**Проект «Хочу расти здоровым!»**

***Тип проекта:***

* исследовательско-творческий;
* средней продолжительности;
* детско-родительский.

***Участники проекта:*** дети подготовительной группы МК ДОУ Детский сад 11, родители, воспитатель Баранова Е.В., медсестра Плетнева Е.А.

***Возраст детей:*** 6-7 лет

***Продукт детской деятельности:*** художественное творчество, словотворчество, театрализация, моделирование.

***Продукт проектной деятельности:*** Книга «Приключения Биффи», инсценировка сказки «Теремок на новый лад».

***Сроки реализации***: декабрь 2011 – март 2012 года.

***Проблема проекта:***

Проблема охраны здоровья детей в детском саду стоит очень остро. На протяжении ряда лет, занимаясь оздоровительной работой в детском саду, мы обратили внимание на увеличение заболеваемости дошкольников.

Причин роста заболеваемости много, это и плохая экология, не сбалансированное питание, и снижение двигательной активности и т.д.

***Гипотеза:***

В процессе реализации проекта будут созданы условия для приобретения детьми опыта самостоятельной и совместной со взрослыми познавательной продуктивной творческой деятельности. Применение полученных валеологических знаний поможет детям изменить отношение к своему здоровью, к способам его укрепления, что скажется на состоянии здоровья наших воспитанников.

**Цель:** Создание единого здоровьесберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни у детей и родителей.

**Задачи проекта:**

1. Создать здоровосберегающую среду для реализации проекта;

2. Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни;

3. Развивать у детей умение находить нужную информацию и объединять полученные сведения для решения данной проблемы;

4. Поощрять творческую инициативу детей и родителей в продуктивной деятельности;

5. Повышать педагогическую и валеологическую культуру родителей.

**Ожидаемые результаты**:

* организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе;
* снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;
* сформированность гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни;
* активная помощь и заинтересованность родителей в организации работы по оздоровлению детей с нарушением зрения.

**1 ЭТАП. ВЫБОР ТЕМЫ**

Артём В. принёс в группу книгу детскую энциклопедию Роберта Ротенбера «Расти здоровым». Увидев, что дети заинтересовались этой темой, я попросила мальчика оставить книгу в группе. В вечернее время мы стали её читать и разговаривать о здоровье человека. Дети рассказывали о том, как с родителями и другими членами семьи проводили время с пользой для своего здоровья. Возник спор о том, что важнее для сохранения здоровья. Так появилась тем: «Что делать, чтобы быть здоровым». (одна из подтем проекта «Питание и здоровье». Все подтемы, предложенные по вышеназванному проекту мы рассмотрели, освоили).

В ходе беседы с детьми были заданы вопросы:

*Что знаем?*

- Здоровый человек это не только тот, кто укрепляет свой организм при помощи физических упражнений, но ещё он следит за своим здоровьем.

- Чтобы быть здоровым, надо хорошо кушать.

- Еда бывает вкусная и не вкусная.

- Чтобы укрепить и сохранить здоровье, надо заниматься спортом, физкультурой, закаляться, соблюдать режим, гулять на свежем воздухе.

- Если не соблюдать правила гигиены, можно заболеть.

- Вредные микробы убивают здоровье, а «добрые» помогают не болеть.

*Что хотим узнать?*

- Почему мы не болеем всё время?

- Как можно защититься от болезней?

- Какую пользу приносят полезные продукты организму человека?

- Для чего нужно поддерживать полезные микробы?

- Какая пища бывает самая полезная?

- Что нужно, чтобы чувствовать себя здоровым?

*Как можем найти ответ?*

- спросить у родителей;

- в энциклопедии;

- в книгах;

- в журналах;

- в интернете;

- посмотреть видеофильмы;

- спросить у врача;

- спросить у друзей, знакомых;

- сходить с родителями в аптеку, поликлинику, магазин;

- сходить на экскурсию в медицинский кабинет, пищеблок.

**2 ЭТАП. СБОР СВЕДЕНИЙ (ИНФОРМАЦИИ)**

Совместно с детьми определить возможные источники информации.

* Развивающие игры «Валеология», 1-2 части Правила гигиены и бережное отношение к своему здоровью.
* Плакат «Правила гигиены. Чтобы быть всегда здоровым, очень бодрым и весёлым, день с зарядки начинай, гигиену соблюдай».
* Научно-популярная литература: «Уроки Айболита» Зайцев Т.К., «Это я» Холден, «Азбука здоровья» Лацис К., «Расти здоровым» Р.Ротенберг
* Художественная литература: «Вредные привычки» Г. Остер, «Волшебный морж», «Спаси Веронику», «Зарядка и Простуда», «Денис и медвежонок Денни» Шоргина Т.А.
* Стихотворения: «Зачем соблюдать режим», «Под душем», «Утренняя песенка» Шоргина Т.А., «Мойдодыр» К. Чуковский, «девочка Чумазая» А.Барто.
* Выполнение заданий в рабочей тетради «Путешествие с Биффи»
* Журналы, вырезки из газет и журналов.
* Просмотр фильмов и презентаций.

**3 ЭТАП. ВЫБОР ПРОЕКТОВ.**

**ВОЗМОЖНЫЕ ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПРОЕКТЫ**

* Составление коллажа «Полезные продукты»
* Сочинение коллективной сказки для книги «Приключения Биффи» «Молоко, Бифилин и Кефир»
* Сочинение авторских сказок с рисунками в книгу «Приключения Биффи»
* Выпуск газеты «Рассуждалки». Рассуждения детей о здоровье.
* Выставка плакатов «Что делать, чтобы быть здоровым»
* Театральная постановка «Теремок на новый лад»

**4 ЭТАП. РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТОВ.**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЦЕНТРАХ АКТИВНОСТИ**

*Центр «Искусства»*

* Рисование иллюстраций к книге «Приключения Биффи»
* Рисование «Полезные и неполезные продукты», «Почему надо мыть овощи», «Правила гигиены»
* Аппликация. Составление коллажа «Полезные картинки»

*Центр «Литературный»*

* Подготовка выпуска газеты «Рассуждалки»
* Рассматривание и чтение книг, энциклопедий
* Сочинение сказок, историй, рассказов, загадок.

*Центр «Манипулятивный»*

* Дидактические игры «Здоровая пища», «Что полезно, а что нет», «Как готовиться ко сну», «Какие предметы нам нужны, чтобы быть чистыми, опрятными», «Найди дорогу к полезным продуктам», «Угадай загадку, покажи отгадку», «Из чего варят кашу и как её сделать вкусной», «Найди отличия», «Составь меню», «Разложи правильно», «Как нужно ухаживать за собой», «Если я делаю так», «Выбери блюдо», «Откуда берутся болезни», «Правильно питаемся, здоровья набираемся», «Кто живет в молочной стране».

*Центр «Строительный»*

* Конструирование из упаковочного материала
* Постройки: аптека, магазин, домик Биффи.
* Игра «Путешествие Биффи и его друзей по городу Здоровейску»

*Центр «Сюжетно-ролевой»*

* Внесение атрибутов для игр: шапочки, костюм Биффи и его друзей.
* Ролевые игры: «Магазин», «В гостях у Мойдодыра», «Путешествие с Биффи в страну Здоровья»

*Центр «Наука»*

* Выработка правил оформления плакатов

**5 ЭТАП. ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОЕКТОВ**

* Размещение газеты «Рассуждалки»
* Выставка плакатов «Что делать, чтобы быть здоровым»
* Приключение Биффи». Презентация авторских сказок друг другу и родителям.
* Театральная постановка «Теремок на новый лад»
* Коллаж «Полезные продукты»

**УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЕКТЕ**

* Подбор информации в энциклопедиях, книгах по теме проекта; поиск иллюстративного материала для составления коллажа «Полезные продукты»

* Написание статьи в журнал детского сада «Полянка» о «Неделе здоровой семьи», которая проходила в детском саду в январе. Впечатления об участии в празднике «Взрослые и дети».
* Вместе с детьми сочиняли сказки, рисовали плакаты; выполняли вместе с детьми задания в рабочей тетради «Путешествие с Биффи в страну Здоровья».
* Родители проявляли свои творческие способности вместе с детьми.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА**

Таким образом, в процессе реализации проекта была создана благоприятная здоровьесберегающая среда, позволяющая расширить знания детей о способах укрепления своего здоровья.

Выдвинутая нами гипотеза получила свое подтверждение. Дети приобрели реальный опыт самостоятельной, совместной со взрослой познавательной, продуктивной творческой деятельности. С удовольствием пьют Бифилин. Наши воспитанники стали меньше болеть. Заболеваемость в 2010-2011 уч. году – 131 д/день, а в 2011-2012 уч. году 65 д/дней пропусков по болезни. Сравнивая вышеперечисленные данные за два года можно сделать вывод о снижении заболеваемости детей на 50 %.

Пропаганда валеологических знаний среди родителей способствовала тому, что они больше стали уделять внимания своему здоровью и здоровью своих детей.

**Список используемой литературы:**

1. Алябьева Е.А. Игры для детей 4-7 лет; развитие речи и воображения. Москва, 2009 г.

2. Алябьева Е.А. Нравственно-эстетические беседы и игры с дошкольниками. Москва. ТЦ Сфера, 2004 г.

3. Блинкова Г.М. Занятия. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Москва. 2010 г.

4. Вахрушев А.А. Кочемасова Е.Е. Здравствуй, мир! Окружающий мир для дошкольников. Москва, 2003 г.

5. Галанов А.С. Игры, которые лечат. Москва, ТЦ Сфера, 2006 г.

6. Зайцев Т.К. Уроки Айболита. СПб. 2003 г.

7. Иванова А.И. Человек. Естественно-научные эксперименты в детском саду. Москва. 2010 г.

8. Кулик Г.И. Серженко Н.Н. Школа здорового человека. Москва. ТЦ Сфера, 2010 г.

9. Каркушина М.Ю. Зелёный огонёк здоровья. Москва. 2009 г.

10. Люцис К. Азбука здоровья в картинках. Москва. Русское энцеклопедическое творчество. 2004 г.

11. Ротенберг Р. Рости здоровым. Москва. Физкультура и спорт. 1993 г.

12. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. Москва. 2010 г.