Краткосрочный проект в средней группе

«Береги здоровье смолоду»(январь)

Воспитатель:Азыркина С.М.

**Актуальность.**

Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение. Физические упражнения, движение должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. У незначительной части детей, посещающих дошкольное учреждение, наблюдаются различные отклонения в состоянии здоровья, отставания в физическом развитии.

Как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье и счастливую жизнь?

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи.

**Участники проекта**: дети средней группы, воспитатели группы, родители.

**Тип проекта**: комплексно-тематический.

**Форма проведения**: НОД, беседы, самостоятельная деятельность детей, игры, работа с родителями.

**Продолжительность**: месяц (январь)

**Проблема**: формирование понятия и основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста.

**Цель**: формировать представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни.

**Задачи:**

1**.**Прививать заботу о своем здоровье у детей.

2.Развивать культурно-гигиенические навыки.

3.Пропаганда здорового образа жизни в семье и ДОУ.

4.Развивать потребности ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье.

**Ожидаемый результат**:

1. Обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор.

2. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни и правильном питании.

**Этапы реализации проекта.**

**I. Подготовительный**

- подбор и изучение литературы, касающейся темы проекта

-изучение условий реализации проекта

-определение цели и задач

-анкетирование родителей на тему «Здоровье вашего ребенка»

**II. Основной.**

-проведение цикла тематических бесед

-организация просветительской деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки ЗОЖ, организации активного отдыха в семье

- подготовка выставки рисунков «Гимнастика».

**Образовательная область «Коммуникация».**

**Беседы:** «Что такое здоровье?»

«Для чего нам нужна зарядка?»

«Нужно ли заниматься спортом? »

«Правила поведения за столом»

«Как вести себя в помещении и на улице»

«Что нужно кушать, чтобы вырасти здоровым? »

«Витамины полезны для здоровья»

«Изучаю свое тело»

«Для чего нам нужна водичка? »

«Правила гигиены»

«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»

«Укрепление детского здоровья»

«Личная гигиена»

**НОД Коммуникация**

**«Вредные привычки»**

Цель: закрепить понятие о вредных привычках, опираясь на картинки.

**Образовательная область «Чтение художественной литературы»**

- Токмакова И. «Мне грустно – я лежу больной»

- Шалаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. «Правила поведения для воспитанных детей»

- В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо»

- М. Безруких «Разговор о правильном питании»

- Л. Зильберг «Полезные продукты».

- Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой»

- Чуковский К. И. «Мойдодыр».

**Образовательная область «Познание».**

- Рассматривание плаката «Вредные привычки»

- Рассматривание наглядного пособия «Я хороший»

- Рассматривание наглядных пособий «Фрукты», «Овощи»

**НОД. Познание**

«Что мы знаем о здоровье? »

Цель: закрепить понятия о здоровье, правильном питании и здоровом образе жизни, развивать знания о том, как нужно заботиться о своем здоровье.

**Образовательная область «Здоровье»**

- утренняя гимнастика

- гимнастика после сна

-самомассаж

- закаливающие процедуры

- зрительная и дыхательная гимнастика.

**Образовательная область «Социализация».**

- Сюжетно ролевые игры «Аптека», «Кафе», «Больница», «Магазин продуктов», «Детский сад».

**Образовательная область «Художественное творчество»**

**Рисование**:«Полезные продукты».

Цель: познакомить с полезными продуктами, дать знания о витаминах, учить рисовать с натуры.

Работа с родителями

Анкетирование родителей «Здоровье вашего ребенка».

Памятка для родителей «Как нужно правильно питаться? ».

Выставка рисунков «За что я люблю спорт».

III. Заключительный.

-подведение итогов реализации проекта;

Продукт проектной деятельности:

Продуктом педагогического проекта «Береги здоровье смолоду» являются:

1. Анкета для родителей «Здоровье вашего ребенка».

2. Цикл тематических занятий на тему здорового образа жизни.

3. Тематические беседы: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» - «Укрепление детского здоровья», «Личная гигиена»;

Вывод: Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к правильному питанию, соблюдению личной гигиены, к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма.