

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Буратино»

Проект

«Если хочешь быть здоров!»



Воспитатели средней группы «Солнышко»:

Захарова О.А., Молчанова М.Е.

с. Красноселькуп, 2019г.

Участники проекта: дети средней группы, родители воспитанников, педагоги группы.

Тип проекта: групповой, долгосрочный

Сроки проведения: ноябрь-декабрь 2019 г.

Актуальность проекта:

Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Если учесть, что это период является основополагающим в становлении личности человека, то становится очевидной актуальность формирования у дошкольников, хотя бы элементарных представлений о здоровом образе жизни.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в детском саду является одной из значимых и приоритетных.

Необходимо создавать у детей положительную мотивацию к выполнению основных режимных моментов, принятие и осознание их детьми; формирование и совершенствование основных гигиенических навыков и навыков самообслуживания.

Цель проекта: формирование у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

1. Дать детям представления о здоровом образе жизни: правильном питании, личной гигиене, режиме дня, закаливании, занятиях физкультурой, прогулках на свежем воздухе.
2. Создать условия в группе для активной самостоятельной деятельности детей по развитию представлений ЗОЖ.
3. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой и желание вести здоровый образ жизни.
4. Привлечь родителей к взаимодействию с детским садом по развитию у детей представлений ЗОЖ.

Ожидаемые результаты:

1. Сформированы представления о здоровом образе жизни, о полезной и вредной пище, личной гигиене, КГН.

Цель проекта: формирование у детей осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

- систематизировать и расширять знания детей о здоровье человека и способах его укрепления;
- совершенствовать уже имеющиеся навыки сохранения здоровья; организации активного отдыха и досуга;
- развивать у детей потребность в выполнении специальных профилактических мероприятий в повседневной жизни;
- повышать двигательную активность, функциональные возможности организма;
- способствовать закаливанию детского организма, формированию положительных привычек;
- воспитать у детей волевые качества, уважительное и заботливое отношение к окружающим;

Предполагаемый результат: Участники проекта будут бережнее относиться к своему здоровью, правильно применять полученные знания в жизни.

2. Даны представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения, крепкий сон не только укрепляют физическое здоровье, но и вызывают хорошее настроение и положительные эмоции.

3. Родители приняли активное участие в реализации проекта.

В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ:

ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

- Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения, пальчиковая)
- Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья».
- Воздушное контрастное закаливание.

БЕСЕДЫ:

- Общение: «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!».
- «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу». (Приложение №1)
- «Беседа о здоровье, о чистоте» Решение провокационных вопросов, проблемных ситуаций (Приложение № 2)
- Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки) (Приложение № 3)
- Сказка-беседа «В СТРАНЕ БОЛЮЧКЕ». (Приложение № 4)

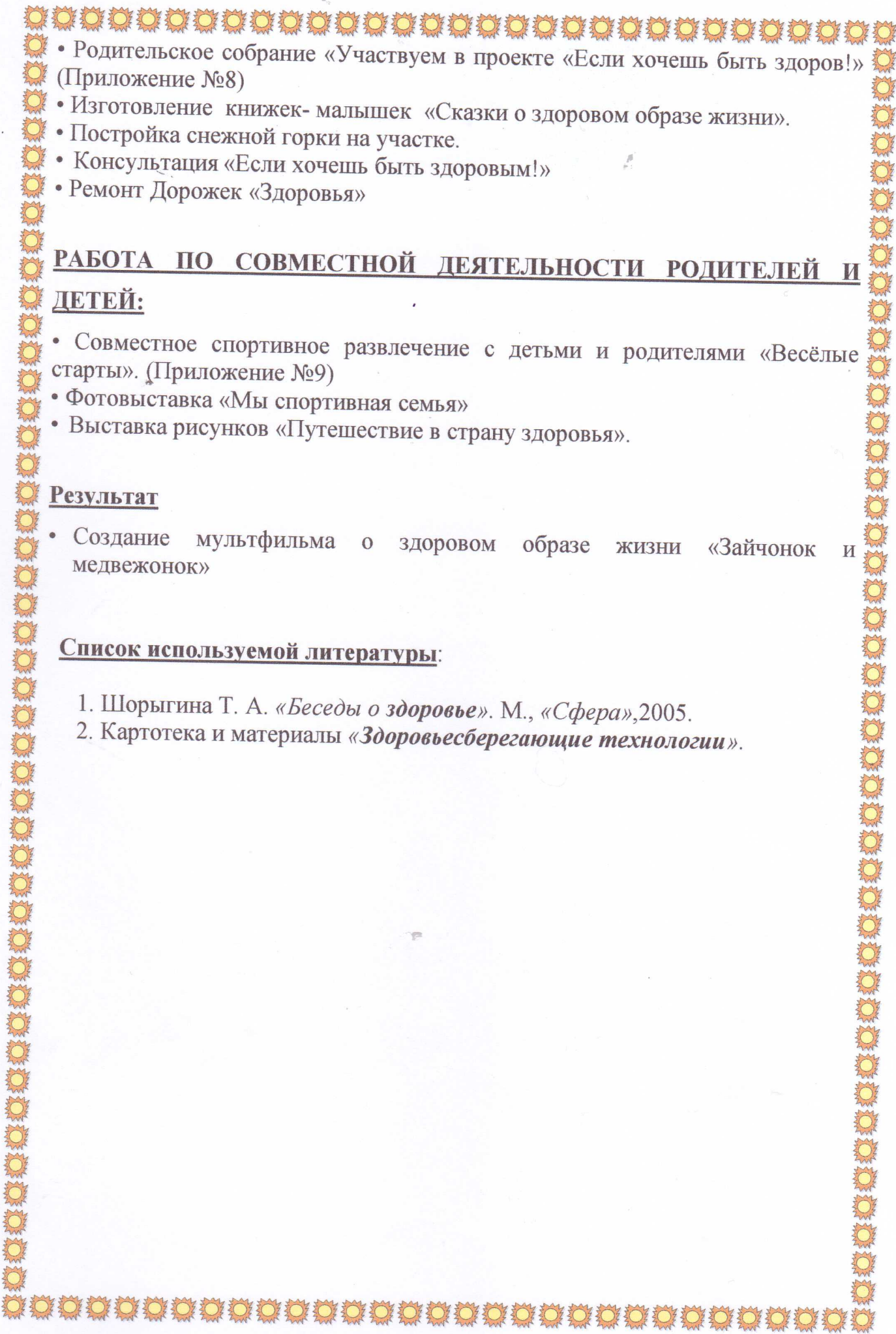
ЗАНЯТИЯ:

- Досуг «Чистота залог здоровья » (Приложение № 5)
- Конспект занятия «Путешествие в страну здоровья» (Приложение №6)

ИГРЫ:

- Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Парикмахерская»...
- Дидактические игры «Что лишнее?», интерактивная игра «В магазин за овощами и фруктами» и др.
- Организация на воздухе подвижных игр «Делай, как я», «Море волнуется» (изображение действий личной гигиены), «День-ночь», «У медведя во бору» и т.д.
- Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье.
- Заучивание пословиц, поговорок о здоровье. (Приложение №7)
- Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», "Вовкина победа" А. Кутафин , «Чумазая девочка» А. Барто и др.
- Выставка рисунков о здоровье и спорте.
- Загадки о спорте.

В РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ:

- 
- Родительское собрание «Участвуем в проекте «Если хочешь быть здоров!»» (Приложение №8)
 - Изготовление книжек-малышек «Сказки о здоровом образе жизни».
 - Постройка снежной горки на участке.
 - Консультация «Если хочешь быть здоровым!»
 - Ремонт Дорожек «Здоровья»

РАБОТА ПО СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ:

- Совместное спортивное развлечение с детьми и родителями «Весёлые старты». (Приложение №9)
- Фотовыставка «Мы спортивная семья»
- Выставка рисунков «Путешествие в страну здоровья».

Результат

- Создание мультфильма о здоровом образе жизни «Зайчонок и медвежонок»

Список используемой литературы:

1. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье». М., «Сфера», 2005.
2. Картоотека и материалы «Здоровьесберегающие технологии».