**Проект**

по формированию осознанного отношения к здоровью

«Здоровый дошкольник».

Введение.

Здоровье человека закладывается в детстве. Организм ребёнка очень пластичен, он гораздо чувствительнее к воздействиям внешней среды, чем организм взрослого человека, и от того каковы эти воздействия - благоприятные или нет, зависит, каким будет его здоровье. От здоровья детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний. Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него.

«Здоровье-это вершина, которую должен каждый покорить сам» - так гласит восточная мудрость. Задача педагогов - научить детей покорять эту вершину.

**Паспорт проекта**

**1**. **Наименование проекта:** «Здоровый дошкольник».

**2**. **Участники проекта:**

- дети подготовительной группы №10;

-воспитатели;

-родители;

-инструктор по физической культуре;

-медицинский персонал.

**3**. **Актуальность:** Как известно, состояние здоровья на 50% зависит от образа жизни. Одной из причин ухудшения здоровья населения России является низкий уровень знаний о здоровье и здоровом образе жизни. Таким образом, основная задача - не просто вложить в голову ребенка определенные знания и правила, а помочь ему задуматься о своем здоровье.

**4**. **Цель проекта**: Формирование у детей представлений о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни.

**5**. **Задачи проекта**:

1. Научить детей выполнять основные правила безопасного поведения: предвидеть опасность, по возможности избегать опасности, при необходимости – действовать.

2. Расширить и уточнить представления детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и окружающих.

3. Формировать осознанное выполнение требований к безопасности жизни, развивать интерес к физической культуре.

4. Активизировать работу с семьей по проблеме формирования привычки к здоровому образу жизни.

5. Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания, и их полезных свойствах, формировать представление детей о здоровье и здоровом питании.

**6**. **Методы: -** Наглядный (рассматривание иллюстраций, картин, просмотр презентаций и мультфильмов):

- практический - рисование, аппликация, лепка, экспериментирование;

- словесный - беседы, чтение художественной литературы.

**7**. **Краткое изложение проекта**: в ходе реализации проекта у детей сформируется представление о здоровье, как одной из главных ценностей жизни; научатся выделять компоненты здоровья (гигиена, здоровое питание, спорт, закаливание, сон, прививки), так же закрепят знания о безопасном поведении быту и на улице. В итоге, у детей появится потребность заботится о своем здоровье и здоровье окружающих.

**8**. **Сроки реализации**: 1.09.2014 – 31.01.2015.

**9**. **Этапы реализации проекта**:

*Подготовительный*:

- выявление представлений детей о здоровье;

- анкетирование родителей по теме «Здоровье ребёнка»;

- определение целей и задач проекта;

- подбор информационно – методического обеспечения проекта;

- составление тематического плана по реализации проекта;

- привлечение родителей к совместной деятельности по реализации проекта;

- обновление содержания предметно-развивающей среды.

*Основной*:

- продуктивно – познавательная деятельность с детьми по реализации проекта в соответствии с образовательными областями;

- работа с родителями по заданной теме;

- организация сюжетно – ролевых, дидактических и подвижных игр;

- итоговое мероприятие – досуг «Дорога к доброму здоровью».

*Обобщающий*:

- организация выставки «Я здоровье берегу»: «Полезные овощи и фрукты» в нетрадиционной технике рисования и в технике обрывная аппликация, «Виды спорта» из пластилина;

- совместная выставка семейного творчества «Вредные микробы и вирусы», родительские посиделки «Правила безопасности».

**10**. **Ожидаемые результаты реализации проекта**:

- систематизация знаний детей о здоровье и безопасности жизни, овладение ими элементарными представлениями о здоровье;

- обобщение знаний детей об окружающем мире, развитие любознательности и активности детей;

- развитие коммуникативных навыков.

- активное участие родителей в реализации проекта.

**11**. **Ресурсное обеспечение**.

- спортивный зал;

- физкультурное оборудование и спортивный зал;

- картотека подвижных игр, конспекты бесед, НОД, сценарии досуга;

- детская и методическая литература.

**12. Формы реализации проекта.**

- игровая деятельность (сюжетно – ролевые, дидактические, театрализованные игры, дидактические и пальчиковые игры);

- двигательная деятельность (подвижные и спортивные игры, гимнастика утренняя и после сна, физкультминутки, упражнения для профилактики плоскостопья и нарушения плоскостопья);

- коммуникативная деятельность (беседа, ситуативные задачи, общения на определенные темы, отгадывание и придумывание загадок детьми);

- трудовая деятельность (труд по самообслуживанию, ознакомление с трудом взрослых, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд);

- познавательно-исследовательская деятельность (наблюдение, экспериментирование, конструирование, решение проблемных ситуаций);

- продуктивная деятельность (рисование, лепка, аппликация);

- музыкально-художественная деятельность (логоритмика, слушание музыки);

- чтение художественной литературы (чтение стихов, загадок, поговорок и рассказов о здоровом образе жизни, выставка в книжном уголке);

**13. Взаимодействие с родителями**

- анкетирование родителей;

- информация в родительском уголке;

- индивидуальные консультации на тему здорового образа жизни (необходимость дневного сна, здоровой пищи и т.д.).

**План мероприятий по реализации проекта.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | Сроки |
| Подготовительный этап: | | |
| 1. | Выявление представлений детей о здоровье. | 1.09.14.-5.09.14. |
| 2. | Подбор литературы, иллюстраций, различных видов игр. | 1.09.14.-9.09.14. |
| 3. | Составление плана мероприятий по реализации проекта. | 9.09.14.-11.09.14. |
| 4. | Консультация для родителей о целях и задачах проекта. | 12.09. |
| Основной этап: | | |
| 1. | Физкультурно-оздоровительные мероприятия:  -утренняя гимнастика;  -физкультура  -прогулки. | Ежедневно  2 раза в неделю  ежедневно |
| 2. | Оздоровительно-профилактические мероприятия:  -гимнастика после сна;  -закаливающие процедуры;  -упражнения на профилактику плоскостопия;  -пальчиковые игры;  -гимнастика для глаз. | Ежедневно  Ежедневно  Ежедневно  Ежедневно  Ежедневно |
| 3. | Чтение художественной литературы:  -А. Барто «Девочка чумазая»  -Зильберг «Полезные продукты»  -К. Чуковский «Мойдодыр»  -К. Чуковский «Доктор Айболит»  -Ю. Тувим «Овощи»  -О. Нэш «Микроб»  -Ю.Тувим «Письмо ко всем детям по одному важному делу»  -П. Синявский «Зарядка»  -А. Афонькин «Откуда берутся болезни»  -Пословицы, поговорки, загадки. | 12.09.14.-31.01.15. |
| 4. | Беседы:  -Знай и выполняй правила дорожного движения.  -Зачем нужны дорожные знаки.  -Что мы должны знать о буре и урагане.  -Незнакомые предметы.  -Берегись насекомых.  -О правилах личной гигиены.  -Ядовитые грибы и ягоды.  -Сохрани своё здоровье сам.  -Опасные участки на пешеходной части улицы.  -Спорт это здоровье.  -Что надо знать, чтобы избежать опасности во время грозы.  -Огонь-друг и враг.  -Чем опасен дым.  -Роль прогулок для закаливания организма.  -Правильное питание залог здоровья.  -Виды спорта.  -Детские шалости с огнём.  -Не выглядывай в открытое окно.  -Витамины наши друзья.  -Осторожно грипп!  -Осторожно - электроприборы.  -Обходи скользкие места.  -Беседа с мед. работником о важности прививок.  -Можно ли есть снег.  -Берегись мороза.  -Моя безопасность в моих руках. | 2.09.  5.09.  8.09.  10.09.  12.09.  16.09.  18.09.  22.09.  24.09.  26.09.  30.09.  1.10.  3.10.  7.10.  9.10  15.10.  17.10.  20.10.  6.11.  19.11.  3.12.  11.12.  17.12.  14.01.  24.01.  28.01. |
| 5. | НОД:  -Лекарственные растения.  -Пищеварительная система.  -Мои верные помощники.  -Если хочешь быть здоров. | 23.09.  13.10.  17.11.  20.01. |
| 6. | Сюжетно-ролевые игры:  -Больница.  -Спасатели.  -Аптека.  -Поликлиника.  -Посещение окулиста.  -Посещение стоматолога.  -Скорая помощь.  Драматизация «Спичка-невеличка»  Игр-ситуация «Что ты будешь делать, когда останешься дома один, без родителей, а в дверь позвонили?»  Игра-беседа «Смотри во все глаза!» | 13.09.-30.01.  21.11.  10.12.  16.12. |
| 7. | Художественное творчество.  Лепка:  -Съедобные и несъедобные грибы.  -Виды спорта.  Аппликация:  -Полезные овощи и фрукты.  Рисование:  -Вредные микробы и вирусы.  Путешествие в страну здоровья. | 2.10.  15.01.  25.09.  26.11.  17.12. |
| 8. | Опытно-экспериментальная деятельность:  -«Как избавиться от вредных бактерий»  -«Живые дрожжи» (полезные микробы)  -«Неопасное электричество»  -«Фильтрование воды» | 16.10.  13.11.  18.12.  23.01. |
| 9. | Дидактические игры:  -Если возник пожар  -Говорящие знаки  -Чистоплотные дети  -Ядовитые грибы и ягоды  -Разложи по порядку  -Найди ответ  -Что полезно, угадай - Витаминку передай  -Угадай на вкус  -Наблюдайка  -Раз, два, три, что может быть опасным - покажи  -Угадай, что болит  -Правила гигиены  -Полезно-не полезно | 17.09.  8.10.  14.10.  21.10.  12.11.  20.11.  27.11.  4.12.  23.12.  29.12.  10.01.  21.01.  28.01. |
| 10. | Досуг «Если хочешь быть здоров» | 30.01. |
| 11. | Работа с родителями:  -Анкетирование родителей.  -Рекомендации по ознакомлению детей со здоровым образом жизни.  -Привлечь родителей к созданию книги кулинарных рецептов «Любимое блюдо моего ребёнка»  -Родительские посиделки «Правила безопасности» | 30.10. |
| 12. | Обобщающий этап.  -Проведение итоговой беседы с детьми.  -Оформление выставки детского рисунка и аппликации.  -Оформление кулинарной книги. | 20.01.-31.01. |

Список использованной литературы:

1. Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Планирование работы. Беседы. Игры - СПб.,2012.

2. Основы безопасного поведения дошкольников: занятия, планирование, рекомендации/автор-составитель О.В. Чермашенцева, 2012.

3. Система экологического воспитания в ДОУ: информационно-методические материалы, разработки занятий, викторины, игры/авт.-сост.О.Ф.Горбатенко,2008.

4. Вострухина Т.Н., Кондрыкинская Л.А. Знакомим с окружающим миром детей 5-7 лет.- М.,2014.

5. Шорыгина Т.А. Безопасные сказки. Беседы с детьми о безопасном поведении дома и на улице.-М.,2014.

6. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. - М.,2014.