Структурное подразделение «Детский сад №18 комбинированного вида» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения» Детский сад «Радуга» комбинированного вида»

Рузаевского муниципального района Республики Мордовия

**Проект по здоровому образу жизни:**

**«Наше сокровище - это здоровье»**

****

**Подготовила:**

инструктор по физической культуре Павлова Е. С.

Рузаевка 2020 г.

**Паспорт проекта**

**«Наше сокровище - это здоровье»**

**Автор:** инструктор по физической культуре Павлова Е.С.

**Место работы:** Структурное подразделение «Детский сад №18 комбинированного вида» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения» Детский сад «Радуга» комбинированного вида» Рузаевского муниципального района Республики Мордовия

**Место реализации проекта:** Детский сад №18 г. Рузаевка.

**Вид проекта:** среднесрочный.

**Направление проекта:** познавательный.

**Возраст:** дошкольники 6-7 лет.

**Участники проекта:** инструктор по физической культуре, дошкольники 6-7 лет группа «Букварята».

**Срок реализации:** с 28.09 . – .02. 10. 2020 г.

**Продукт проектной деятельности:**  викторина по здоровому образу жизни «Правила здоровья»

**Пояснительная записка**

**Здоровье — дороже золота.**

**У. Шекспир**

Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья. Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему.

Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Фундамент активного здорового долголетия закладывается именно в период дошкольного возраста, отсюда, растет необходимость приобщения детей к здоровому образу жизни, поиска средств для сохранения и укрепления здоровья детей и повышение уровня их культуры здоровья. Если мы будем приобщать детей к здоровому образу жизни на основе осознанного отношения к своим действиям, то это сформирует необходимые умения и навыки, полезные привычки у детей и обеспечит оценку и самоконтроль поведения для сохранения и укрепления своего здоровья.

Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредствам  приобщения к здоровому образу жизни.

**Цель проекта**:  обогатить и закрепить знания дошкольников о здоровом образе жизни, о пользе физических упражнений и спорта в жизни человека.

**Задачи:**

– сформировать у детей представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни, об умении беречь своё здоровье и заботиться о нём;

– формировать базу знаний и практических навыков здорового образа жизни;

– развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом,

– обогатить знания дошкольников о том, что полезно и что вредно для организма.

– развивать способность практически применять полученные знания в социальной среде.

**Планируемый результат:**

*Дошкольники.*

– сформированность гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни (умения соблюдать режим дня, знания о правильном питании и витаминах и т.п.);

– воспитание интереса и потребности в занятиях физкультурой и спортом;

– умение принимать полученные знания в игровой и повседневной жизни.

*Родители:*

– повышение информационной компетентности родителей в вопросах физического воспитания дошкольников в детском саду.

*Педагоги:*

– повышение профессиональной компетентности в формировании знаний и практических умений в вопросах здорового образа жизни у детей 6-7 лет.

**Этапы проекта**

**I Подготовительный этап.**

**Цель:** определение задач и направления работы по обогащению и закреплению знаний дошкольников в области здорового образа жизни и о пользе занятий физкультурой и спортом.

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление работы** | **Содержание деятельности** |
| Работа с методической литературой | Подбор занятий, дидактических, сюжетных и подвижных игр, иллюстрированного материала, бесед по данной проблеме. |
| Подбор необходимого оборудования. | Разработка консультации, конспектов, сценария викторины по здоровому образу жизни «Правила здоровья». |
| Художественные произведения, карточки «Полезные продукты», «Спорт», муляжи фруктов и овощей, корзинки, карандаши, альбомы. |

**II Практический этап.**

**Цель:** осуществление работы по обогащению и закреплению знаний дошкольников в области здорового образа жизни и пользе занятий физкультурой и спортом.

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление работы** | **Содержание деятельности** |
| **Работа с детьми** | |
| Педагогические беседы. | «Правила личной гигиены», «Полезная и вредная пища», «Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья». |
| Дидактические игры | «Полезно или нет», «Продолжи предложение», «Это правда или нет?», «Доскажи словечко». |
| Загадки | «Где живут витамины», «Помощники чистоты», «Спорт». |
| Чтение художественной литературы. | «Лесная сказка», «Волшебный нос», «Гимнастика и Разминка». |
| Изобразительная деятельность | «Любимый вид спорта». |
| Сюжетные игры | «Тренировка спортсменов», «Режим дня». |
| Физкультминутки | «Пора на зарядку», «Кто зарядкой занимается тот здоровья набирается!», «Раз, два, три по порядку становись». |
| Проведение подвижных игр. | «Овощи и фрукты», «Поймай микроба»,«Правила гигиены», «Тише едешь дальше, будешь», «Найди себе пару». |
| **Работа с родителями** | |
| Оформление родительского уголка | Консультация «Физкультура в детском саду» |

**III этап Заключительный**

**Цель:** закрепление полученных знаний дошкольников в области здорового образа жизни и пользе занятий физкультурой и спортом.

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление работы** | **Содержание деятельности** |
| **Работа с детьми** | |
| Проведение викторины | «Правила здоровья» |

**Приложение «Фотографии к проекту»**

****

****

****

****

****

****