**Творческий проект «Расти здоровым, малыш!»**

**Вид, тип проекта**: групповой, краткосрочный

**Цель проекта:**

Формирование основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста на основе здоровьесберегающих технологий с использование художественной литературы в разных видах деятельности.

**Задачи проекта:**

**Для педагогов:**

- обогащать физкультурно-оздоровительную среду за счёт изготовления нестандартного физкультурного оборудования из доступных материалов.

-Подобрать наглядный информационный материал;

-повышать уровень профессиональной компетентности на семинарах-практикумах, деловых играх, мастер-классах в ходе реализации проектной деятельности;

-Изготовить памятки и информационные листы для родителей, чьи дети отсутствовали.

-изменить позицию родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

-Формировать сближение в общении *«педагог-ребёнок-родитель»*;

**Для детей:**

1. Формировать у детей первоначальные простейшие представления о здоровом образе жизни;

2. Формировать культурно-гигиенические навыки у детей младшего дошкольного возраста и простейшие навыки самообслуживания;

3. повышать эмоциональное благополучие ребёнка за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных мероприятий физкультурной направленности.

4. расширить двигательные возможности ребёнка за счёт освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий;

5. Воспитывать у детей желание выглядеть чистыми, аккуратными и опрятными.

6. Активизировать речь, расширять словарный запаса, развивать внимание и память.

7. активизировать детей художественно-творческой деятельностью.

**Для родителей:**

1. повысить педагогическую культуру родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей;

2. уделять особое внимание пропаганде здорового образа жизни личным примером;

3. оказывать посильную помощь в обогащении физкультурно–оздоровительной среды путем изготовления нетрадиционного физ. оборудования из доступных материалов.

**Ожидаемый результат.**

**Для детей:**

1. Сформировать представления о здоровом образе жизни; об основах гигиенических навыков

2. Через различные игры и гимнастики развивать речи, расширять кругозор, физические и нравственные качеств, сохранение и укрепление здоровья.

**Для педагогов:**

1. Составление картотек оздоровительных и профилактических процедур: подвижные игры, самомассаж, дыхательные упражнения, пальчиковые игры, психогимнастика, гимнастика для глаз и внедрение их в практическую деятельность;

2. Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников.

3. Изменение отношения педагога к своему здоровью. Улучшение отношений между детьми.

4. Укрепление связи с родителями.

5. Пополнение методической копилки пособий по теме.

6. Повышение посещаемости детьми детского сада *(снижение заболеваемости)*

**Для родителей:**

1. Изменение позиции родителей в отношении своего здоровья и здоровья детей.

2. Участие родителей в совместном проекте способствует: сближению в общении

*«педагог – родитель»*;

3. Приобретение практических навыков в области укрепления здоровья ребёнка;

**Принципы проекта:**

- принцип индивидуальности;

- принцип цикличности и систематичности;

- принцип оздоровительный;

- принцип взаимосвязи с семьей;

- принцип ответственности сотрудников ДОУ;

- принцип соблюдения прав человека и гражданина;

- принцип обеспечения равных возможностей при реализации проекта оздоровления детей;

- принцип активности детей.

**Актуальность.**

Великая ценность каждого человека - здоровье! Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения в наше время стоит очень остро. Каждый родитель желает своему ребенку, в первую, здоровья. Учеными доказано, что здоровье на 50% зависит от образа жизни. Все мы отлично знаем, чтобы в «здоровом теле был здоровый дух», необходимо заботится о своем здоровье: делать по утрам зарядку, заниматься спортом, чаще бывать на свежем воздухе. Каждый это отлично понимает, но каждый раз откладываем на потом. Необходимо научиться искусству сохранения и укрепления здоровья. И самое благоприятное время начала формирования навыков здорового образа жизни - это дошкольный возраст.

Детей, начиная с раннего дошкольного возраста необходимо приучать соблюдать элементарные культурно-гигиенические навыки, учить правильно питаться, формировать привычку заботиться о своем здоровье. Необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение этих правил стало для них делом естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались.

Главное направление проекта - научить ребенка быть здоровым, воспитывать у него потребность в здоровом образе жизни.

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. В младшем дошкольном возрасте необходимые навыки лучше всего усваиваются детьми в играх специально направленного содержания. Важно, чтобы эти игры были интересны, могли увлечь детей, активизировать их инициативу и творчество.

Гигиенические знания целесообразны и на занятиях по физической культуре, труду, ознакомлению с окружающим, с природой. Для этого используются некоторые дидактические и сюжетно-ролевые игры. В формировании здорового образа жизни необходимо участие обеих сторон: педагогов детского сада и родителей. Без сотрудничества мы не сможет достичь необходимого результата. Настоящий проект поможет сблизить родителей, детей, педагогов и позволит сложную задачу (воспитание здорового человека)сделать немного проще.

**План работы над проектом**1 этап- подготовительный

1. Изучение методической литературы по теме *«Здоровье»*, «Традиционные и нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста».

2. Работа с периодическими изданиями *«Дошкольное образование»*.

4. Разработка проекта по теме «Расти, малыш, здоровый!».

2этап-основной *(выполнение проекта)*

**Работа с детьми:**

1. Ежедневная профилактическая работа:

а) Оздоровительные минутки:

-ходьба по массажным дорожкам;

-комплекс упражнений для развития дыхания: *«Ладошки»*. *«Ветер»*, *«Желтые листочки»*.

-комплекс *«Гимнастика для глаз»*: *«Ветер»*, *«Заяц»*, *«Теремок»*.

-самомассаж: *«Умывалочка»*, *«Малыши»*, *«Нос, умойся»*, *«Капуста»* и другие

-КГН *(алгоритмы – схемы для детей: умывание, самомассажа)*;

-артикуляционная гимнастика: *«Язычок»*

-пальчиковые игры: *«Зайка»*, *«Зонтик»*, *«С добрым утром»*, *«Дарики»* и другие

б) Физкультминутки: *«Медвежата в чаще жили»*, *«Дует ветер нам в лицо»*, *«Ежик»* и другие.

2. *«Познавательное развитие»*

Создание игровых ситуаций: *«Катя заболела»*, *«Научим куклу мыть ручки»*, *«Карлосон в гостях у ребят»*.

НОД *«Кто я такой»*, НОД *«Водичка, водичка»*, *«Ежик»*.

Создание условий для д/и *«Узнай на вкус»*, *«Вредно – полезно»*, *«Волшебный сундучок»*, *«Собери картинку»*

3. *«Речевое развитие»*:

Чтение художественной литературы: К. Чуковский *«Мойдодыр»*, *«Айболит»*, В. Берестов *«Лежебока»*, С. Михалков *«Про девочку, которая плохо кушала»*.

Рассматривание иллюстраций, фотографий, сюжетных картинок (*«Кукла Катя умывается, делает зарядку, гуляет, купается»*) о здоровом образе жизни.

Заучивание потешек: *«Водичка, водичка»*,

Беседы: *«Для чего надо мыть ручки»*, *«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»*.

4. *«Художественно- эстетическое развитие»*

НОД по рисованию *«Мой веселый мяч»*

НОД по лепка *«Однажды хозяйка с базара…»*

НОД *«Яблоки на тарелочке»*

Аппликация *«Консервируем фрукты»* *(в свободное время)*

5. *«Социально- коммуникативное развитие»*

Создание условий для сюжетно – ролевой игры: *«Доктор»*, *«Семья»*.

6. *«Физическое развитие»*

НОД *«Бабочки»*, НОД *«На помощь зверятам»*;

П/игры: *«У медведя во бору»*,» Догоните меня», *«Перешагни через ручеек»*, *«Зайка серенький сидит»* и другие.

Развлечение *«Мой веселый звонкий мяч»*

**Работа с родителями:**

1. Консультации для родителей «Воспитание основ здорового образа жизни у детей раннего возраста», *«Овощи и фрукты – ценные продукты»*, *«Как укрепить здоровье ребёнка в условиях семьи»*, *«Чистота - залог здоровья и не только»*, *«Сон как важная составляющая режима для детей»*,*«Как привить детям культурно – гигиенические навыки»* ,*«Как приучить ребёнка к аккуратности и опрятности»*.

2. Информация в родительском уголке *«Утренняя зарядка для детей»*, *«Советы по укреплению здоровья детей»*, *«Как приучить ребенка чистить зубы»*, *«Полезные советы по питанию»*, «Здоровье и питание детей дошкольного возраста», *«Здоровый образ жизни семьи»*, *«Как сохранить зрение ребенка?»*, *«10 заповедей здоровья»*;

3. Картотеки для родителей: *«Подвижные игры»*, *«Пальчиковые игры»*, *«Потешки»*.

4. Родительские собрания: *«Наши верные друзья- полезные привычки»*, *«Как вырастить здорового ребенка»*.

5. Творческая деятельность родителей: *«Физкультурное оборудование своими руками»*

6*.*Составление коллажа*«Полезные продукты»*

3 этапавершающий.

Для педагогов:                                                                                                              1. Создание кейс - папки для педагогов *«Картотеки игр по формированию ЗОЖ у детей»*                                                                                 -*«Физминутки»*;                                                                                                       -*«Гимнастика для глаз»*;                                                                                                -*«Дыхательная гимнастика»*;                                                                              -*«Игры, которые лечат»*;                                                                                         -*«Точечный массаж»*;                                                                                           -*«Игры на воздухе с водой»*;

2. Создание фотоальбома *«Кодекс здоровья»*.

3. Анализ достижения цели и полученных результатов, определение дальнейшей реализации проекта.

**Для родителей:**

1. Создание кейс - папки для родителей *«Укрепление здоровья детей в семье»* *(памятки, рекомендации, буклеты, консультации)*.

2. Анкетирование *«Организация здорового образа жизни»*,

«Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».