**Проект «Малыши-крепыши или операция «Спаси Кроша».**

**Авторы проекта:**

* воспитатель Кормильцева Инна Алексеевна;
* воспитатель Заидова Нина Васильевна.

**Продолжительность проекта:** 1 неделя.

**Тип проекта:** здоовьесберегающие технологии.

**Участники проекта:** дети, педагоги, родители и социальные партнеры (работники пищеблока и прачечной детского сада, медицинская сестра, физкультурный руководитель).

**Возраст детей:** 3-4 года.

**Проблема:** В группе появляется смешарик Крош. Воспитатель говорит детям, что Крош болен и просит ему помочь, потому что он не знает, как стать здоровым. Дети рассматривают афишу проекта, а воспитатель читает им девиз предстоящей недели:

***Всем известно, всем понятно,***

***Что здоровым быть приятно.***

***Только надо знать,***

***Как здоровым стать!***

Вместе они решают узнать, что нужно делать, чтобы вылечить Кроша, а главное, как окрепнуть и больше не болеть. А для этого им придется совершить экскурсию на кухню и в медицинский кабинет, чтобы поговорить с поваром и врачом; соблюдать чистоту самим и пообщаться с прачкой, прочитать необходимые книги, заниматься закаливанием и спортом, с мамой и папой придумать рецепт полезного и вкусного блюда, сделать картотеку полезной и вредной еды.

**Цель проекта:** Укрепление здоровья детей и воспитание осознанного отношения к здоровому образу жизни.

**Задачи проекта:**

* Побуждать детей сознательно относиться к собственному здоровью.
* Знакомить с доступными способами укрепления здоровья.
* Развивать у детей самостоятельность, ответственность и понимание значения правильного поведения для охраны своей жизни и здоровья.
* Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной активности.
* Развивать двигательные качества и способности детей.

**Итоговое мероприятия проекта:** проведение спортивного досуга «Малыши-крепыши» совместно с физ. руководителем.

**Предварительная работа:** анкетирование родителей на тему «Укрепление здоровья детей и снижение заболеваемости».

В результате обработки 12 анкет, было выяснено: часто болеющими своих детей считают 5 человек. Главной причиной болезни родители называют наследственность и предрасположенность, а также вирусные инфекции. На недостаточность физического воспитания в семье указали 2 человека, в детском саду – 1. Все родители утверждают, что знакомы с физическими показателями, по которым нужно следить за правильным развитием их ребенка. Особое внимание семьи и сада они хотят направить на следующие области:

* рациональное, калорийное питание; достаточное пребывание на свежем воздухе – 8 человек;
* полноценный сон, соблюдение режима; благоприятная психологическая обстановка; физкультурные занятия – 7 человек;
* здоровая гигиеническая среда; закаливающие мероприятия – 6 человек;
* наличие спортивных и детских площадок – 4 человека;

2 человека этот пункт опроса не заполняли.

Приемлемыми закаливающими процедурами для своих детей родители посчитали:

* систематическое проветривание группы – 9 человек;
* облегченная одежда в группе – 8 человек;
* облегченная форма одежды на прогулке; хождение босиком – 7 человек;
* полоскание горла водой комнатной температуры – 3 человека.
* прогулка в любую погоду – 1 человек;

10 человек знают, как укреплять здоровье ребенка, в помощи сада в данном вопросе нуждаются 5 человек, частично нуждаются – 4.

**Ожидаемые результаты по проекту**

***Для детей:***

* приобретение необходимых знаний и представлений о здоровом образе жизни;
* осознанное отношение детей к ценности своего здоровья;
* умение решать предложенные задачи в совместной деятельности;
* желание ребенка участвовать в проектной исследовательской и творческой деятельности;
* проявление эмоциональной отзывчивости на результат своей деятельности (познавательная, поисковая, творческая, игровая деятельность);
* овладение детьми необходимыми коммуникативными умениями и навыками взаимодействия со взрослыми и детьми;

***Для педагогов*:**

* реализация основной цели проекта, ее полное отражение в проекте;
* воспитание у ребенка привычки к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку;
* выработать устойчивую привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углубить и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и здоровья окружающих.

***Для родителей*:**

* установление эмоционального контакта с детьми;
* продуктивное взаимодействие родителей с детьми в процессе совместной деятельности.

***Для социальных партнеров:*** реализация творческих замыслов в процессе взаимодействия с детьми.

**Содержание проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **День недели** | **Цели дня** | **Виды и формы работы** |
| Понедельник  ***«Наш любимый Айболит любого малыша исцелит»»*** | * дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах, вирусах); * научить детей заботиться о своём здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью; * воспитывать у детей желание оказать помощь. | **Беседы**: «Что такое микробы?», «Если малыш поранился».  **Дидактические игры:** «Что чем лечим», «Хорошо - плохо».  **Экскурсия в кабинет врача.**  **Художественное творчество:** Лепка «Витамины и таблетки для аптеки», аппликация «Сумочка Айболита», рисование «Пункт первой мед. помощи».  **Чтение:** К.Чуковский «Доктор Айболит».  **Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:** утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика для часто болеющих детей, динамическая пауза «Разминка», пальчиковая игра «Жук», подвижные игры: «Коршун и голуби», «Пятнашки», самостоятельная двигательная активность. |
| Вторник  **«Здоровое питание – основа процветания»** | * расширение знаний детей о наличии витаминов во фруктах и овощах; * создание условий для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе | **Беседы**: « Друзья витамины », «Полезные и вредные продукты», «Наши любимые полезные блюда».  **Дидактические игры:** «Зуб не болей-ка», «Вредно - полезно» (карточки, сделанные родителями и детьми).  **Экскурсия на кухню.**  **Сюжетно-ролевая игра: «Повар».**  **Рисование** «Фрукты и овощи»  **Чтение стихотворения** «Спор овощей» («Кто из нас, овощей, и вкуснее, и нужней? Кто при всех болезнях будет всем полезней?..»)  **Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:** утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, пальчиковая гимнастика «Мы лепили апельсин», подвижные игры: «Чей кружок быстрей соберется», «Кот и мыши», эстафета «Овощи, фрукты». |
| Среда  **«Чистота всего полезней – защитит от всех болезней!»** | * формированиепредставления о гигиене как искусстве сохранения и укрепления своего здоровья. | **Беседы:** « Что такое гигиена?»,  «Учимся правильно мыть руки», «Об аккуратности за столом и правилах поведения».  **Рисование: «**Красивые ведра для нянечки», «Вилка и нож».  **Оригами**: «Салфетка для сервировки столовых приборов»  **Чтение:** « Федорино горе », « Мойдодыр».  **Разгадывание кроссворда:** «Что убежало от грязнули».  **Экскурсия в прачечную.**  **Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:** утренняя гимнастика, оздоровительная минутка «Деревце», подвижная игра: «Третий лишний»; танец-игра «Попрыгушки», физические упражнения на прогулке, самостоятельная двигательная активность. |
| Четверг  **«Как безопасность соблюдать, чтоб здоровенькими стать»** | * Формирования представлений о возможных опасных ситуациях; * знакомство детей с элементами оказания первой медицинской помощи; * закрепление знаний и умений воспитанников о правилах поведения на улице, дома и в детском саду. | **Беседа**: «О правилах дорожного движения», «Если малыш поранился».  **Дидактическая игра: «**Правила дорожного движения».  **Аппликация** «Больница»  **Сюжетно - ролевая игра:** «Больница».  **Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня:** утренняя гимнастика, бодрящая гимнастика, ходьба по «Дорожке здоровья», подвижные игры: «Что мы делали не скажем, а что видели, покажем», физкультурные минутки, физические упражнения на прогулке, самостоятельная двигательная активность. |
| Пятница  **«Закалка, спорт, движение – всех целей достижение!»** | * формирование положительного отношения к здоровому образу жизни и занятиям спортом; * знакомство с приемами закаливания, практические тренировки. * подведение итогов недели, награждение участников. | **Беседы**: «Как появились спортивные игры», «Какими качествами должен обладать спортсмен?».  Рассматривание и обсуждение «Дневничков-здоровичков».  **Лепка:** «Мой любимый мяч!»  **Разгадывание загадок.**  **Настольные спортивные игры.**  **Закаливание:** мытье рук прохладной водой, знакомство с комплексами лечебной гимнастики, полоскание рта после еды, «Дорожка здоровья».  **Физкультурно-оздоровительная работа:** проведение спортивного досуга совместно с руководителем физ. воспитания «Малыши-крепыши». |

**Список литературы**

1. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.: ТЦ Сфера, 2004.
2. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. - СПб.: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2005.
3. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линко-Пресс, 2000.
4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - М.: "ТЦ", 2007.
5. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка.- М.: АРКТИ, 1997.
6. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. М., 1996.
7. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. М.: ТЦ Сфера, 2004.
8. Галанов А.С. Игры, которые лечат. М., 2005.
9. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.: ТЦ Сфера, 2004. - 384 с.
10. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. - СПБ.: ДЕТСТВО - ПРЕСС, 2005. - 256 с.
11. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линко-Пресс, 2000. - 296 с.
12. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. - М.: "ВАКО", 2004. - 296 с.
13. Маханева М.Д.Воспитание здорового ребенка.- М.: АРКТИ, 1997.- 88 с.
14. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. Москва., 1996.
15. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. М.: ТЦ Сфера, 2004.- 64 с.