**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**«Малиновский детский сад»**

***Тематический проект***

*(по образовательной области «Здоровье»)*

***«Я здоровье берегу,***

***сам себе я помогу…»***

***«Я не боюсь еще и еще раз повторять:***

***забота о здоровье – это важнейший***

***труд воспитателя.***

***От жизнерадостности детей  
  зависит их духовная жизнь,   
 мировоззрение, умственное развитие,  
   прочность знаний, вера в свои силы».***

***В.А. Сухомлинский***

**Разработала:** *воспитатель*

*2 кв. категории*

***Макарова Светлана***

***Александровна***

**Проблема:**

В настоящие время существуют тенденции снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитие дошкольников.

**Цель проекта:**

Формировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьясбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

**Задачи проекта:**

**Образовательные:**

* Дать знания об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене здоровья.
* Научить элементарным приемам сохранения здоровья

**Воспитательные:**

* Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста .
* Воспитать желание у детей заботиться о своем здоровье.
* Формировать у дошкольников потребность в положительных привычках.

**Профилактические:**

* Развивать у детей потребность в активной деятельности.
* Развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнении и игр на занятиях и в повседневной жизни

**Условия реализации проекта:**

* Интеграция и дифференциация здоровьесберегающего материала с содержанием базовой программы под редакцией М.А. Васильевой «Программа воспитания и обучения в детском саду».
* Накопление, систематизация материалов по здоровьесбережению и создание здоровьесберегающей среды в условиях группы.
* Активное сотрудничество с семьей и социумом.

**Ожидаемые результаты:**

Снижение заболеваемости в группе и укрепление физического и психического здоровья детей. Позитивные изменения в развитии детей – познание себя через окружающий мир; формирование желания заботится о сохранении своего здоровья; знакомство с правилами здорового образа жизни, личной гигиены, гигиены здоровья.

Сроки реализации:

проект рассчитан на три возрастные группы:

* Младший дошкольный возраст;
* Средний дошкольный возраст;
* Старший дошкольный возраст.



**

"Содержание образовательной области „Здоровье" направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

* сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
* воспитание культурно гигиенических навыков;
* формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

* Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.
* Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.
* Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня.
* Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 5-6 минут.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

* Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.
* Приучать детей следить за своим внешним видом. Продолжать форми­ровать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, поль­зоваться расческой и носовым платком.
* Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом,

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

* Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.
* Дать представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.
* Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические уп­ражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливают­ся силы.
* Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
* Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здо­ровью других детей.
* Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятнос­ти в повседневной жизни.

***Перспективное планирование***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **название мероприятия** | **программное содержание** | **примечание** |
| сентябрь | **"Лицо человека".** | Закрепить представления о том, что все люди имеют разные лица и этим отличаются друг от друга; дети часто похожи на своих родителей. Упражнять в нахождении частей лица и головы. | Д/и "Кто быстрей покажет то, что назову" |
| октябрь | **"Что у меня есть".** | Закрепить знания о частях тела (спина, грудь, ноги, руки (пальцы, ладошки). Формировать умение различать правую руку, дать понятие "кулачок". Формировать представления о необходимости содержания тела в чистоте. | Д/и "Назови правильно", повторение потешек соответствующего содержания, пальчиковая гимнастика |
| ноябрь | **"Глаза нужно беречь".** | Формировать представление о необходимости бережного отношения к своим глазам (нужно правильно умываться, вытираться только чистым полотенцем; нельзя тереть их грязными руками, бросать песок в глаза и т. д.) | Д/и "Кто у нас красивый", "Что нужно для умывания" |
| декабрь | **"Мой носик хорошо дышит".** | Формировать представление о носовом дыхании, о необходимости содержания носа в чистоте и бережном отношении к органу обоняния. | Д/и " Понюхай, как пахнет еловая веточка", "Подуй на снежинку" |
| январь | **"Чтоб смеялся роток, чтоб кусался зубок."** | Формировать представление о необходимости ухода за зубами и значении зубов для человека, а также о том, что овощи и фрукты полезны для укрепления зубов. | Д/и "Что вредно, что полезно" |
| февраль | **"Что делает язык".** | Формировать представление об органе осязания - языке (язык говорит нам о вкусе пищи), а также последствиях употребления для полости рта немытых овощей, фруктов; опасности грязных рук. | Д/и "Что попало тебе в рот", "Угадай на вкус" |
| март | **"Что делают уши".** | Формировать представление об органе слуха - ушах; значении органа слуха для человека. Формировать представление о необходимости ухода за ушами, а также бережном отношении к состоянию здоровья ушей. | Д/и "Угадай, кто позвал" |
| апрель | **"Сердце стучит".** | Формировать представление о сердце, как о главном органе. Формировать представление о том, как можно послушать сердцебиение; о его месте расположения. | Упр. "Послушаем, как стучит сердце" |
| май | **"Почему куклы заболели".** | Обобщить знания детей об их теле и правилах ухода за ним. | Инсценировка произведения "Ах, ты, девочка чумазая" |

Работа с родителями

* Опросы, анкетирование, тестирование;
* Консультация «Здоровый малыш»;
* Консультация «Закаляйся»;
* Консультация «Семь бед, один ответ»;
* Консультация «Если вдруг подступит грипп»;
* Консультация «Режим дня»;
* Папка – передвижка «Одеваем детей по погоде»;
* Папка – передвижка «Игры, которые лечат»;
* Проведение родительского собрания «Основы безопасности жизнедеятельности дошкольника».



Сотрудничество с педагогами

* Консультация для воспитателей "Формирование здоровьесберегающих технологий у дошкольников";
* Консультация для воспитателей «Здоровье детей раннего возраста»;
* Консультация для воспитателей «Формы работы совместной деятельности воспитателя с детьми по формированию культурно – гигиенических навыков в группе раннего возраста»;
* Консультация для воспитателей «Применение потешек в разных режимных моментах».

