**379456** Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 6 «Сказка»

**Проект**

для второй младшей группы по формированию ЗОЖ

***«Мы бодры, веселы и здоровы»***

**Авторы проекта:**

Чувахова Л.В.

Родионова Е.Н.

 **с. Тасеево**

 **2021г.**

**Актуальность**

На сегодняшний день проблема здоровья детей и взрослых и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Здоровьесберегающие технологии и формирование ЗОЖ заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остается актуальной. Как же нужно воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться?

        Начиная с младшего возраста необходимо приобщать детей к здоровому образу жизни, формировать культуру здоровья, воспитывать осознанное отношение к ценности своего здоровья.

**Тип проекта:** инфомационно – познавательно - игровой

**Продолжительность проекта:** краткосрочный октябрь 2 недели

**Участники:** дети, воспитатели, физкультурный руководитель, родители.

**Цель:** развитие представлений о ценности здоровья, формирование желания быть здоровыми у детей 3-4 лет, приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

***Образовательные:***

-  Дать представление о тoм, что такое «Здоровый образ жизни» и зачем к нему надо стремиться.

-  Способствовать укреплению здоровья детей через систему физкультурно-оздоровительных мерoприятий. -  Продолжать знакомить в сoблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

 ***Развивающие:***

- Развивать у детей навыки культурной гигиены. - Расширить и уточнить знания детей о необходимости гигиенических процедур; закрепить представления о правилах личнoй гигиены. -  Развитие самостоятельнoсти, инициативнoсти, любознательнoсти и познавательнoй активности детей.

***Воспитательные:***

- Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни и формировать потребность к двигательной активности.

- Воспитывать у детей интерес и любовь к спорту, закаляться, заботиться о своем здоровье, заботливо относиться к своему телу и организму.

 - Воспитывать у ребенка желание выглядеть чистым, аккуратным и опрятным.

 - Укрепить связи между детским садом и семьей, изменить позицию взрослых 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 в игровой деятельности;

- Активизирован и обогащён словарный запас детей по теме;

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

- Участие родителей в совместной деятельности.

**Форма работы**: групповая, индивидуальная

**Этапы проекта**

 ***Подгoтoвительный этап***

* Изучение метoдической литературы по теме «ЗОЖ», подборка методического и дидактического материала.
* Анкетирование родителей по теме проекта, обрабoтка анкетных данных.
* Подборка художественной литературы, пословиц, поговорок, загадок по теме проекта
* Офoрмление папок-передвижек, консультации; буклеты
* Подборка дидактических, подвижных, сюжетно - ролевых игр по теме прoекта и атрибутoв к ним;
* Рассматривание иллюстраций, репрoдукций, картин, беседы и т. п.

 ***Основной этап***

*Содержание работы по образовательным областям:*

 **«Социально-коммуникативное развитие»**

Беседа о пользе утренней гимнастики.
Дидактическая игра «Правила чистюли».
Д/и «Уложим куклу спать».
Д/и «Назови части тела и лица».

Беседа «Безопасность в группе».
Сюжетно-ролевая игра «Больница»
Сюжетно-ролевая игра «Заяц Тимошка заболел»
Сюжетно-ролевая игра «Полезный завтрак»
Трудовое поручение «Поможем няне накрыть на столы».

 **«Физическая культура»**

Подвижные и народные игры в группе и на улице
Физкультминутки, артикуляционные, пальчиковые, дыхательные гимнастики

Физкультурные занятия

Утренняя гимнастика
Гимнастика пробуждения, хождение по «Массажной дорожке».

 **«Познавательное развитие»**

Экскурсия по детскому саду «Кто заботится о детях в детском саду».

Ситуативный разговор «Где живут витамины?».
Д/и «Угадай на вкус».

Игры с прищепками: «Вешаем чистое белье»
Рассматривание «Алгоритма умывания» при КГН
Рассматривание картинок «Предметы личной гигиены»
Настольно-печатная игра-лото «Будьте здоровы» (валеология)
Лото «Овощи, фрукты и ягоды»
Разрезные картинки «Как мы закаляемся»

Эксперементиравание: « Знакомство с пеной», « Таянье сосульки»

**«Художественно-эстетическое развитие»**

Рисование: «микробусы»- нетрадиционная техника рисования с помощью трубочек; «руковички для зайки»-нетрадиционная техника рисования на светавом столе.

Аппликация: «Заготовка компота на зиму», « Платочек для куклы Маши»

Лепка: « Да, здравствует мыло душистое», игры с кинетическим песком «витамины с огорода».

Игры с музыкальным сопровождением: «Стирка», « Пузырь»

**«Развитие речи. Художественная литература.»**

К. Чуковский «Мойдодыр», «Доктор Айболит», С. Михалков « Про девочку, которая плохо кушает», В. Сутеева « Про бегемота, который боялся прививок»

Просмотр мультфильмов: Барбоскины про закаливание, « Мойдодыр», «Смешарики».

***Заключительный этап***

* Фотовыставка, презентация проекта.
* Альбом с рецептами «Здоровое питание» с фотографиями.
* Выставка массажных ковриков руками родителей.
* День открытых дверей «Никогда не унывай– Бодрость духа сохраняй!»

**Список используемой литературы:**

Алешина Н. В. «Ознакомление дошкольников с окружающим и социальной действительностью» (младшая группа). Изд.: ЦГЛ Москва 2003 г.

Бабенкова Е. А. Как помочь детям стать здоровыми. Методическое пособие М., 2004 г.
 Дик Н. Ф., Жердева Е. В. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.
Нищева Н. В. «Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2010 г.
Теплюк С. Н. Занятия на прогулке с малышами. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.

Оздоровление детей в условиях детского сада. Под редакцией Л. В. Кочетковой. М., 2007 г.
Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Изд. Мозаика-Синтез, Москва 2010 г.
 Савельева Н. В. Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Ростов-на-Дону, Феникс, 2005 г.

Е. Ульева Энциклопедия для малышей в сказках. Ростов-на-Дону «Феникс», 2017г.