

# Проект «Чистота – залог здоровья»

## Средняя группа



Составитель проекта:  
Рустамова Н.А.

г. Когалым 2021г.

## **Тема: Чистота – залог здоровья**

**Вид проекта:** познавательно-игровой

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

**Срок проекта:** среднесрочный

### **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 здоровьесбережения детей, то родители воспитанников ДООУ 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 невозможно 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.

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 младшего 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
<b>Тематические беседы с детьми</b>		
<b>1-ая неделя</b>	«Как нужно ухаживать за собой»	Цель: закрепить у детей знания об умывальных принадлежностях.
<b>2-ая неделя</b>	«Чистота залог здоровья»	Цель: Расширять представления детей о чистоте, о предметах гигиены.

<b>3-ая неделя</b>	«Как Маша и Миша учились мыть руки»	Цель: Закрепить с детьми алгоритм мытья рук.
<b>4-ая неделя</b>	«Твой носовой платок»	Цель: Поговорить об умении пользоваться носовым платком.
<b>Чтение художественной литературы</b>		
<b>1-ая неделя</b>	«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.
<b>2-ая неделя</b>	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.
<b>3-ая неделя</b>	Заучивание потешек; К. Чуковский «Федорино горе»,	Цель: вызвать у детей желание следить за собой, чистотой своего тела;
<b>4-ая неделя</b>	А. Барто «Девочка чумазая», «Сказка про Витю - грязнулю».	Цель: воспитывать у детей положительное отношение к чистоте.
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b>		
<b>1-ая неделя</b>	«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.
<b>4-ая неделя</b>	«Чистота - залог здоровья»	Цель: закрепить знания детей о здоровом образе жизни, о предметах личной гигиены; - развивать речевую активность, логическое мышление, зрительное внимание
<b>Игровая деятельность</b>		
<b>Дидактические игры</b>		
<b>1-ая неделя</b>	«Чистоплотные дети»  «Что нужно кукле!»	Цель: проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.  Цель: упражнять культурно-гигиенические навыки.
<b>2-ая неделя</b>	«Что ты можешь о них сказать?»	Цель: познакомиться с предметами гигиены и их

	«Куклу пригласили в гости»	использованием. Цель: воспитывать стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания.
<b>3-ая неделя</b>	«Чистые ручки»	Цель: учить ребенка мыть руки.
	«Умывалочка»	Цель: учить ребенка умываться.
<b>4-ая неделя</b>	«Сделаем лодочки»	Цель: учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.
	«Мыльные перчатки»	Цель: учить ребенка намыливать руки с внешней и внутренней стороны.
<b>Сюжетно-ролевые игры:</b>		
<b>В течении всего проекта</b>	«Больница»	Цель: вызвать у детей интерес к профессиям врача, медсестры; воспитывать чуткое, внимательное отношение к больному, доброту, отзывчивость, культуру общения.
	«Аптека»	Цель: вызвать у детей интерес к профессии фармацевта; воспитывать чуткое, внимательное отношение к больному, доброту, отзывчивость, культуру общения
<b>Театрализованные игры:</b>		
<b>В течении всего проекта</b>	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.
<b>Художественное творчество</b>		
<b>1-ая неделя</b>	Изодеятельность «Рисуем Витаминку и Микроб»	Цель: закрепить умение держать правильно карандаш при рисовании, закрашивать аккуратно, не выходя за контур.
<b>2-ая неделя</b>	Изодеятельность: «Мочалочка для Хрюши» (из ниток)	Цель: развивать самостоятельность при выполнении работы.
<b>3-ая неделя</b>	Творческая работа в технике пластилинографии «Микробы на	Цель: развивать самостоятельность при выполнении работы.

	руках».	
<b>4-ая неделя</b>	Раскрашивание раскрасок на тему «Физкультура и спорт»	Цель: развивать самостоятельность при выполнении работы.
<b>В течении всего проекта</b>	<p>Пальчиковые игры  <b>«Моем руки»</b>  «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.  <b>«Зайка серый умывается»</b>  Зайка серый умывается, видно в гости собирается,  Вымыл ротик, вымыл носик, вымыл глазки, вымыл лобик,  Вымыл ручки, вымыл ножки,  вымыл ухо, вытер сухо.</p>	
<b>В течении всего проекта</b>	Экскурсия в медицинский кабинет детского сада: беседа с врачом «Как можно заботиться о своем здоровье».	
<b>В течении всего проекта</b>	<b>Совместная деятельность детей и воспитателей:</b> Закаливающие мероприятия: воздушные ванны, хождение босиком по коврикам -	

	<p>массажерам.          Прогулки и подвижные игры на свежем воздухе. Все виды гимнастик.          Работа с родителями:</p>	
<b>Работа с родителями:</b>		
<b>В течении всего проекта</b>	<p>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 ребёнка». Полезные советы «Правила здорового образа жизни», «Растим здорового ребёнка», - «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».</p>	

### **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»