

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
города Нижневартовска  
ДЕТСКИЙ САД №15 «СОЛНЫШКО»**

*Здоровьесберегающий проект*

*«Личная гигиена – Залог здоровья!»*



**Подготовили:  
Осколкова Я.В., воспитатель,  
Денисенко С. В.,  
воспитатель**

**г. Нижневартовск,  
2019 год**

## **Аннотация**

Развитие культурно-гигиенических навыков ребёнка – первый шаг к здоровью человека. Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь – это важное слагаемое человеческого фактора.

Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, она продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение к окружающим и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, не будет одобрен окружающими людьми.

Кроме того, воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. 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. В конечном счёте от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. В детском саду у детей воспитываются навыки по соблюдению чистоты тела, культуре еды, поддержание порядка в окружающей обстановке. Выбранная тема показалась нам интересной и актуальной 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 использовать проект «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:** декабрь 2018г. – апрель 2019г.

**Участники:** воспитатель, воспитанники 3- 4 лет групп ОРН №2, родители

**Взаимодействие педагогов:** воспитатели группы: Осколкова Я.В., Денисенко С. В., родительская общественность.

**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; художественная литература, образцы изготовления атрибутов и декораций для инсценировок.

**Информационный ресурс:** использование ИКТ; изучение методической литературы; ресурсы сети Интернет, участие в конкурсах.

**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
<b>I. Подготовительный</b> -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	декабрь 2018г.
<b>II. практический</b> -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	декабрь – апрель 2019г.
<b>III заключительный</b> -подведение итогов реализации проекта: -презентация проекта	Воспитатель, родители, дети	апрель 2019г.

#### План реализации проекта:

**Декабрь**

**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**

1. Ознакомление родителей с проектом на родительском собрании.

#### **Январь**

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**

5. Консультация «Личная гигиена ваших детей»

#### **Февраль**

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. **«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**

1.Оформление альбома «Личная гигиена – залог здоровья»

#### **Март**

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**

1.Изготовление коллажа «Личная гигиена»

#### **Апрель**

**1. Беседа «Чтобы зубки не болели»** Цель: обучить несложным приёмам ухода за зубами; воспитывать желание ухаживать за зубами.

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 чумазная».** Цель: воспитывать культурно-гигиенические навыки, желание всегда быть чистым, красивым, аккуратным.

#### **Работа с родителями**

1.Консультация «Как увлечь ребенка ежедневной гигиеной зубов?»

2.Презентация проекта на родительском собрании.

#### **Ожидаемый результат:**

1. Дети усвоят, что необходимо соблюдать правила личной гигиены для сохранения здоровья и опрятности в повседневной жизни (умением правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо, чистить зубы, пользоваться расчёской, носовым платком, следить за своим внешним видом- умеет замечать непорядок в одежде и устранять его при небольшой помощи взрослых, а также в шкафчиках) - 90%

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

#### **Литература:**

1. Белостоцкая Е. М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7. – М. :Просвещение,1991.

2. Бондаренко А. К. Дидактические игры в д/с: Пособие для воспитателя детского сада. – М. : Просвещение,1985.

3. Богуславская З. М., Смирнова Е. О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. – М. : 1991.

4. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Как приобщить малыша к гигиене и самообслуживанию. – М. : Просвещение, 1997

5. Информация взятая из Интернета.