Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида № 105»

***Проект***

***образовательной деятельности***

***с детьми старшего дошкольного возраста***

***на тему***

***«Быть здоровыми хотим»***

**Разработала:**

**Молчанова И.Л.**

**воспитатель**

**1 квалификационной**

**категории**

**г. Братск**

**Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Обоснование для разработки*** |  ***«Я не боюсь ещё раз***  ***говорить: забота о здоровье –*** ***это важнейший труд воспитателя.******От жизнерадостности, бодрости детей******зависит духовная жизнь, мировоззрение,******умственное развитие, прочность знаний,*** ***вера в свои силы».*** ***В.А. Сухомлинский.***Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и наших детей. Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности. Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психологическое и социальное благополучие. Вся жизнедеятельность ребёнка в детском саду направлена на сохранение и укрепление здоровья. Но ребёнку необходимо знать все составляющие здорового образа жизни. Этот проект способствует расширению знаний, как детей, так и родителей, поскольку родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности в младенческом возрасте.Участники проекта познакомятся с разными видами массажа, подвижных игр, упражнениями для коррекции плоскостопия, профилактики простудных заболеваний и т.д. В ходе проекта они получат необходимую информацию для ведения здорового образа жизни, совершенствования физического развития, сохранения и укрепления здоровья.Занятия физической культурой и здоровым образом жизни всегда будет являться надёжной психологической защитой молодёжи, которая в дальнейшем поможет детям стать конкурентными во всём: в учёбе, устройстве на работу, карьерном росте. |
| ***Инновационные*** ***идеи проекта*** | Использование в образовательной деятельности инновационных технологий: * организации проектной деятельности;
* здоровьесберегающих технологий;
* личностно-ориентированного подхода.
 |
| ***Потенциальные******заказчики и потребители*** | ДетиРодители |
| ***Разработчики проекта*** | Воспитатель 1 квалификационной категории Молчанова Ирина Леонидовна |
| ***Тема проекта*** | «Быть здоровыми хотим» |
| ***Цель*** | Сформировать у детей осознанное и ценностное отношение к своему здоровью, потребность к здоровому образу жизни и обеспечивать максимальную активность детей в самостоятельном процессе познания мира. |
| ***Задачи*** | Создать условия для реализации потребностей детей в двигательной активности.Формировать потребности здорового образа жизни (профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний).Расширять знания детей и родителей о здоровом образе жизни.Развивать сенсорные и моторные функции, физические качества, самостоятельность, позитивное отношение к жизненно-необходимым двигательным особенностям.Обеспечить физическое и психологическое благополучие в группе и дома.Вызвать эмоционально-позитивные чувства у детей от участия в различных мероприятиях.Воспитывать дисциплинированность, организованность и желание оказывать помощь друг другу. |
| ***Основные направления проекта*** | 1.Подбор и переработка художественной, публицистической, познавательной литературы в соответствии с темой проекта2.Разработка конспектов образовательной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий. 3.Организация предметно-развивающей среды. |
| ***Результаты******(показатели)*** | Укрепление и сохранение здоровья детей.Обеспечение физического и психологического благополучия в группе и дома.Воспитание у детей осознанного и ценностного отношения к своему здоровью, стремления к ведению здорового образа жизни. |
| ***Сроки и этапы******реализации проекта*** | Проект краткосрочный (1 неделя).Организационный этап:* определение цели и задач проекта, составление плана мероприятий;
* предварительная работа с детьми по формированию

интереса детей к получению знаний о здоровом образе жизни;* проведение анкетирования родителей по данной теме;
* проведение круглого стола «Здоровый образ жизни».

Основной этап:* образовательная деятельность с детьми и родителями;
* исследовательская деятельность с детьми;
* работа с родителями по взаимодействию в рамках проекта.

Заключительный этап:* выявление уровня знаний, умений, навыков по данной теме;
* систематизация собранного материала по теме.
 |
| ***Мониторинг*** | Для того чтобы оценить результаты работы по проекту была проделана следующая работа:* Анализ работы по плану.
* Самоанализ педагога.
* Оценка практической значимости проекта.
 |

***Название проекта: «Быть здоровыми хотим».***

***Категория проекта: педагогический.***

***Вид проекта: познавательно-творческий***

***Срок реализации проекта: краткосрочный (1 неделя)***

# *1.Постановка проблемы*

***«Я не боюсь ещё раз***

 ***говорить: забота о здоровье –***

***это важнейший труд воспитателя.***

***От жизнерадостности, бодрости детей***

***зависит духовная жизнь, мировоззрение,***

***умственное развитие, прочность знаний,***

***вера в свои силы».***

***В.А. Сухомлинский.***

Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и наших детей.

Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности. Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психологическое и социальное благополучие. Вся жизнедеятельность ребёнка в детском саду направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Но ребёнку необходимо знать все составляющие здорового образа жизни. Этот проект способствует расширению знаний, как детей, так и родителей, поскольку «родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности в младенческом возрасте» (п. 1 , ст. 18 Закона РФ «Об Образовании»).

Участники проекта познакомятся с разными видами массажа, подвижных игр, упражнениями для коррекции плоскостопия, профилактики простудных заболеваний и т.д. В ходе проекта они получат необходимую информацию для ведения здорового образа жизни, совершенствования физического развития, сохранения и укрепления здоровья.

Занятия физической культурой и здоровым образом жизни всегда будет являться надёжной психологической защитой молодёжи, которая в дальнейшем поможет детям стать конкурентными во всём: в учёбе, устройстве на работу, карьерном росте.

***2. Цель проекта:***

***Сформировать у детей осознанное и ценностное отношение к своему здоровью, потребность к здоровому образу жизни и обеспечивать максимальную активность детей в самостоятельном процессе познания мира.***

 ***3.Задачи:***

1. Создать условия для реализации потребностей детей в двигательной активности.
2. Формировать потребности здорового образа жизни (профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний).
3. Расширять знания детей и родителей о здоровом образе жизни.
4. Развивать сенсорные и моторные функции, физические качества, самостоятельность; позитивное отношение к жизненно-необходимым двигательным особенностям.
5. Обеспечить физическое и психологическое благополучие в группе и дома.
6. Вызвать эмоционально-позитивные чувства у детей от участия в различных мероприятиях.
7. Воспитывать дисциплинированность, организованность и желание оказывать помощь друг другу.

***4. Этапы внедрения проекта:***

Организационный этап:

* определение цели и задач проекта, составление плана мероприятий;
* предварительная работа с детьми по формированию интереса детей к получению знаний о здоровом образе жизни;
* проведение анкетирования родителей по данной теме;
* проведение круглого стола «Здоровый образ жизни».

Основной этап:

* образовательная деятельность с детьми и родителями;
* исследовательская деятельность с детьми;
* работа с родителями по взаимодействию в рамках проекта.

Заключительный этап:

* выявление уровня знаний, умений, навыков по данной теме;
* систематизация собранного материала по теме.

***5. Календарь внедрения проекта***

**Организационный этап**

1. Просмотр презентаций, DVD – фильмов, открыток, фотографий о здоровом образе жизни.
2. Сбор материалов по данной теме.
3. Круглый стол «Здоровый образ жизни» (совместная встреча родителей и детей).
4. Оформление родительского уголка: консультации, статьи, фотовыставка, игротеки.
5. Анкетирование родителей с целью выявления знаний по теме проекта.

**Основной этап**

***Работа с детьми***

***1 день. Тема: «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу».***

***Цель:*** научить детей заботиться о своём здоровье, формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать у детей стремление быть здоровыми.

***Реализация проекта.***

1. Домашнее задание: «Загадки, стихи, пословицы о здоровье».
2. Дидактическая игра «Витаминные семейки».

Цель: закрепить знания детей о витаминах, об их пользе для здоровья человека.

3. Организованная образовательная деятельность по данной теме.

4. Проведение подвижных игр, дыхательной, глазной, пальчиковой гимнастик.

5. Работа с родителями.

Оформление родительского уголка. Анкетирование родителей.

***2 день. Тема: «В гостях у Неболейки».***

***Цель:*** закрепить знания детей о понятии «здоровье», уточнить правила сохранения здоровья, сформировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья.

***Реализация проекта.***

1. Рассматривание дидактического материала на тему «Зимние виды спорта».
2. Сюрпризный момент – в гостях сказочный персонаж доктор Неболейка, который потом играет с детьми, проводит беседы.
3. Утренняя гимнастика (ритмическая) «Доктор Айболит».
4. Беседа с детьми «Что такое здоровье и как его сохранить и преумножить?».
5. Сюжетно-ролевая игра «Больница».
6. Игра – драматизация по сказке «Айболит».
7. Дыхательная гимнастика.
8. Массаж биологически активных точек, направленный на профилактику простудных заболеваний.
9. Художественная галерея «Доктор Айболит» (аппликация).
10. Круглый стол «Как спорт влияет на развитие ребёнка».

***3 день. Тема: «Питание и здоровье» (что полезно, а что – нет).***

***Цель:*** научить детей осознанно подходить к своему питанию, развивать способность к умозаключениям, воспитывать культуру поведения за столом.

***Реализация проекта.***

1. Дидактическая игра «Полезная и вредная еда». Приготовление фруктового салата «Здоровье».
2. Беседа на тему «Правила поведения за столом».
3. Исследовательская деятельность «Определи на вкус».

Цель: определить вкусовые зоны языка.

4. Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов питания».

5. Эстафета «Кто скорее накроет на стол».

6. Рассматривание дидактического материала «Продукты питания».

7. Сочинение сказки на тему «Как фрукты и овощи о своей пользе спорили».

8. Викторина для родителей «Полезная и вредная еда».

***4 день. Тема: «Планета Здоровья».***

***Цель:*** совершенствовать навыки прыжков, упражнять в сохранении устойчивого положения, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве, двигательную память, ловкость и гибкость, выносливость; закрепить навык правильного дыхания, самомассажа, массажа; воспитывать устойчивый интерес к своему здоровью.

***Реализация проекта.***

1. Музыкально ритмический комплекс «Весёлая зарядка».
2. Гигиенические процедуры, сопровождаемые потешками, загадками, стихами.
3. Речевая игра «Закончи пословицу или поговорку».
4. Экспресс-опрос «Витамины в нашей жизни».
5. Показ театра игрушек «Девочка чумазая» (по стихотворению А.Барто).
6. Познавательная игра-беседа с персонажем «Чтобы зубки не болели».
7. Конкурс загадок «Если хочешь быть здоров – умывайся!».
8. Массаж биологически активных зон «Неболейка».
9. Дыхательные и глазные гимнастики.
10. Организованная образовательная деятельность на тему «Путешествие на сказочную планету».
11. Художественная галерея «Мы занимаемся спортом» (лепка).
12. Выставка семейных работ «Моё здоровье».

***5 день. Тема: «Праздник Здоровья».***

***Цель:*** создать у детей эмоционально-радостное настроение, воспитывать чувство коллективизма, настойчивости в достижении цели, умение проявлять двигательное творчество.

***Презентация проекта.***

1. Торжественное открытие праздника.
2. Спартакиада «Самые сильные, ловкие, умелые».
3. Весёлые старты «Мама, папа, я – дружная семья».
4. Фотовыставка «Хроника одного дня».
5. Художественная галерея «Моё здоровье» (рисование).

***Работа с родителями воспитанников***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Формы и методы работы** | **Сроки** |
| 1.2.3.4.5.6.7. | Анкетирование родителей с целью выявления знаний по теме проекта.Круглый стол «Здоровый образ жизни» (совместная встреча родителей и детей).Оформление родительского уголка: консультации, статьи, фотовыставка, игротеки (информация в течение года изменяется).Участие в творческих городских и всероссийских конкурсах по теме проекта.Художественная мастерская: рисование плакатов и рисунков в соответствии с темой проекта.Создание листовок «Береги здоровье с молоду!».Физкультурный праздник «Нам болезни не страшны, быть здоровыми хотим!». | В течение недели |

***Работа с педагогами***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Формы и методы работы** | **Сроки** |
| 1.2.3. |  Показ спортивного развлечения «Путешествие на сказочную планету» (взаимодействие с инструктором по физической культуре). Викторина «Игры и загадки о здоровом порядке». Консультация «Значение использования здоровьесберегающих технологий при работе с детьми дошкольного возраста». | В течение недели |

**Заключительный этап**

1. Смотр – конкурс «Лучший центр «Спорт и здоровье».
2. Проведение выставки рисунков, плакатов для родителей, детей, педагогов на тему «Мы – за здоровый образ жизни» (дети проводят сами).
3. Презентация «Охрана жизни и здоровья детей».
4. Театрализованное представление «В гостях у Топтыжки» с участием детей подготовительной группы.
5. Физкультурный праздник «Нам болезни не страшны, быть здоровыми хотим!».

***6. Предполагаемые результаты:***

* Укрепление и сохранение здоровья детей.
* Обеспечение физического и психологического благополучия в группе и дома.
* Воспитание у детей осознанного и ценностного отношения к своему здоровью, стремления к ведению здорового образа жизни.

***7. Механизм оценки результатов:***

 Для того, чтобы оценить результаты работы по проекту будет проделана следующая работа:

* Анализ работы по плану.
* Самоанализ педагога.
* Оценка практической значимости проекта.

***8. Перспективы работы***

Продолжать работу по формированию основ здорового образа жизни дошкольников.

Организация спортивной студии «Художественная гимнастика».