Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение

Чановский детский сад № 5

Чановского района Новосибирской области.

**Проект**

**Тема: «Быть здоровым я хочу»**

**Руководитель: Семченко И.В., воспитатель первой квалификационной категории.**



**Чаны 2019г.**

***Актуальность проекта.***

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации.

С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены, - словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья.

Современные стандарты образования обязывают педагогов более тщательно и активно участвовать в области здоровьесбережения детей.

Формирование же отношения ребенка к здоровому образу жизни немыслимо без активного участия в этом процессе не только педагогов и всего персонала детского сада, но и непосредственного участия родителей. Только с изменением уклада семьи можно ожидать реальных результатов в изменении отношения дошкольников и их родителей к собственному здоровью.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. При профессиональном подходе к вопросам здоровьесбережения у каждого ребенка укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим.

Таким образом, одна из главных задач воспитательно-образовательного процесса на сегодняшний день – помочь дошкольникам и их родителям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье.

**Цель проекта.**

Создание благоприятных условий для укрепления физического развития ребенка;

Способствовать формированию сознательного отношения к здоровью, как к главной ценности у всех участников проекта.

**Задачи проекта.**

Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;

Формирование элементарных знаний в области гигиены, медицины, физкультуры;

Привитие интереса к разным видам спорта через познавательную деятельность;

С помощью физических упражнений способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в себе.

**Ожидаемый результат**

Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.

Расширение знаний детей о своем здоровье.

Желание заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.

Закрепление и обобщение знаний о важности правильного питания в жизни человека.

Расширенное знакомство с некоторыми видами спорта.

Использование разнообразных форм взаимодействия с родителями

с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и

сохранения здоровья детей.

**Тип проекта:** информационно – познавательный.

**Место проведения проекта:** групповая комната, физкультурный зал.

**Возрастная группа:** дети 5-6лет

**Продолжительность проекта**: с 23 октября 2019г по 27 октября 2019г.

**Вид проекта:** краткосрочный.

**Организация деятельности участников проекта:**

а) Сбор информации и оформление групповой комнаты:

- подбор литературы, картин по ЗОЖ.

- оформление дидактических игр.

- оформление стенда по ЗОЖ.

- обзор информации для родителей.

б) Сотрудничество с инструктором по физической культуре.

в) Наглядный материал:

- картины, картотека игр.

- атрибуты к развлечениям.

г) Работа с родителями:

- папка – передвижка «Утренняя зарядка без проблем», « Зарядка для красивой осанки», «Быть здоровым я хочу».

- анкетирование родителей;

- Конкурс рисунков «Я делаю зарядку».

**План реализации проекта:**

**ОО «Познавательное развитие».**

Проведение опыта « Как движение влияет на пульс человека»,просмотр презентации « Здоровое питание», эксперимент- дегустация « Полезная и вредная пища».

**ОО « Речевое развитие»**

Беседа « Здоровье начинается с движения», беседа « Что полезно съесть в обед»

**ОО « Речевое развитие. Чтение художественной литературы»**

**ОО « Художественно – эстетическое развитие»**

Рисование « Дети делают зарядку», разукрашивание шаблонов « спортсмены»,

**ОО « Физическое развитие»**

Хождение по ребристой доске, по гимнастической скамейке,..

Гимнастики – побудки, музыкальные физминутки,…

Подвижные игры «Мой веселый звонкий мяч», «Коршун и наседка», «Перемени предмет», «Кто быстрее?»…

Физкультурный досуг «Путешествие в страну веселых мячей».

**ОО « Социально- коммуникативное развитие» Общени**е

Презентация проекта Сюжетно- ролевая игра «Олимпиада»

Цель:

**Работа с родителями**

Анкета

«Растем здоровыми?»

Уважаемые Родители!!!

Для совершенствования физкультурно-оздоровительной работы в детском саду нам необходимы некоторые сведения о видах оздоровления ребенка дома. Отнеситесь к заполнению анкеты внимательно и серьезно, ведь ее цель – укрепление здоровья вашего малыша.

.Как часто болеет Ваш ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

.Что, на Ваш взгляд, является предрасполагающими факторами для возникновения заболевания у Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

. Закаливаете ли Вы ребенка дома?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

.Какие виды закаливания Вы считаете приемлемыми для Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

. Какие виды семейного отдыха Вы предпочитаете?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

. Знаете ли Вы, как можно укрепить здоровье Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

. Может ли детский сад оказать помощь в укреплении здоровья Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_

. Готовы ли Вы сотрудничать с детским садом в вопросах укрепления здоровья Вашего ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спасибо за сотрудничество!!!

Рисование совместно с родителями « Я делаю зарядку!»

**Перспективный план**

**мероприятий по изучению правил безопасности на дорогах и в транспорте .**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Мероприятия** | **Цели и задачи** |
| 23.10 | Двигательная деятельность  Хождение по ребристой доске, хождение по скамейке, движение змейкой.  Речевая деятельность  Беседа « Здоровье начинается с движения»  Познавательная деятельность  Опыт « как движения влияет на пульс»  Изобразительная деятельность  Рисование « Дети делают зарядку» | расширить и обогатить знания детей о важности движения для здоровья.  Прививать интерес к физкультуре. |
| 24.10 | Двигательная деятельность  Хождение по тропе с препятствием  Зарядка « Мы фруктовые ребята»  Познавательная деятельность  Просмотр презентации « Здоровое питание»  Эксперимент – дегустация « Полезная и вредная пища»  Речевая деятельность  Беседа « Что полезно съесть»  Изобразительная деятельность  Разукрашивание фигур спортсменов. | Прививать культуру еды;  Приучать детей к здоровой и полезной пище. |
| 25.10 | Двигательная деятельность  Хождение по профилактическим дорожкам  Закаливание воздухом-сон без маечек  Речевая деятельность  Беседа « Для чего мы закаляемся»  Познавательная деятельность  Дид. Игра «Что к чему»  Игровая деятельность  Сюжетно – ролевая игра « Почему зайчонок заболел»  Изобразительная деятельность  Лепка « Спортивный инвентарь» | Расширить жизненный опыт детей, расширить представления детей о многообразии видов закаливания и о пользе закаливания для профилактики заболеваемлсти. |
| 26.10 | Двигательная деятельность  Игры с мячами разного назначения  Знакомство с элементами баскетбола  Речевая деятельность  Составление рассказов о волшебном мяче.  Составление описательных рассказов  Познавательная деятельность  Дид игра « Для чего этот мяч»  Физическая деятельность  Развлечение « В стране волшебного мяча» | Познакомить детей с элементами игр с мячом.  Приобщить детей к занятию спортом. |
| 27.10 | Речевая деятельность  Беседа « Почему смех продлевает жизнь»  Познавательная деятельность  Эксперимент « Как с помощью улыбки поднять настроение»  Изобразительная деятельность  Рисование смайликов  Презентация проекта « Спортивная Олимпиада» | Обобщить информацию, полученную во время проекта.  Воспитывать ЗОЖ, желание заниматься спортом.  Воспитывать в детях лидерские качества. |