**Проект "Будь здоров"**

Тип проекта: познавательно-творческий.

Участники проекта: дети, педагоги, родители.

Актуальность темы.

Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости.

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является 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. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботится о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье. И особенно важно уметь правильно организовывать свое питание. Кроме того, человек, умеющий правильно, с пользой есть, всегда привлекателен, однако следует подчеркнуть, что эти навыки легче всего и надежнее формируются в детстве. Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания (причем разнообразного). Необходимо каждый день находить слова, примеры, раскрывающие перед ребенком пользу (или ее отсутствие) того или иного блюда, продукта. Поэтому так важно дать детям представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах. Не менее важно дать детям знания о культуре питания, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.

Проблема: недостаточная сформированность у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Цель проекта: - формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения, развитие познавательных и творческих способностей детей раннего и дошкольного возраста.

Задачи:

1. Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботится, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
2. Продолжать формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения.
3. Расширять знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.
4. Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах.
5. Учить детей изображать овощи, фрукты и ягоды на занятиях по рисованию, аппликации, лепке, ручному труду, используя различные способы и средства изображения.
6. Формировать у детей познавательный интерес к окружающему миру, родной природе;
7. Развивать способности к поисковой деятельности:
   * - определение задач, исходя из поставленной проблемы;
   * - планирование этапов своих действий в соответствии с поставленными задачами;
   * - умение выбрать материал и способ действия
8. Продолжать учить детей использовать ранее полученные знания при решении познавательных и практических задач.
9. Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.

Формы реализации:

1. Занятия по познавательной деятельности.
2. Беседы с детьми и родителями.
3. Игровая деятельность.
4. Выполнение работ по изобразительной деятельности и ручному труду.
5. Выполнение коллажей**.**
6. Выставка детского творчества.
7. Проведение развлечений.

Основные средства:

1. Информирование родителей о задачах и содержании проекта.
2. Вовлечение родителей в совместную работу над проектом, создавая радостную атмосферу совместного с ребёнком творчества.
3. Подготовка оборудования, материалов и инструментов.
4. Обогащение предметно-развивающей среды.
5. Включение детских работ в эстетически развивающую среду, окружающую детей.
6. Проведение выставок детского и взрослого творчества.

Ожидаемый результат:

* развитие духовно-богатой личности ребенка, как активного участника проекта;
* создание благоприятных условий для саморазвития ребенка, проявления его творческой деятельности;
* обогащение детей знаниями о пользе витаминов для нашего организма.

Функции участников проекта:

* *Заведующий детским садом* – создание условия для организации и проведения мероприятий.
* *Старший воспитатель* - обеспечить необходимой документацией, литературой всех участников проекта, методическими разработками, оказание помощи в проведении занятий и развлечений.
* *Музыкальный руководитель* – подготовка и проведение развлечений.
* *Дети, воспитатели и родители*– реализация проекта.

**Этапы реализации проекта.**

**I этап. Организационный.**

* составление и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы;
* анализ проблемы: что уже есть и что нужно сделать;
* создание банка идей и предложений;
* подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта;
* подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.

**II этап. Планирование реализации проекта.**

* определение задач воспитательно-образовательной работы;
* планирование деятельности педагогов;
* разделение на творческие группы реализации задуманного;
* объединение результатов коллективной деятельности в логике общего замысла.

**III этап. Реализация проекта.**

**ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дидактические игры** | **Сюжетно-ролевые игры** | **Подвижные игры** |
| * Приготовим суп * Кукла заболела * С какого дерева упало * Вершки и корешки * Овощи и фрукты * Узнай на вкус * Настольные игры: лото, домино, пазлы * Подбери по цвету * Раз, два, три к дереву беги * Огород * Угадай, какой овощ * Волшебный мешочек * Вылечим Мишутку * Съедобное- несъедобное * Зоопарк * Кто что любит кушать * Разложи по тарелочкам фрукты * Собери овощи в корзину * Что где растет * Опиши овощи, фрукты * Найди пару * Что знаешь кислое, сладкое, горькое | * Магазин * Больница * Овощной магазин * Аптека | * Прятки * Третий лишний * во саду ли в огороде * Дед Мазай * Принеси названный предмет * Ловишки – убежим от вируса * Собери витамины * Лучший аптекарь |

**РЕЧЬ И РЕЧЕВОЕ ОБЩЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Беседы** | **Фольклор** |
| * Как витамины вирус победи * Как Вася закалялся от болезней * Витамины, которые мы вырастили на д/с огороде * Роль витаминов в жизни человека * Где живут витамины * Как витамины вирус победили * Что растет на огороде * О пользе овощей и фруктов * О пользе еды * Что растет в саду * Питание и здоровье | * Песенки * Потешки * Пословицы * Поговорки * Сказки * Загадки |

**ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТЕРАТУРА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Младший дошкольный возраст** | **Средний дошкольный возраст** | **Старший дошкольный возраст** |
| С.Маршак «Сказка о глупом мышонке»  Н.Павлова «Земляничка»  С.Капутикян «Маша обедает»  Д.Мамин-Сибиряк «Притча о Молочке, овсяной Кашке и сером котишке Мурке»  Е.Юдин «Две фасольки, три боба»  И.Токмакова «Купите лук»  С.Могилевская «У солнышка в гостях»  А.Краснова «Два жадных медвежонка» | С.Георгиев «Бабушкин садик»  Г.Остер» Хорошо спрятанная котлета»  Д.Самойлов «У слоненка день рождения»  К.Чуковский «Федорино горе», «Тараканище» | Я.Аким «Жадина»  Б.Заходер «Про сома»  Л.Пантелеев «Буква «Ты»  П.Бажов «Серебряное копытце» В.Катаев «Цветик-семицветик»  М.Волошин «Осенью»  Е.Носов «Тридцать зерен»  П.Ершов «Конек Горбунок»  А.Ремизов «Хлебный голос»  К.Паустовский «Теплый хлеб»  Н.Носов «Бобик в гостях у Барбоса»  С.Топелиус «Три ржаных колоса»  Н.Гернет, Д.Хармс «Очень-очень вкусный пирог» |

**КОНСТРУИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Из конструктора** | **Из подсобного материала** | **Ручной труд** |
| Овощная база  Овощной магазин  Машина везут овощи и фрукты  Дом для доктора Айболита  Аптека | Машина везут овощи(из коробок) | Коробки для хранения овощей  Овощи и фрукты из конусов и кругов |

**ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Явления общественной жизни** | **Природное окружение** | **Предметный мир** |
| Экскурсии:   * на кухню * в магазин «Овощи-фрукты» (с родителями) * в медкабинет | * интегрированные занятия по познавательному развитию * Работа на огороде * Опытно-экспериментальная работа: огород на подоконнике | Знакомство с тем, где и как готовится пища |

**ИЗОДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **рисование** | **аппликация** | **Лепка** |
| Гуашь: яблоко, огурец, вишня  Натюрморт с овощами, фруктами  Яблоки созрели  Осеннее угощение  Уголок природы руками детей  Огород  У бабушки на даче | Ягоды и фрукты  Овощи  Огород  Витаминный коктейль  Корзина витаминов  Витамины с грядки | Овощи и фрукты, ягоды  Кладовая витаминов  Пластилинопластика |

**ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Настольный театр** | **Кукольный театр** |
| Спор овощей  Доктор Айболит на рынке  Кто полезней | Вылечим Танюшу  Всех нужней я и вкусней |

**ДОСУГ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ**

* 1. Вот веселый огород, что здесь только не растет
  2. Фруктоежка

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **беседы** | **Наглядность** |  |
| \*О пользе овощей и фруктов  \*о пользе витаминов  \* вкусно и полезно | \*витамины в рационе ребенка  \*о пользе овощей  \*лекарственные травы в лечении простудных заболеваний  \*что приготовить детям  Папки «Правильное питание»  \*ширмы о питании, о здоровой и полезной пище | Семинар «Витамины в нашей жизни»  Родительское собрание «Что едят наши дети»  Вечер угощений и посиделок «Любимые бабушкины пирожки» |

**IY. Заключительный:**

1. Анализ проделанной работы.
2. Разработка циклов игр-занятий на основе приобретенного опыта.

**Презентация проекта**

1. Коллаж «Страна Неболейка»
2. Фотовыставка