

**Автор: Гудожникова Юлия Анатольевна, воспитатель старшей группы
№ 7 МДОУ Детский сад №20 «Улыбка», г. Саранск, РМ**

Тип проекта: практический, познавательный.

Продолжительность проекта: краткосрочный, 1 неделя.

Участники проекта: дети старшей группы, воспитатели, родители воспитанников. Цель: приобщать детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Задачи:

Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни.

Совершенствовать у детей элементарные навыки ухода за своим лицом и телом.

Развивать у детей познавательный интерес к своему организму, его возможностям и как ухаживать за ним.

Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью и здоровью других людей.

Актуальность проекта.

Проблема воспитания и развития здорового ребёнка является как никогда актуальной. О проблеме здоровья говорят всё больше, а с каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье. Это связано с множеством негативных явлений современной жизни. Одна из них - малоподвижный образ жизни. Дома родители предпочитают завлечь ребёнка спокойными играми, это понятно, им так удобнее. А ведь движение - врожденная потребность человека, от которой напрямую зависит его здоровье.

Анализ работ исследователей по данной теме показывает, что ребёнок уже в младшем дошкольном возрасте способен заботиться о собственном здоровье. Но важно, чтобы дети не просто были помещены в здоровьесберегающую среду, но и сами бы умели охранять и беречь своё здоровье.

Механизм реализации проекта: 1 этап - подготовительный.

Подбор материала, чтение методической литературы по данной теме, разработка конспекта нетрадиционного физкультурного занятия (утренняя зарядка с нетрадиционным оборудованием), пополнение спортивного инвентаря для физкультурного уголка в рамках конкурса-смотре.

2 этап - основной.

Работа с детьми. Участие в смотре-конкурсе физкультурных уголков (в рамках ДОУ). Непосредственное участие родителей в осуществлении проекта.

3 этап - заключительный. Подведение итогов и результаты проекта:

- проведение открытого просмотра утренней зарядки с нестандартным оборудованием 23.10.2018 год
- участие в смотре-конкурсе физкультурных уголков в рамках ДОУ.

Работа с детьми.

Образовательная область «Познавательное развитие»:

- беседы с детьми « О пользе сна», «Мы были у врача», «Чем опасен гололёд?», «Надо, надо умываться по утрам и вечерам»;
- дидактические игры «Поделюсь - не поделюсь» (закрепление знаний о предметах личной гигиены), «Кукла Маша собирается на прогулку», «Составь фигуру человека (мальчика или девочки)», «Что нужно Айболиту»;
- наблюдения с детьми за трудом дворника, за изменением одежды людей осенью;
- наведение порядка в игровой комнате «Каждой вещи своё место»;
- труд на участке (сгребание облетевшей листвы).

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»:

- игра «Назови меня ласково»;
- сюжетно-ролевые игры «Семья», «У врача», «Кукла Маша заболела», «Доктор Айболит»;
- экскурсия с детьми в медицинский кабинет детского сада;
- ситуативные разговоры о правилах личной безопасности (не разговаривать с незнакомыми людьми и не брать у них угощения и различные предметы, уходить из сада только с родителями и т.д.)

Образовательная область «Речевое развитие»:

- использование художественного слова о еде, о приёме пищи;
- игры на развитие речи «Вставь словечко», «Закончи предложение»;
- чтение и обсуждение с детьми произведений А.Барто «Девочка чумазная», К.Чуковского «Доктор Айболит» и «Мойдодыр» (или просмотр мультфильма).

Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»:

- концерт для кукол «Мы любим, петь и танцевать»;
- рисование красками «Апельсины и мандарины для больной куклы»;
- выполнение с детьми аппликации на тему «Украсим шапочку для куклы Маши».

Образовательная область «Физическое развитие»:

- утренняя гимнастика «Мы - сильные»;
- массаж волшебных точек ушей «Поиграем с ушками»;
- упражнение для глаз «Посмотрим глазками влево, вправо»;
- проведение пальчиковой гимнастики «Были маленькие мы»;
- обучающее упражнение «Правильно сидим за столом»;
- дидактическая игра «Кто умеет чисто мыться»;
- ситуативные разговоры с детьми о составе блюд и пользе некоторых продуктов для здоровья (фруктов, соков, молочных каш);
- НОД по физическому развитию (Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет»);

Работа с родителями:

- привлечение родителей к изготовлению физкультурного оборудования для группы;
- индивидуальные беседы: «Закаливание- одна из форм профилактики простудных заболеваний детей»;
- консультации:

Значение двигательной активности в жизни ребёнка.

Игры для здоровья.

Как провести выходные с ребёнком.