Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение «Детский сад комбинированного вида №84»

**Проект**

во второй младшей группе на тему

«Здоровый образ жизни как семейная традиция»

Подготовил: Кунжарова С. Е.,

воспитатель 2 младшей группы № 1

2020 год

**Проект**

во второй младшей группе на тему

**«Здоровый образ жизни как семейная традиция»**

**Вид проекта**: информационно-творческий.

**Тип проекта**: познавательно-игровой.

**Сроки реализации**: краткосрочный  (2 недели)

**Участники проекта**: воспитатели, дети второй младшей группы и их родители.

**Цель**: ознакомление родителей с методами и приемами, направленными на формирование культурных традиций здорового образа жизни в семье.

**Задачи**:

**Образовательные**:

1. Расширить представление родителей о здоровом образе жизни в семье.
2. Познакомить с различными методами и приемами взаимодействия детей и родителей, направленных на поддержание здоровья членов семьи.

**Развивающие**:

 1. Развитие  культурно-гигиенических навыков у детей.

 2. Обогатить опыт здоровье сберегающих мероприятий в семейном отдыхе, быту.

 3. Развивать у детей умения выполнять правильно дыхательные гимнастики и упражнения.

**Воспитательные**:

 1. Воспитывать интерес детей к здоровому образу жизни.

 2. Внедрение семейных традиций направленных на здоровьесбережение.

 3.Укрепить взаимосвязь детского сада и семьи, вызвать у родителей желание сотрудничать.

**Ожидаемые результаты**:

1. Совместная деятельность педагогов и родителей по развитию у детей культуры здорового образа жизни.
2. Формирование желания у детей и родителей посещать оздоровительные и спортивные секции и мероприятия.
3. Внедрение традиций здорового образа жизни в семейный уклад.

**Этапы реализации**:

**1 этап** - организационный:

Сбор информации и подготовка литературы по теме проекта, планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

**2 этап** – познавательный

Проведение тематических познавательных презентаций, бесед, консультаций, размещение наглядных пособий и материалов для родителей.

**3 этап** – практический:

**Работа педагога с родителями:**

- Консультации и беседы на темы: «Здоровый отдых», «Здоровые привычки: как сформировать», «Что делать если малыш плохо ест», «О пользе сна».

- Знакомство родителей с картотекой тематических потешек, дыхательной гимнастики, полезных игр на природе.

- Задание родителям сочинить собственную семейную воспитательную сказку, направленную на развитие культурно-гигиенических навыков или приобщению к здоровому образу жизни в целом.

**Совместная деятельность родителей и детей:**

- чтение воспитательных сказок,

- чтение тематической художественной литературы (стихов, рассказов)

- разучивание потешек для умывания, сна, закаливания,

- проведение дыхательной гимнастики, веселой зарядки,

- игры с водой и песком, подвижные игры на природе.

- семейные посещения бассейна, спортивно-оздоровительных мероприятий.

**Деятельность педагога с детьми:**

-утренняя гимнастика, гимнастика после сна, хождение по массажной дорожке.

- утренние тематические беседы,

- тематические НОД по окружающему миру, лепке, рисованию, физкультуре

-тематические сюжетно-ролевые игры,

- игры-эксперименты с водой и песком,

- чтение тематических произведений художественной литературы.

- использование тематических потешек в режимных моментах

**4 этап** - итоговый:

Фотовыставка здоровых традиций *« Семья и ЗОЖ»*.

Презентация воспитательных сказок о здоровье и полезных привычках.

**Формы и методы реализации**:

**Формы**:

- Консультации (устные, печатные, лэп-бук; журнал игр на природе «Экогейм»)

- Беседы;

- Чтение художественной и познавательной литературы;

- Рассказывание сказки;

- игры – эксперименты с песком и водой, сюжетные игры;

- Гимнастики *(утренние, дыхательные, после сна)* ;

- Выставка фотографий;

- Презентация семейной сказки.

**Методы**:

- **словесные**:

беседа, консультация, чтение художественной литературы, стихов, рассказ сказки родителем, потешки.

- **наглядные**:

 рассматривание фотографий и иллюстраций, презентации, книг, показ воспитателем родителям упражнений, гимнастик.

- **практические**:

продуктивная деятельность, оздоровительная деятельность, эксперименты.

- **игровые**:

игры-эксперименты, сюжетно-ролевые игры.

**Тематика**:

Утренние **беседы** с детьми:

«Как я буду заботиться о своем здоровье»

«Чистота – залог здоровья»

«Сон – это здоровье»

«Как уберечься от болезни»

«Как я буду закаляться»

«О здоровой пище»

«Полезно – не полезно»

«Кто такие микробы и где они живут?»

«Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»

**Чтение**:

*К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе».*

*С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».*

*И. Демьянова* *«Замарашка»*.

Стихотворения: *А. Барто «Девочка чумазая»,*

*«Что такое чистым быть?»*, *«Я и солнышко»*.

**Потешки**: *«Водичка, водичка…»*, *«Кран откройся! Нос, умойся!»*, *«От водички, от водицы все улыбками искрится!»*.

**Интегрированные занятия**:

*«Заболели зверюшки, любимые игрушки»*.

*«Путешествие в страну здоровья»*.

**Эксперименты**:

- С песком *«Какой песок грязный или чистый»*, *«Как можно  играть песком: мокрым, сухим?»*.

- С водой *«Как вода и мыло нам помогает бороться с микробами».*

**Художественно-продуктивная деятельность:**

- Рисование по трафарету и раскрашивание овощей и фруктов  *«Вкусные витамины»* (карандашами, фломастерами).

- Лепка *«Морковка»*, *«Яблочки на тарелке».*

**Игровая деятельность**:

Сюжетная игра *«У Мишки заболел живот»,*

Сюжетная игра *«Кукла Катя встречает и угощает гостей вкусными и полезными блюдами»*.

**Итоги:**

**Воспитательная ценность**: У детей и родителей значительно повысился интерес и желание вместе посещать бассейн и участвовать в спортивных мероприятиях. А так же родители проявили желание принимать участие в совместных с педагогами проектах.

**Познавательная ценность:** Родители открыли и опробовали новые для себя полезные для здоровья способы взаимодействия с детьми. У детей повысился уровень знаний о значимости здорового образа жизни, расширилось представление о здоровьесберегающем поведении.

**Развивающая ценность:** Продолжают развиваться умения, формироваться навыки культурно- гигиенического поведения у детей.

**Перспектива:** С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.