***Проект***

***«Жить так здорово – здорово…»***

***Группа №5 «Колокольчики»***

***Цель проекта:***

*Формирование у дошкольников основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровосбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и к здоровью окружающих; сохранение и укрепление здоровья детей.*

***Задачи:***

* *Развивать у детей потребность в активной деятельности.*
* *Дать знания об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене здоровья.*
* *Повышать компетентность родителей в вопросах физического развития и здоровья детей.*
* *Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни, возможностей его обеспечения.*
* *Воспитывать желание у детей заботиться о своём здоровье.*

***Подготовительная работа:***

1. *Подбор наглядно-дидактических пособий, демонстрационных материалов, презентаций по здоровому образу жизни.*
2. *Подбор консультаций для родителей по теме «Здоровье» (см. сайт детского сада).*
3. *Составление плана родительского собрания «Здоровье и физическое воспитание дошкольника». Анкетирование родителей по вопросу «Физическое воспитание детей дошкольного возраста».*

***1 ЭТАП*** *(постановка проблемы):*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Деятельность педагога*** | ***Деятельность детей*** | ***Деятельность родителей*** |
| *В группе появляется плакат «Строение тела человека». Воспитатель выясняет знания детей о строении тела.*  ***Проблемная ситуация:*** *Мы растём. Что и как сделать так, чтобы дети выросли здоровыми? Какими знаниями надо обладать и как их использовать? Что такое ЗОЖ?*  *Воспитатель вносит в группу книги энциклопедического характера по теме «Валеология», «Здоровый образ жизни».* | *Дети рассматривают плакат, обсуждают его с воспитателем.*  *Дети выясняют, что такое ЗОЖ – первичные знания, высказывания детей.*  *Рассматривают совместно с воспитателем энциклопедии.* | *Обратиться к родителям с просьбой о подборе книг-энциклопедий по валеологии и ЗОЖ.*  *Предложить родителям консультации «Профилактика нарушения осанки», «Тайная сторона детских болезней».* |

***2 ЭТАП:***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Деятельность педагога*** | ***Деятельность детей*** | ***Деятельность родителей*** |
| *1.Цикл бесед с детьми, что такое ЗОЖ, значение физического воспитания и оздоровительных процедур в д\с. Что мы делаем для того чтобы расти здоровыми, сохранять своё здоровье?*  *2.Занятие «Знакомство с витаминами, их влияние на здоровье человека».*  *Цель: познакомить детей с основными витаминами «А», «В», «С», в каких продуктах они содержаться, какую роль играют для здоровья человека.*  *3.Серия экспериментов «Орган зрения человека – глаза». Е. Мартынова, И. Сучкова «Организация опытно-экспериментальной деятельности детей 2-7 лет: тематическое планирование, рекомендации, конспекты занятий».*  *\** ***Тема:*** *«Наши помощники – глаза». Цель: познакомить со строением глаза, функцией его частей. (стр. 241-242).*  ***\*Тема:*** *«Зачем человеку глаза?». Цель: помочь определить, зачем человеку нужны глаза. (стр.245).*  ***\*Тема:*** *«Есть ли у глаз помощники?». Цель: помочь определить помощников глаз. (стр. 246).*  ***\*Тема:*** *«Что я вижу одним глазом?». Цель: помочь определить качество зрения при использовании обоих глаз. (стр.246-247).*  *4.Рассказ воспитателя ,что такое игровой стрейчинг (стретчинг)и для чего он нужен. Внедрение комплексов упражнений по игровому стрейчингу в повседневную жизнь детей.* | *1.Высказывания детей, выводы, сделанные после просмотра энциклопедий. Осознанный подход к проблеме ЗОЖ (зарядка, закаливание и др.- всё это не просто так).*  *Разгадывание кроссвордов на тему ЗОЖ. Цель: формирование естественно-научных представлений, обучение грамоте, математических представлений.*  *2.Рассматривание иллюстраций (продукты питания, овощи, фрукты).*  *Заучивание стихотворения Л. Зильберга «Витамины».*  *Дидактическая игра «Пищевое лото». Цель: формировать у детей представление о пользе тех или иных продуктов, для чего они нужны человеку.*  *Спортивно-дидактическая игра «Путешествие за витаминами»*  *3.*  *Дети рассматривают свои глаза в зеркало, из каких частей состоит глаз (веко, ресницы, глазное яблоко), где он находится (в глазнице).*  ***Вывод:*** *Глаза человеку нужны не для красоты. Все части глаз выполняют необходимую для жизнедеятельности функцию.*  ***Вывод:*** *Глаза нужны, чтобы видеть.*  *Дети под руководством воспитателя изображают глаза и их помощников – уши, пальцы.*  ***Вывод:*** *У газ есть помощники – уши и пальцы.*  *Дети изображают лицо в начале с одним закрытым глазом, потом с другим и рисуют предметы около открытого глаза. Далее изображается лицо с двумя открытыми глазами и рисуются предметы с двух сторон.*  ***Вывод:*** *Двумя глазами охватывается большая плоскость наблюдения.*  *4. Разучивание комплексов упражнений по игровому стейчингу.*  *«Утёнок кряк»*  *«Ходьба»*  *«Бабочка»*  *«Велосипед» и т. д.* | *1.Ознакомить родителей с показаниями антропометрии за год.*  *Предложить родителям написать мини-сочинение вместе с детьми «Как отдыхает наша семья».*  *Предложить родителям составить простые кроссворды по ЗОЖ совместно с детьми.*  *2.Домашнее задание: Помочь придумать и оформить загадку о полезных продуктах.*  *Консультация для родителей «Здоровое питание и ГМО».*  *3.Предложить родителям консультацию «Сохраним своё зрение. Гимнастика для глаз».*  *Предложить родителям помочь создать для группы простейшие «тренажёры» для профилактики зрения.*  *4.Информация для родителей: значение игрового стрейчинга – близкие и понятные детям образы сказочного мира позволяют легко выполнять непростые физические упражнения, напрвленые на профилактику различных деформаций позвоночника, укрепление его связного аппарата, формирование правильной осанки.* |

***3 ЭТАП (подведение итогов):***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Деятельность воспитателя*** | ***Деятельность детей*** | ***Деятельность родителей*** |
| *1.Стенд для родителей с показаниями антропометрии за год «Мы растём».*  *2.Газета – фотомонтаж «Мы гуляем…».*  *3. Выставить на сайт д/с фотоальбом «Я дружу с физкультурой».*  *4.Родительское собрание «Здоровье и физическое воспитание дошкольника». Показ презентации для родителей «Здоровье и физическая культура».*  *5.Серия консультаций для родителей по теме «Здоровье»* | *1.Совместно с воспитателем оформление фотогазеты «Я дружу с физкультурой».*  *2.Совместно с воспитателем построение паутинки «Физическое воспитание в детском саду».*  *3. Освоение комплексов игрового стрейчинга под руководством воспитателя для формирования правильной осанки.*  *4.Серия экспериментов «Орган зрения человека – глаза» (зарисовка).* | *1.Альбом мини-сочинений «Как отдыхает наша семья».*  *2.Альбом загадок о полезных продуктах.*  *3.Создоние родителями для группы простейших «тренажёров» для профилактики зрения.* |