**Педагогический проект «Будь здоров»**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида « Малышок»

**Третьякова И.Н.**

**Актуальность:** забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Серьёзной проблемой, в последние годы становится малоподвижность детей. Это плохо сказывается на физическом здоровье детей. А нам хочется видеть детей здоровыми, бодрыми, ловкими, сильными и развитыми.

**Цель**: формировать представления детей о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье детей;

- формировать начальные представления о здоровом образе жизни;

- обеспечить психофизическое благополучие детей и формировать сознательное отношение к собственному здоровью;

- создать развивающую предметную среды ДОУ, благоприятную атмосферу;

- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей;

- воспитывать желание быть здоровым;

- формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление здоровья;

- воспитывать добрые чувства, эмоциональную отзывчивость, умения различать эмоциональные состояния и настроения окружающих людей.

Вид проекта: познавательно-творческий.

Срок реализации: краткосрочный (с 18.05.2016 по 22.05.2016г).

Участники проекта: дети старшей группы, инструктор по физической культуре, родители.

Ожидаемые результаты:

- снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;

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

- активная помощь и заинтересованность родителей в организации работы по оздоровлению детей.

- научить детей заботиться не только о своём здоровье, но и о здоровье окружающих.

Образовательные области по ФГОС: коммуникативное - личностное; познавательное развитие; речевое развитие, физическое развитие.

Этапы реализации проекта:

1 этап. Подготовительный.

Обдумывание идеи проекта, сбор информации, материала для реализации идеи. Составление плана проекта, определение сроков реализации.

2 этап. Практический.

Совместная работа детей, родителей и педагогов.

**Дни недели**

**Понедельник**  В здоровом теле – здоровый дух. Формировать у детей понятие о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье сам

**Вторник** Чистота – залог здоровья Довести до сознания детей необходимость и важность соблюдения гигиенических процедур, поддерживать чистоту группы, тела и продуктов

**Среда** Витамины и их значение в жизни человека. Познакомить детей с понятием “витамины”, сформировать у них представление о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержаться витамины, воспитать у детей культуру питания, чувство сопереживания, желание придти на помощь.

**Четверг** Полезные продукты Развивать навыки здорового питания. Воспитывать умение правильно выбирать продукты для здорового питания

**Пятница** Закаляй своё тело с пользой для дела. Выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся внешней средой.

3 этап. Заключительный.

Проведение итогового мероприятия (развлечение «Страна здоровья»). Награждение победителей конкурсов и родителей благодарственными письмами. Анализ результатов проектной деятельности. Обобщение опыта.

Образовательные области в реализации проекта

Образовательная область Вид деятельности

Коммуникативно - личностное развитие Сюжетно-ролевая игра «Больница» сюжет: «На приеме у врача».

Сюжетно-ролевая игра «Магазин»

Познавательное развитие

Речевое развитие Пословицы и загадки о здоровье.

Чтение стихотворений о здоровье и здоровом образе жизни. Рассматривание плаката «Строение человека». Беседа «Как работает мой организм». Рассматривание альбома «Виды спорта». Чтение К. И Чуковского «Мойдодыр», «Лепешки с творогом» - Л, Воронкова, «Мешок овсянки» - А. Митяев, «Лисичкин хлеб»- М. Пришвин. Беседа «Если хочешь быть здоров - закаляйся», «Физкультура и здоровье», «Чем полезна каша», «Лучики здоровья», «Как продукты дружат с друг другом». Д/и «Магазин полезных продуктов», д/и «В гостях у Витаминки», игровое задание «Загадки повара Поварёшкина». Игры «Как нужно ухаживать за собой», «Определения», «Как беречь зубы».

Физическое развитие. Утренняя гимнастика, двигательные упражнения «Мы шагаем». физкультминутки, гимнастика для глаз, дыхательные упражнения «Пчела», «Каша кипит», массаж рук «Ладошки», игра «Топор», игра на внимание «Дарики-Дарики», зарядка «Достань яблоко», пальчиковая гимнастика «Каша».

Степень реализации проекта:

Данный проект был реализован в результате, которого дети получили знания о здоровом образе жизни. Сформировались представления детей о том как, важны двигательные навыки и умения в укреплении здоровья. Родители сделали правильный выбор в развитии и сохранение здоровья своего ребенка.

Список литературы:

1. Программа воспитания и обучения в детском саду под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой М. «Мозаика – Синтез»2008г

2. «Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста» Е. И. Гуменюк, Н, А. Слисенко ООО Издательство Детство - пресс 2010г.

3. «Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет» М. Ю. Картушина Творческий Центр 2012г

4. «Здоровьесберегающие технологии в образовательно-вопитательном процессе» И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова Народное образование Ставрополь 2003г.