**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад №9 «Малахитовая шкатулка», г. Нижневартовск**

**Здоровьесберегающий проект**

**«Личная гигиена – залог здоровья»**

**(для детей младшего дошкольного возраста)**

**Воспитатель:**

**Юняшина К. С.**

**г. Нижневартовск**

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности.

Развитие культурно-гигиенических навыков ребёнка – это первый шаг к здоровью человека. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения: содержание в чистоте лица, тела, прически, одежды, обуви. Важно, чтобы дети понимали, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них формируется здоровье, культура и приятное расположение окружающих.

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.

**Актуальность проекта:**

Здоровье - это один из источников счастья и радости каждого человека и вместе с тем достояние целого общества, потребность заботиться о своём здоровье надо воспитывать. Это происходит в семье, в детском саду, в школе. Дети получают знания, которые помогают лучше организовать свой здоровый образ жизни, правильно работать, рационально питаться, правильно отдыхать. Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Воспитание у детей навыков личной гигиены и общественной гигиены играет важную роль в охране их здоровья. От знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

Выбранная тема интересна и актуальна потому, что навыки и привычки, прочно сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь. Особое внимание надо уделять детям до пяти лет, которым «самостоятельное» умывание и одевание обычно доставляют большое удовольствие. Для формирования культурно-гигиенических навыков, привычек и систематизации представлений ребёнка о здоровье и здоровом образе жизни мы решили начать работу над проектом «Личная гигиена - залог здоровья».

**Цель проекта:** формировать представление детей о здоровье, здоровом образе жизни через уточнение и конкретизацию знаний о правилах личной гигиены.

**Задачи:**

1.Формировать начальные представления о ценности здоровья, что здоровье начинается с чистоты тела, что «чистота», «красота», «здоровье» - это неразделимые понятия;

2.Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены (мыть руки мылом, лицо, пользоваться расчёской, носовым платком, полотенцем, вешать полотенце на место);

3.Формировать привычки следить за своим внешним видом, т.е. опрятности в повседневной жизни (вывернуть футболку, шорты; правильно одеть их, поправить, порядок в шкафчиках, грязную одежду забирать домой);

4. Обобщить полученные знания о правилах гигиены;

5. Воспитывать культуру здоровья, ведение здорового образа жизни;

6. Привлечь родителей к соблюдению и развитию навыков личной гигиены дома.

**Вид проекта:** долгосрочный, информационно-практико-ориентированный, творческий.

**Продолжительность проекта:** октябрь 2017г. – апрель 2018г.

**Участники:** воспитатель, дети, родители

**Виды детской деятельности:**

Познавательная, продуктивная, творческая.

**Обеспечение проекта:**

**Материально-техническое, учебно-методическое:**

- материал для художественной и творческой деятельности, технические средства обучения (интерактивное оборудование);

- наглядно-методические пособия;

- методическая, художественная литература, пособия, игры и игрушки.

**Информационный ресурс:** использование ИКТ; ресурсы сети Интернет.

**Продукты проектной деятельности.**

1. Подбор художественно-словесного материала по воспитанию и развитию у младших дошкольников культурно-гигиенических навыков;

2. Разработка тематических бесед по теме «Чистота и аккуратность - залог здоровья»;

3. Драматизация произведения А.Барто «Девочка – чумазая»;

4. Оформление альбома «Личная гигиена – залог здоровья»;

5. Презентация своих альбомов;

6. Изготовление коллажа «Личная гигиена»;

7. Презентация проекта.

**Формы работы:**

**- практические**

* Оздоровительная работа;
* Дидактические игры;
* Сюжетно-ролевые игры.

**- словесные**

* Беседы;
* Чтение художественной литературы;
* Заучивание стихотворений, пословиц и т.д.

**- наглядные**

* Участие в конкурсах.
* Сбор фотоматериала.
* Рассматривание иллюстраций.
* Информационно-агитационные стенды
* Личный пример взрослых
* Театрализованное представление

**Содержание проектной деятельности:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы реализации проекта** | **Участники проекта** | **Сроки** |
| **I. Подготовительный**  -изучение условий реализации проекта;  -привлечение родителей к участию в проекте;  -подбор методической, научно-популярной и художественной литературы, иллюстрированного материала по данной теме.  -определение цели и задач; | Воспитатель, родители, дети | октябрь 2017г. |
| **II. Практический**  -проведение цикла тематических бесед;  -подбор художественно - словесного материала по воспитанию и развитию у младших дошкольников культурно - гигиенических навыков;  -разработка тематических бесед по теме «Чистота и  аккуратность - залог здоровья»;  -драматизация произведения А.Барто «Девочка - чумазая»;  -оформление альбома «Личная гигиена - залог здоровья»;  -презентация своих альбомов;  -изготовление коллажа «Личная гигиена» | Воспитатель, родители, дети | ноябрь – апрель 2017г. |
| **III. Заключительный**  -подведение итогов реализации проекта:  -презентация проекта | Воспитатель, родители, дети | апрель 2017г. |

**План реализации проекта:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата проведения**  **мероприятий** | **Вид работы**  **и**  **содержание деятельности** | **Ответственные** |
| **Ноябрь** | **1.Рассматривание плаката «Культурно-гигиенические навыки».**  **2.Беседа «Правила личной гигиены» Цель: Закрепить последовательность действий при умывании и знаний о назначении предметов туалета; воспитывать желание быть чистым и аккуратным; развивать диалогическую речь, учить доброжелательному общению друг с другом и со взрослыми.**  **3.Игра «Правила личной гигиены» С помощью считалки выбирается водящий, он выходит из группы. Воспитатель с детьми договаривается, кто и что будет изображать. Затем водящего приглашают, дети по очереди показывают навыки гигиены при помощи жестов и мимики. Ведущий должен отгадать, что показывают дети: умывание, чистку зубов, обтирание, причёсывание, купание.**  **4.Чтение художественной литературы «Мойдодыр» Цель: воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.**  **Работа с родителями: Ознакомление родителей с проектом на родительском собрании.** | **Воспитатели,**  **родители** |
| **Декабрь** | **1. Беседа «Носовой платок всегда со мной» Цель: Объяснить назначение носового платка, как правильно им пользоваться. Приучать детей при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком.**  2. Игра-упражнение «Кукла Таня простудилась». Цель: показать способы правильного пользования носовым платком.  3.Дидактические игры: «Что ты можешь о них сказать?» Цель: познакомиться с предметами гигиены и их использованием.  4.Разучивание потешек.  Работа с родителями: Консультация «Личная гигиена ваших детей» | **Воспитатели,**  **родители** |
| Январь | **1.Беседа «Доброе утро, расчёска!» Цель:** формирование навыков пользования расчёской и ухода за ней.  2.Игра-упражнение «Как правильно снимать и вешать полотенце» Цель: формирование привычки аккуратно вешать полотенце на своё место за петлю.  **3.**Чтение художественной литературы К.И.Чуковский «Федорино горе» **Цель: воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.**  4.Игра-упражнение «Грязнулино горе» Цель: формирование привычки следить за своим внешним видом, умение пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши, пользоваться расчёской, носовым платком.  Работа с родителями: Оформление альбома «Личная гигиена – залог здоровья» | **Воспитатели,**  **родители** |
| **Февраль** | **1.Беседа «Купаться любят все» Цель:** вызвать интерес к выполнению к.г.н., побуждать детей к постоянному их соблюдению.  2.Игра «Чистоплотные дети». Цель: проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении.  **3.Презентация своих альбомов** «Личная гигиена - залог здоровья».  4.Коллективная практическая деятельность детей «Наведём порядок в шкафчиках»**.**  Работа с родителями: **Изготовление коллажа «Личная гигиена»** | **Воспитатели,**  **родители** |
| **Март** | **1.Беседа «Баю-баюшки-баю, куклу спать я уложу…» Цель:** формировать потребность в соблюдении правил личной гигиены перед сном (умывание, аккуратно складывать одежду).  2.Дидактическая игра «Научим куклу одеваться/раздеваться»; «Порядок в шкафу»; с предметными картинками на тему «Одежда, обувь, головные уборы».  3.Коллективная практическая деятельность детей «Сложить вещи на место».  **4.Чтение худ. литературы: А. Барто «Девочка чумазая». Цель: воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.** | **Воспитатели,**  **родители** |
| **Апрель** | **1.Беседа «Чтобы зубки не болели» Цель: обучить несложным приёмам ухода за зубами; воспитывать желание ухаживать за зубами.**  **2.Дидактическая игра «Правила чистюли» Цель: закрепление полученных знаний о здоровье зубов; учить различать на карточках здоровые и больные зубы.**  **3.Сюжетно-ролевая игра «У зубного кабинета». Цель: формировать представления о труде зубного врача, манипуляциях, производимых врачом при осмотре пациента; закрепить знания предметов личной гигиены (зубная щетка, тюбик) и их назначении, правильному использованию; развивать умение взаимодействовать друг с другом в совместной игре.**  4.Драматизация произведения А.Барто «Девочка - чумазая»  Работа с родителями: Консультация «Как увлечь ребенка ежедневной гигиеной зубов?»; Презентация проекта на родительском собрании. | **Воспитатели,**  **родители** |

**Ожидаемый результат:**

1. 90% детей освоят знания, о необходимости соблюдения правил личной гигиены для сохранения здоровья и опрятности в повседневной жизни (умеют правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо, чистить зубы, пользоваться расчёской, носовым платком, следить за своим внешним видом, замечают непорядок в одежде и устраняют его, при небольшой помощи взрослых).

2. 90 % родителей проявят интерес к данной теме, примут активное участие в проекте.

**Литература:**

1. Белостоцкая Е. М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7. - М. :Просвещение, 2001.

2. Бондаренко А. К. Дидактические игры в д/с: Пособие для воспитателя детского сада. - М. : Просвещение,2005.

3. Богуславская З. М., Смирнова Е. О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. - М. : 2001.

4. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Как приобщить малыша к гигиене и смаообслуживанию. - М. : Просвещение, 2007