|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| МБДОУ № 2**Проект на тему «Здоровая семья – здоровый ребенок»**во второй младшей группе |  |  |  |

 |  |  |  |

 **Выполнила:** Воспитатель Бабакова Е.А.

2023г

**Тип проекта**: познавательно - игровой

**Продолжительность:** краткосрочный

**Участники**: дети **второй младшей группы**,воспитатели**группы № 6,** родители воспитанников.

**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. И если современные стандарты **образования**обязывают педагогов более тщательно и активно участвовать в области **здоровьесбережения 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 **здоровьесбережения** у каждого ребенка укрепляется желание быть **здоровым**, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть **здоровым**, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть **здоровую пищу**, следить за чистотой помещения, а также соблюдать правила гигиены.

Таким **образом**, одна из главных задач воспитательно-**образовательного** процесса на сегодняшний день – помочь малышам 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.**

**Цель** **проекта**:

- сохранение и укрепление **здоровья детей**, формирование у детей привычки к **здоровому образу жизни.**

**Задачи** **проекта**:

- повышать интерес детей к **здоровому образу жизни через разнообразные** формы и методы физкультурно-**оздоровительной работы;**

- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;

- создавать условия для благотворного физического развития детей;

- способствовать укреплению **здоровья** детей через систему **оздоровительных мероприятий**;

- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу

сохранения и укрепления **здоровья ребенка**.

**Предполагаемые результаты** **проекта**:

- Сохранение и укрепление **здоровья** детей через систему комплексной физкультурно-**оздоровительной работы**;

- Создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность **оздоровительной работы;**

- Активное вовлечение родителей в физкультурно-**оздоровительную работу ДОУ;**

- Использование **разнообразных** форм взаимодействия с родителями

с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и

сохранения **здоровья детей.**

**Сбор информации**: проведение первичного опроса и анкетирование родителей.

По результатам анализа проведенного опроса выстраивалась работа с родителями: разрабатывались консультации (как **групповые**, так и индивидуальные, содержание родительских **собраний**, планировалась работа со специалистами детского сада.

**РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА**

**1. Тематические беседы с детьми:**

- «Как можно заботиться о своем **здоровье**».

- «Чистота и **здоровье**».

- «Полезно – не полезно».

- «Как надо закаляться».

- «Личная гигиена».

- «О **здоровой пище**».

**2. Чтение художественной литературы:**

**11.11 Понедельник:** чтение К. Чуковский «Доктор Айболит», стихотворения о **здоровье**

**12.11 Вторник**: А. Барто «Девочка чумазая», заучивание потешек

**13.11 Среда:**  Александрова «Купание», К. Чуковский «Мойдодыр»

**14.11 Четверг:** Г. Зайцев «Дружи с водой», загадки и пословицы о

**здоровом образе жизни**

**15.11 Пятница:** А. Барто «Прогулка»

**З. Непосредственная образовательная деятельность:**

**11.11 Понедельник** «Витамины для кукол» (рисование)

Цель: развивать **воображение и творчество**;

познакомить детей с нетрадиционной техникой рисования (рисование пальчиками, правильно и аккуратно использовать краски, обмакивать в них пальчик, закреплять знания цветов, ориентироваться на листе бумаги.

**12.11 Вторник**  «**Здоровье в порядке**, спасибо зарядке» (физкультура)

Цель: дать знания о значимости зарядки для **здоровья детского организма**, заинтересовать детей выполнением упражнений, вызвать положительные эмоции.

**13.11 Среда** «Наш зайчонок заболел» (ознакомление с окружающим миром)

Цель: дать детям представления о том, что мама проявляет заботу о своей семье, о детях;

- мама умеет осматривать горло, кожу, ставить градусник, измерять температуру и т. д. – она доктор и медсестра в своем доме;

- формировать уважение к маме.

 **14.11 Четверг** «Овощи и фрукты» (развитие речи)

Цель: учить составлять описание предмета;

- упражнять в согласовании существительных, прилагательных, местоимений в роде, числе;

- закрепить правильное произношение – «в», «вь».

**15.11 Пятница**«Поможем доктору Айболиту вылечить медвежат» (лепка)

Цель: формировать умение детей лепить таблетки, правильно передавать в лепке форму; закреплять навыки лепки: отщипывать маленькие кусочки пластилина, скатывать их между ладонями круговыми движениями и расплющивать между пальцами; развивать мелкую моторику.

**4. Игровая деятельность:**

**11.11 Понедельник П/и**«Воробышки и автомобиль»

Цель: закрепление бег в разных направлениях.

**12.11 Вторник**  Дидактические и развивающие игры «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи»

Цель: развивать представление детей о вкусной и полезной еде.

**13.11 Среда**  «Кошки - мышки»

Цель: бегать в определенном направлении не толкая друг друга, ходить на носках.

**14.11 Четверг** «Маленькие ножки бегут по дорожке»

Цель: бегать быстро – медленно, реагировать на сигнал.

**15.11 Пятница**  «В стране **здоровья**»

Цель: формировать сознательное отношение к **здоровью**, учить заботиться о своем **здоровье**, вызвать эмоциональный настрой.

«Волшебный лес» – комплекс подвижных игр, основанных на подражательных движениях различным животным: медведю, зайцу, лисичке, собачке, кошке и пр.

Цель: упражнять детей в беге, ходьбе, ползать на четвереньках, сохранять равновесие, прыгать на двух ногах на месте, формировать качество личности. **В течение недели.**

**5. Самостоятельная и совместная художественно-продуктивная деятельность:**

- Рисование карандашами, фломастерами овощей и фруктов.

- Творческая работа в технике пластилинографии «Наши фруктовые друзья».

- Закаливающие мероприятия: умывание контрастной водой, воздушные ванны, хождение босиком по коврикам-массажерам.

- Прогулки и подвижные игры на свежем воздухе.

**6. Наблюдения**: Наблюдение за играми старших детей на прогулке.

Цель: воспитание добрых отношений друг к другу, развивать предпосылки детей к играм разного вида: бегать, прыгать, бросать и ловить мяч, подлезать, лазать.

**ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ** **ПРОЕКТА**

Опрос детей:

- Что вы узнали, чего раньше не знали?

- Что вас удивило?

- Что понравилось больше всего?

- Нужно заниматься гимнастикой?

- Как часто надо мыть руки?

- Что такое **здоровье?**

- Вредные привычки: что это такое? (грызть ногти, ковырять в носу, сосать пальчик).

- Как можно закаляться? (Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!)

- В каких продуктах содержатся витамины?

- Как принимать воздушные ванны?

- Нужно ли пользоваться зубной щеткой?

**Проведение собрания с родителями**:

Проведение итогового **собрания**с родителями по теме: Что дал **проект**«**Здоровая семья – здоровый ребенок**» моему ребенку и мне? (форма проведения - круглый стол).

В ходе проведения **проекта**«**Здоровая семья – здоровый ребенок**» были получены следующие результаты:

1. У детей **второй младшей группы** появился интерес и желание выполнять различные физические упражнения.

2. Дети самостоятельно моют руки перед едой, после посещения туалета, после прогулки.

3. Дети с удовольствием принимают воздушные ванны, ходят босиком по коврикам-массажерам, умываются и моют руки до локтя прохладной водой.

4. Дети самостоятельно проявляют инициативу к движению: бегают, прыгают, играют с мячом, ползают, лазают не только в **группе**, но и на улице.

5. Дети лучше стали кушать овощные салаты, фрукты и рыбу.

**Воспитательная ценность проекта**: У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах.

**Познавательная ценность** **проекта**:

1. У детей повысились знания о значении полезной и здоровой пищи, о занятиях физкультурой и спортом.

2. Расширилось представление о закаливающих мероприятиях.

**Приложение к проекту**

**Анкета для родителей**

**«Здоровая семья – здоровый ребенок»**

1. **Что такое здоровый образ жизни?**  (Вы можете выбрать несколько ответов)

|  |  |
| --- | --- |
| - занятия спортом |  |
| - отсутствие  вредных привычек |  |
| - здоровый сон |  |
| - личная гигиена |  |
| - рациональное питание |  |
| - положительные эмоции |  |
| - соблюдение режима дня |  |
| - предупреждение заболеваний, закаливание |  |
| - выкуривание в меру сигарет в день |  |
| - чтение журналов и газет о здоровом образе жизни |  |
| - полноценная духовная жизнь |  |

**2.** **Как Вы думаете, для чего нужно вести здоровый образ жизни?** (Вы можете выбрать несколько ответов)

|  |  |
| --- | --- |
| - иметь хорошее здоровье |  |
| - чтобы быть современным культурным человеком |  |
| - быть внешне привлекательным, иметь хорошую фигуру |  |
| - быть физически сильным, уметь постоять для себя |  |
| - быть успешным в жизни, добиваться успеха |  |
| - общаться с любимым человеком, создать счастливую семью |  |

**3. Что Вы делаете для укрепления здоровья своего ребёнка?** (Вы можете выбрать несколько ответов)

|  |  |
| --- | --- |
| - стараюсь больше бывать на свежем воздухе, на природе |  |
| - борюсь с вредными привычками |  |
| - направляю в  спортивную секцию |  |
| - стараюсь, чтобы ребёнок выспался, не переутомлялся |  |
| - рекомендую зарядку, гимнастику |  |
| - слежу за соблюдением режима и рациона питания |  |
|  |  |
| - соблюдаю режим дня |  |
| - направляю  на занятия фитнесом, шейпингом, танцами |  |
| - направляю в бассейн |  |
| - занимаюсь закаливанием |  |
| - регулярно посещаю врачей, выполняю их рекомендации |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. **Считаете ли Вы правильным и здоровым режим и рацион питания**

**Вашего ребёнка?** (Выбрать один вариант ответа.) |  |  |  |
| - Да |  |  |  |
| - Не вполне |  |  |  |

- Нет

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Завтракает ли сын (дочь) дома перед детским садом?**
 |  |
| - Да, всегда завтракает |  |  |  |
| - Иногда завтракает- Нет |  |  |  |