия (ежедневно):**

- Воздушные ванны;

- Хождение босиком по массажным дорожкам;

- Самомассаж стоп и рук.

**Профилактические мероприятия:**

- Облегчённая одежда в помещении и на улице;

- Профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам и др.);

- Игры, направленные на формирование правильной осанки;

- Сюжетно-ролевые игры "Семья", "Мы – спортсмены", "Собираемся на прогулку", "У врача" и другие;

- Гимнастика для глаз;

- Беседы с детьми "Разговор о правильном питании", "Я и мой организм", "Что я знаю о спорте", "Полезные продукты – овощи и фрукты", "Зачем необходима зарядка", "Правила поведения во время еды и умывания".

- Чтение художественной литературы (К. Чуковский "Айболит», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме "ЗОЖ", "КГН";

- Подвижные игры "Поймай комара", "Мыши и кот", "Найди свой цвет", "Наседка и цыплята", "Попади в круг", "Найди свое место" и другие;

- Артикуляционная гимнастика.

**3 этап - Заключительный**

- итоговое занятие «Вот как мы умеем»

- анкетирование родителей «Чему научился ребенок

**ФОТООТЧЕТ**

|  |
| --- |
| Хождение босиком по массажным дорожкам.  Воздушные ванны. |
|  |

|  |
| --- |
| Сюжетно-ролевая игра "У врача" |
|  |

|  |
| --- |
| Артикуляционная гимнастика |
|  |