Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №37 «Сказка» п.Прикалаусский

Проект

«Я здоровым быть хочу»



**Место проведения**: МКДОУ ДС №37 «Сказка»

**Сроки проведения:** 1.04.2019г. – 15.04.2019г.

**Тип проекта:** творческий, групповой, семейный, краткосрочный.

 **Состав проектной группы**: воспитатель, воспитанники, родители.

2019г.

**Пояснительная записка:**

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

**Цель проекта:**

Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

**Задачи проекта:**

* Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
* Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
* Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
* Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
* Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

**Актуальность проекта:**

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей - одна из основных задач дошкольного образования. Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребёнка, желание всё узнать и попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

**Предполагаемые результаты:**

Для детей:

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;

2. Сформированность гигиенической культуры;

3. Улучшение соматических показателей здоровья;

4. Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для родителей:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей;

2. Педагогическая, психологическая помощь;

4. Повышение уровня комфортности.

**Риски и пути преодоления рисков:**

В ходе реализации данного проекта возможно возникновение некоторых рисков, которые будут решены следующим путём:

1. Пассивное отношение родителей к проектной деятельности. Вовлечение пассивных родителей посредством индивидуальных консультаций, отдельных поручений, а так же обеспечение материала для творчества.

2. Недостаточные знания детей для проведения конкретных мероприятий. Предварительная подготовка детей родителями в домашних условиях.

3. Психологический барьер у родителей, препятствующий постановке и озвучиванию проблемных вопросов о питании детей. Ежедневные беседы с родителями о возможных трудностях в формировании у детей культуры поведения *(*предложение помощи, беседы о домашнем питании).

**Ресурсное обеспечение проекта:**

1. Физкультурный уголок в группе;

2. Спортивный зал;

3. Спортивный участок на территории МКДОУ.

7. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.

8. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, схемы бесед, занятий, сценарий спортивного развлечения).

**Содержание проектной деятельности:**

Этапы и сроки реализации:

* 1 этап: подготовительный;
* 2 этап: практический;
* 3 этап: заключительный;

1этап – подготовительный:

Разработка перспективного плана;

Подготовка цикла тематических мероприятий;

2 этап – практический:

Проведение цикла тематических мероприятий;

Организация целенаправленной просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей познавательных способностей;

Изготовление альбома «Витаминная азбука», выставка рисунков «Здоровый образ жизни в моей семье»

3 этап – заключительный

Проведение спортивного – развлекательного мероприятия «Папы и дочки, мамы и сыночки»

**План реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Беседы** | «Здоровье дороже золота» | **Цель:** формировать у детей первоначальные навыки охраны жизни и здоровья. На основе ситуационных моментов учить делать выводы о безопасности жизнедеятельности. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказать помощь друг другу. |
| «Скажи здоровью — да!» | **Цель:** Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. |
| «Полезные продукты» | **Цель:** уточнить знания детей о полезных продуктах, их назначении для здоровья и хорошего настроения. Закрепить названия овощей, их вкусовые качества. Воспитывать желание употреблять в пищу фрукты. |
| «Личная гигиена» | **Цель:** развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. Уточнить, какими принадлежностями пользуются дети при умывании.  |
|  | «Витамины и здоровый организм» | **Цель:** Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека. Познакомить детей с назначением витамина А, В, С. Активизировать названия овощей и фруктов. Познакомить с продуктами, которые можно употреблять в небольшом количестве. |
| «Врачи – наши помощники» | **Цель:** Закрепить знания о витаминах, уточнить представления об овощах, учить сажать лук. Продолжать воспитывать у детей понимание ценности здоровья, потребности быть здоровыми. |
| «Как я буду заботиться о своем здоровье» | **Цель:** Закрепить понимания о здоровом образе жизни. Продолжать знакомить детей с профессиями врача и медицинской сестры, воспитывать уважение к людям этих профессий. Повторить пословицы о здоровье. |
| **Заучивание пословиц о здоровье** | **Цель:** Способствовать формированию основ здорового образа жизни. |
| **Продуктивная деятельность** | **Рисование**«Овощи и фрукты – полезные продукты» | Цель: Систематизировать представление о полезных продуктах питания |
| **Аппликация** «Витамины на столе» | Цель: вызвать у детей желание заботится о своём здоровье.Учить детей различать витаминосодержащие продукты. |
| **Лепка**«Мои любимые фрукты» | Цель: вызвать у детей желание заботится о своём здоровье.Учить детей различать витаминосодержащие продукты. |
| **Досуг** | «Мама, папа, я – спортивная семья» | Цель: формирование положительного отношения к ЗОЖ. |
| **Рассматривание иллюстраций, фотографий, картин о здоровье.** | Цель: Формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни. |
| **Чтение художественной литературы** | К. И. Чуковский  «Мойдодыр» |  Цель: Через художественные произведения воспитывать желание быть здоровым. |
| Е. А. Алябьева «Руки надо мыть» |
| Б. Заходер «Вредные советы»  |
| К. И. Чуковский  «Федорино горе» |
| **Изготовление альбома** **«Витаминная азбука»** | Цель: вызвать у детей желание заботится о своём здоровье.Учить детей различать витаминосодержащие продукты. |
| **Работа с родителями** |
| **Папка передвижка** | «Как не заболеть в садике» |
| Памятка «Профилактика гриппа» |
| «Признаки инфекционных заболеваний» |
| «Грипп – берегите детей» |
| «Как уберечься от гриппа» |
| «Народная медицина. Простудные заболевания» |
| **Анкетирование** **«Здоровый образ жизни»** | **Цель:** выяснить проблемы, возникающие у родителей в воспитании ЗОЖ ребенка, а также проанализировать знания родителей о здоровом образе жизни. |
| **Выставка семейного рисунка «Здоровый образ жизни в моей семье»** |

**Полученный результат реализации проекта:**

* Сплочение детей и родителей, родителей и педагога в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.
* Получение детьми знаний о ЗОЖ.
* Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
* Сформированность гигиенической культуры;
* Улучшение соматических показателей здоровья;
* Моральное удовлетворение.