**Информационно – ориентированный проект**

**«Быть здоровыми хотим»**

/старшая группа/

 Воспитатель: Родимова Е.В.

**Актуальность.**

Самый актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. В. А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка-это важнейший труд воспитателя». 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. Общеизвестно, что здоровье нации является одним из главнейших показателей ее благополучия. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России. Вопросы формирования у дошкольников основ здорового образа жизни, потребности в ежедневной двигательной деятельности отражены во всех ныне действующих программах воспитания и обучения. Наряду с работой по закаливанию формированию культурно-гигиенических навыков и основных движений в этих программах ставится задача обучения ребенка заботе о своем здоровье и безопасности.

**Тип проекта:** краткосрочный, информационно-ориентированный.

**Форма проведения:** групповая.

**Цель проекта:** воспитание психофизически здорового, интеллектуально развитого, социально активного ребенка.

**Задачи проекта:**

* сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
* воспитание культурно-гигиенических навыков;
* создание развивающей предметной среды ДОУ, благоприятных атмосфер;
* развивать и совершенствовать двигательные умения детей;
* воспитывать желания быть здоровым;
* формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление здоровья;
* научить детей ухаживать за спортивным оборудованием, пользоваться им, бережно относиться к общественной собственности
* создать условия для проявления положительных условий.

**Целевая группа**: воспитатели, дети старшей группы, родители.

**Сроки проведения**: с 09.01.2019 г. по 31.01.2019 г.

**Приёмы и методы реализации проекта:**

1. Создание игровой ситуации, сюрпризных моментов.

2. Рассматривание картин и книжных иллюстраций.

3. Оформление выставок.

4. Самостоятельная продуктивная деятельность детей.

5. Проблемные ситуации.

6. Беседы.

7. Консультации для родителей.

8. Совместная организованная образовательная деятельность педагога и детей, детей и родителей.

9. Оформление информации для родителей в родительском уголке.

10. Организованная творческая деятельность детей, родителей и педагогов ДОУ.

**Ожидаемые результаты реализации проекта:**

Для детей:

Расширение у детей представления о здоровье и способах его сохранения;

Увеличение запаса валеологических представлений, познавательных и коммуникативных умений дошкольников по теме проекта;

Повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;

Обогащение социального опыта дошкольников, расширение кругозора;

Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в ДОУ и посёлке.

Для родителей:

Повышение заинтересованности родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка

Освоение родителями физических упражнений, для формирования практических умений в области физического воспитания своего ребенка.

Активное участие родителей совместно с детьми в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в ДОУ и посёлке.

**План по реализации проекта:**

**I этап - подготовительный**

1. Беседы с детьми для выявления уровня сформированности представлений о здоровом образе жизни.
2. Подбор стихов, загадок, пословиц, поговорок о здоровье.
3. Обсуждение с родителями проекта выяснения возможностей, необходимых для реализации проекта.
4. Подготовка консультаций и папки – передвижки для родителей:

«Закаливание ребенка».

«Как организовать здоровый сон ребенка»

«Режим дня дошкольника»

«Контроль за осанкой»

«Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у дошкольников»

«Растим здорового ребенка»

**II этап – практический**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Тема  | Программное содержание  |
| ***Чтение художественной литературы*** | «Разговор о правильном питании» М. Безруких. | знакомить детей с литературными произ-ведениями и научно-популярной лите-ратурой познава-тельного направления |
| «Дедушка и мальчик» стихотворение Э. Мошковской. |
| «Правила поведения для воспитанных детей» О. Г. Сазонова. |
| «Жил на свете человек» К. И. Чуковский |
| «Загадки об овощах и фруктах» |
| «Как лечили мишку», «Осторожно - лекарство» Е. Шкловский. |
| ***Беседы*** | «Как я буду заботиться о своем здоровье» | Помочь понять детям, что здоровье надо беречь, надо забо-титься, чтобы его сохранить. И каких ситуаций нужно избе-гать, чтобы не нанести вред. |
| «О здоровой пище» |
| «Полезное-не полезное» |
| «Чистота и здоровье» |
| «Одежда и здоровье» |
| «Что такое сочувствие?» |
| «Управляй своим настроением» |
| ***Дидактические игры и упражнения:*** | «Угадай на ощупь» | научить детей играть по правилам, воспи-тывать честность, уважительное отно-шение друг к другу. |
| «Вредные и полезные» |
| «Определи по запаху» |
| «Правила гигиены» |
| «Если кто-то заболел» |
| «Это можно или нет» |
| «Опасно - не опасно» |
| ***Сюжетно - ролевые игры*** | **«**Поликлиника»  | закреплять знания о профессиональных действиях; воспи-тывать навыки взаимодействия |
| Больница» |
| «Ветеринарная лечебница» |
| «Мы спортсмены» |
| «Аптека» |
| ***Настольные игры*** | «Витамины»  | развивать воображение, восприятие, мышление, закрепить счёт, учить детей заниматься совместной деятель-ностью, считаясь с интересами, мнением других детей. |
| «Часы здоровья» |
| «Театр настроения» |
| «Игры с зеркалом (какая эмоция у меня лучше получается)» |
| ***Подвижные игры*** | «Быстро возьми, быстро положи» «Кого назвали - тот и ловит»«Забрось мяч в корзину» «Передай мяч»«Прыгай с мячом». | развивать ловкость, выносливость, быстроту движений, меткость. |
| Рассматривание иллюстраций, фотографий, картин о здоровье |  |
| Проведение утренних гимнастик, бодрящей гимнастики, игровой массаж | поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью конт-растных воздушных ванн и физических упражнений |
| КВН «Быть здоровым - здорово» | развивать слуховое внимание, быстроту мышления, смекалку |
| Развитие речи**:** «Айболит в гостях у детей» | упражнять в сос-тавлении рассказа, активизировать сло-варь; воспитывать навыки взаимодействия |
| Рисование «В нашем саду растут витамины» | развивать творческое воображение, умение воплощать свой замысел в рисунке; навыки работы с красками, кисточками*.* |
| Конструирование «Строим детскую больницу | упражнять детей в работе с разными строительными материалами |
| Обновление физкультурного уголка своими руками |  |
| Выставка рисунков «Быть здоровым -здорово!» | развивать детское творчество |
| Спортивный досуг «Ярмарка» | продолжать знакомить детей с народным фольклором, закреп-лять навыки игры в русских народных играх Закреплять знания детьми пословиц, поговорок, считалок. Воспитывать выдержку, внимание. Развивать интерес к Р.Н.И. |

**III этап – заключительный**

Родительское собрание «Укрепление и сохранение здоровья детей»

Презентация проекта на родительском собрании.

**Заключение.**

За время реализации проекта родители были вовлечены в единое пространство «Педагоги и родители - единый коллектив». Сформировалось активная жизненная позиция у участников проекта, направленную на сохранение и укрепление собственного здоровья, условия для поддержания этой позиции. Улучшилось поведение детей, научились избегать опасности для жизни и здоровья.

**Список литературы:**

1. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. 12 с

2. Мащенко М.В., Шишкина В.А. Физическая культура дошкольников. – Мн.: Ураджай, 2000. 275 с

3. Шебеко В.Н., Овсянкин В.А., Карманова Л.В. Физкульт- ура! – Мн.: «Просвещение», 1997. 125 с

4. Кильпио Н.Н. 80 игр для детского сада. М.: 1973. 196с

5. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Организация и проведение физкультурных праздников в детском дошкольном учреждении. – М.: Издательский центр «Академия», 1987. 197 с

6. Мащенко М. В., Шишкина В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику? – Мн.: НМ Центр, 1998. 136 с