**МАДОУ ЦРР № 91«Строитель» г Улан-Удэ**

**Средняя группа «Роботошка»**

**Тема: Чистота – залог здоровья**

***Вид проекта:*** познавательно-игровой

***Участники проекта:*** дети средней группы, воспитатели, родители воспитанников

***Срок проекта:*** среднесрочный с 4 марта по 28 марта 2025 года

**Составитель проекта:**

воспитатель I кв. категории

Варнакова Ирина Викторовна

г Улан-Удэ. 2025

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации.

Современные стандарты образования обязывают педагогов более тщательно и активно участвовать в области здоровье сбережения детей, то родители воспитанников ДОУ часто игнорируют советы воспитателей, предпочитая более легкий путь в этом направлении. Вместо систематического закаливания, бесед о пользе свежего воздуха и подвижных игр, четкого соблюдения режима дня и режима питания сердобольные мамы и бабушки «кормят» малышей синтетическими лекарственными препаратами, которые согласно рекламе «помогают восстанавливать жизненные силы организма».

Формирование же отношения ребенка к здоровому образу жизни немыслимо без активного участия в этом процессе не только педагогов и всего персонала детского сада, но и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. При профессиональном подходе к вопросам здоровье сбережения у каждого ребенка укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим.

Таким образом, одна из главных задач воспитательно-образовательного процесса на сегодняшний день – помочь дошкольникам и их родителям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В последние десятилетия во всем мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения.

Дошкольное учреждение, как первое звено непрерывного образования должно сформировать у детей основы по сохранению и укреплению здоровья. Гигиеническая культура столь же важна для человека, как и умение разговаривать, писать, читать. Уход за собой дарит человеку прекрасное ощущение чистоты, здоровья.

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, а дети могли управлять своими эмоциями и поведением. В конечном счете, от знания и выполнения детьми норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей, и взрослых. А сформированные культурно-гигиенические навыки обеспечивают переход к более сложным видам деятельности, стимулируют их развитие, обогащают содержание этой деятельности.

**Цель проекта:** формирование культурно-гигиенических навыков ребенка – первый шаг в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни.

**Задачи проекта:**

**1. Воспитательные:** воспитывать у детей желание выглядеть чистыми, аккуратными, опрятными, веселыми, дружелюбными.

**2. Развивающие:** развивать связную речь; прививать навыки здорового образа жизни.

**3. Обучающие:** дать представления о правилах личной гигиены; уточнить знания детей о строении своего тела. Дать представление о значимости чистоты для здоровья человека; помочь детям в занимательной форме, через игру, развивать понимание значения необходимости соблюдения гигиенических процедур.

Целевая группа проекта: проект предназначен для детей среднего дошкольного возраста.

Основные формы реализации проекта:

• Занятия по ознакомлению с окружающим миром.

• Решение проблемной ситуации

• Дидактические игры и упражнения.

• Художественное слово.

• Чтение художественной литературы.

• Беседы.

• Работа с родителями.

• Игровая деятельность (игра-экспериментирование)

Теоретическая значимость проекта: методические рекомендации для родителей по формированию у детей гигиенических навыков.

**Этапы реализации проекта:**

**I этап: ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ**

Анализ литературных источников, консультации для участников проекта;

• Составление перспективного плана мероприятий;

• Разработка методических рекомендаций для воспитателей и анкет для родителей;

• Подготовка методических, наглядных и агитационных материалов;

• Введение участников в проект•Составление плана работы, разработка содержания проекта, изучения необходимой литературы, подборка художественных произведений, потешек, загадок, словесных игр , наглядных пособий.

**II этап: ОСНОВНОЙ**

Выполнение плана работы, совместная образовательная деятельность с детьми, родителями для решения поставленных задач.

План работы над проектом:

1. Сбор информации: подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины), знакомство с методической литературой по вопросам здоровьесбережения.

2. Работа с детьми: упражнения, игры, чтение стихов и загадок; проведение бесед по темам «Чистота - залог здоровья», «Личная гигиена», «Полезно – не полезно», «Таблетки растут на грядке», «Как надо закаляться», «Кто спортом занимается».

3. Закаливающие процедуры: бодрящая гимнастика, пребывание на свежем воздухе, воздушные ванны.

4. Совместная и самостоятельная деятельность: совместные дидактические игры, самостоятельная двигательная активность детей, художественное творчество.

5. Работа с родителями: выставка познавательной литературы по физическому развитию детей и укреплению здоровья детского организма, консультации, папки- передвижки, полезные советы.

**Перспективный план работы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Содержание** |
| **Тематические беседы с детьми** | | |
| **1-ая неделя** | «Как нужно ухаживать за собой» | Цель: закрепить у детей знания об умывальных принадлежностях. |
| **2-ая неделя** | «Чистота залог здоровья» | Цель: Расширять представления детей о чистоте, о предметах гигиены. |
| **3-ая неделя** | «Как Маша и Миша учились мыть руки» | Цель: Закрепить с детьми алгоритм мытья рук. |
| **4-ая неделя** | «Твой носовой платок» | Цель: Поговорить об умении пользоваться носовым платком. |
| **Чтение художественной литературы** | | |
| **1-ая неделя** | «Сказка про злую волшебницу, правительницу страны Нерях»  стихотворения, загадки и пословицы о здоровье, заучивание считалок | Цель: вызвать у детей желание следить за собой, чистотой своего тела; воспитывать у детей положительное отношение к чистоте. |
| **2-ая неделя** | Загадывание загадок о предметах гигиены.  «Сказка про больные зубы» «Сказка про ногти»   К. Чуковский «Мойдодыр» | Цель: вызвать у детей желание следить за собой, чистотой своего тела; воспитывать у детей положительное отношение к чистоте. |
| **3-ая неделя** | Заучивание потешек; К. Чуковский «Федорино горе», | Цель: вызвать у детей желание следить за собой, чистотой своего тела; |
| **4-ая неделя** | А. Барто «Девочка чумазая»,  «Сказка про Витю - грязнулю». | Цель: воспитывать у детей положительное отношение к чистоте. |
| **Непосредственно образовательная деятельность** | | |
| **1-ая неделя** | «Добрый доктор Айболит в гостях у детей» | Цель: закреплять знания детей о личной гигиене с использованием туалетных принадлежностей, способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни. |
| **4-ая неделя** | **«Чистота — залог здоровья»** | Цель: закрепить знания детей о здоровом образе жизни, о предметах личной гигиены;   - развивать речевую активность, логическое мышление, зрительное внимание |
| **Игровая деятельность** | | |
| Дидактические игры | | |
| **1-ая неделя** | «Чистоплотные дети»  «Что нужно кукле!» | Цель: проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.  Цель: упражнять культурно-гигиенические навыки. |
| **2-ая неделя** | «Что ты можешь о них сказать?»  «Куклу пригласили в гости» | Цель: познакомиться с предметами гигиены и их использованием.  Цель: воспитывать стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания. |
| **3-ая неделя** | «Чистые ручки»  «Умывалочка» | Цель: учить ребенка мыть руки.  Цель: учить ребенка умываться. |
| **4-ая неделя** | «Сделаем лодочки»  «Мыльные перчатки» | Цель: учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.  Цель: учить ребенка намыливать руки с внешней и внутренней стороны. |
| **Сюжетно-ролевые игры:** | | |
| **В течении всего проекта** | «Больница»  «Аптека» | Цель: вызвать у детей интерес к профессиям врача, медсестры; воспитывать чуткое, внимательное отношение к больному, доброту, отзывчивость, культуру общения.  Цель: вызвать у детей интерес к профессии фармацевта; воспитывать чуткое, внимательное отношение к больному, доброту, отзывчивость, культуру общения |
| **Театрализованные игры**: | | |
| **В течении всего проекта** | Пантомима «Утренний туалет»  Игры–стихи «Умываемся» | Цель: развивать воображение,  Цель: учить детей обыгрывать литературный текст, поддерживать стремление самостоятельно искать выразительные средства для создания образа, используя движение, мимику, позу, жест, выразительность жестов. |
| **Художественное творчество** | | |
| **1-ая неделя** | Изодеятельность «Рисуем Витаминку и Микроб» | Цель: закрепить умение держать правильно карандаш при рисовании, закрашивать аккуратно, не выходя за контур. |
| **2-ая неделя** | Изодеятельность: «Мочалочка для Хрюши» (из ниток) | Цель: развивать самостоятельность при выполнении работы. |
| **3-ая неделя** | Творческая работа в технике пластилинографии «Микробы на руках». | Цель: развивать самостоятельность при выполнении работы. |
| **4-ая неделя** | Раскрашивание раскрасок на тему «Физкультура и спорт» | Цель: развивать самостоятельность при выполнении работы. |
| **В течении всего проекта** | Пальчиковые игры  «Моем руки»  «Моем руки»: ритмично потирать ладошки, имитируя мытье рук.  Ах, вода, вода, вода!  Будем чистыми всегда!  «Стираем водичку с рук»; пальцы сжаты в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку.  Брызги – вправо, брызги – влево!  Мокрым стало наше тело!  «Вытираем руки»: энергичные движения имитируют поочередное вытирание каждой руки полотенцем.  Полотенчиком пушистым  Вытираем ручки очень быстро.  «Зайка серый умывается»  Зайка серый умывается, видно в гости собирается,  Вымыл ротик, вымыл носик, вымыл глазки, вымыл лобик,  Вымыл ручки, вымыл ножки, вымыл ухо, вытер сухо. |  |
| **В течении всего проекта** | Экскурсия в медицинский кабинет детского сада: беседа с врачом «Как можно заботиться о своем здоровье». |  |
| **В течении всего проекта** | **Совместная деятельность детей и воспитателей:** Закаливающие мероприятия: воздушные ванны, хождение босиком по коврикам- массажерам.  Прогулки и подвижные игры на свежем воздухе. Все виды гимнастик.  Работа с родителями: |  |
| **Работа с родителями:** | | |
| **В течении всего проекта** | Выставка познавательной литературы по физическому развитию детей и - укреплению здоровья детского организма. Консультации по темам «Начальное ознакомление детей со спортом», «Зачем - заниматься утренней гимнастикой и физкультурой?», «Растите детей здоровыми», «Советы врача», «Здоровый образ жизни в семье», «Здоровье ребѐнка». Полезные советы «Правила здорового образа жизни», «Растим здорового ребѐнка», - «Босиком от болезней», «Компьютер «за» и «против», «Как сформировать правильную осанку» Памятка «Здоровье детей в наших руках»,  Папки-передвижки «Растите детей здоровыми», «Советы врача», «Витамины». |  |

**III этап: ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ**

Подведение итогов работы по данной теме, анкетирование родителей, презентация проекта, выставка в ДОУ.

**3. Ожидаемые результаты реализации проекта:**

**Ожидаемые результаты для детей:**

• Повышение уровня освоения культурно-гигиенических навыков (Пользуются мылом, аккуратно моют руки, лицо; насухо вытираются полотенцем после умывания, вешают полотенце на место).

• Эмоциональная отзывчивость в процессе применения практических умений;

• Усиление инициативности во взаимоотношениях с взрослым.

Ожидаемые результаты для родителей:

• Повышение знаний для обеспечения успешного развития детей;

• Получение консультаций по вопросам формирования культурно-гигиенических навыков;

• Укрепление связей между детским садом и семьёй, соблюдение рекомендаций родителями по формированию у детей гигиенических навыков.

**Ожидаемые результаты для воспитателей:**

• Повышение знаний по формированию культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста;

• Единство требований со стороны персонала группы и родителей;

• Укрепление связи с родителями.

4. Перечень основных направлений проекта

Оснащение предметно-развивающей среды группы детского сада:

• Пополнять и обновлять уголок здоровья в группе.

• Сделать подборку дидактических игр.

Методическая копилка:

• Разработать конспекты занятий и картотеки проведения режимных моментов.

• Подобрать потешки, стихи, загадки, художественные произведения.

• Подобрать дидактические игры, дидактические упражнения, словесные, пальчиковые игры, подвижные игры по данной теме.

**Работа с родителями:**

**Консультации**

• «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей»

• «Культурно-гигиенические навыки и их значение в развитие ребенка»