

## Проект «Быть здоровыми хотим»

**Актуальность:** Здоровье – большой дар, без которого трудно сделать жизнь счастливой, интересной и долгой. Здорового ребенка легче растить, учить и воспитывать. У него быстрее формируются необходимые умения и навыки. Он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявленные к нему требования. Здоровье – важнейшая предпосылка к формированию характера, развитию воли, природных способностей. Здоровье детей – это общее дело педагогов, медицинских работников, родителей. Здоровьесбережение детей стало одним из приоритетных направлений государственной политики. Таким образом, одним из важнейших направлений развития и оздоровления детей дошкольного возраста является грамотная высокоэффективная организация здоровьесберегающего педагогического процесса, способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Что мы знаем?	Что хотим узнать?	Что сделать, чтобы узнать?
Чтобы не болеть нужно заниматься спортом	Что значит здоровый образ жизни?	Посмотреть в энциклопедии (дети)
Каждое утро надо чистить зубы, делать утреннюю гимнастику	Почему бывают полезные и неполезные продукты?	Узнать у мамы (дети)
Нельзя есть чипсы, пить газировку, а больше есть фруктов	Что будет если люди перестанут заниматься спортом?	Спросить у воспитателя

**Вид проекта:** познавательно-творческий.

**Участники проекта:** дети 5-6 лет, родители, воспитатели.

**Срок реализации:** краткосрочный (2 недели).

**Заявители:** дети старшей группы.

**Цель:** создать условия для формирования познавательного интереса в процессе творческой деятельности.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формировать элементарные представления о здоровье как о главной ценности жизни;
- формировать элементарные представления о продуктах полезного и неполезного питания;

- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;

*Развивающие:*

-развивать познавательные способности, творческое воображение, двигательную активность

*Воспитательные:*

- воспитывать привычку сохранять правильную осанку;

**Ожидаемые результаты:**

-расширение у детей представлений о здоровом образе жизни;

-проявление бережного отношения к своему здоровью и здоровью других детей.

<p><b><i>Развитие речи</i></b> - составление рассказа по картине «Дети гуляют в парке»; - беседа «Что нам осень подарила»</p>	<p><b><i>Продуктивная деятельность</i></b> - рисование «Полезные продукты», - лепка «Овощи»; - конструирование «Забор для огорода». Аппликация «Полезные и вредные продукты»</p>	<p><b><i>Чтение художественной литературы</i></b> Книга сказок “Фырка и Здравик”; серия книг “Добрый ребенок”; “Будет мама рада очень”, С. Тетерин. “О вежливых манерах на нескольких примерах”, А. Левин.</p>
<p><b><i>Развитие математических представлений</i></b> «Один, много, столько же», «Третий лишний», «Подбери по цвету», «Подбери по форме»</p>	<p><b><i>Музыкальная деятельность</i></b> - прослушивание аудиозаписи П. Чайковского «Времена года» «Осень»; «Листопад», муз. Т. Попатенко; «Грустный дождик» муз. Д. Кабалевского; - разучивание песни «Огородная»;</p>	<p><b><i>Активизация двигательной деятельности (мелкая моторика)</i></b> - пальчиковые гимнастики «Дождик», «Осенний букет», «Грибы»; - п.и. «Кто больше соберёт грибов», «У медведя во бору»;</p>
<p><b><i>Театрализованная</i></b></p>	<p><b><i>Мир природы/</i></b></p>	<p><b><i>Социальный мир</i></b></p>

<p><b>деятельность</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- настольный театр «Репка»</li> </ul>	<p><b>Безопасность жизнедеятельности</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседы: «Чем опасна холодная погода», «Как не простудиться», «Что делать если простудился»;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беседы: «Чтоб здоровье нам беречь, витамины нужно есть»</li> </ul>
<p><b>Исследовательская деятельность</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Тонет – не тонет»;</li> <li>- «Играет ветер ленточкой»;</li> <li>- «Откуда ты ветер?»</li> </ul>	<p><b>ИКТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- презентация «Осень в гости к нам пришла»;</li> <li>- Просмотр мультфильмов:</li> <li>1. «Уроки тетюшки Совы «Береги здоровье»</li> </ul>	<p><b>Игровая деятельность</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- д/и «Найди на ощупь», «Найди по описанию», «Один - много», «Большой - маленький»;</li> <li>- н/и «Разложи листочки по цвету», «Составь из половинок».</li> <li>- с.р./и. «Одень куклу на прогулку»</li> </ul>
<p><b>Работа с родителями:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- консультация для родителей “Закаливание или первый шаг на пути к здоровью”.</li> <li>- папка – передвижка «Здоровый образ жизни в семье»</li> <li>- фотовыставка</li> <li>- совместная деятельность родителей и детей</li> <li>- индивидуальные беседы о том, как.</li> </ul>		

**Продукт проекта:**

- выставка семейного творчества
- спортивное развлечение «В гостях у Здравика»

**Вывод:** В процессе реализации проекта у дошкольников расширились знания

и представления о себе, своем здоровье и физической культуре, а также позволили найти способы укрепления и сохранения его. Приобретенные навыки помогли осознанно выбрать здоровый образ жизни. Я надеюсь, что выбранный путь – здоровый образ жизни - и станет той самой лучшей

семейной традицией, которую ребята возьмут во взрослую жизнь. Ведь каждый из нас хочет видеть своих детей здоровыми, счастливыми, чтобы дети, вырастая, жили в ладу с собой, окружающим миром, другими людьми. А за всем этим стоит здоровый образ жизни. Именно он дает физические и духовные силы, здоровую нервную систему, способность противостоять вредным влияниям, чувствовать радость от того, что живешь.