**МБДОУ «Детский сад №126 комбинированного вида с татарским языком воспитания и обучения» Московского района города Казани Республики Татарстан**

**Автор проекта: воспитатель высшей категории Валеева Гузелия Асхатовна**

**Название проекта: “Здоровье – наше богатство!”.**

**Вид проекта:** информационно-практический, творческий.

**Цель проекта:** охрана и укрепление здоровья детей.

**Задачи проекта:**

**1.** Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье.

**2.** Воспитать в детях залог здоровья через устное народное творчество (стихотворения, пословицы, загадки, считалки и др.).

**3.** Закрепить знания о здоровье, бережного отношения к своему организму, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни.

**Образовательная деятельность:** познавательно-физическое развитие, художественно-речевое.

**Длительность проекта:** краткосрочный (одна неделя)

**Участники проекта:** дети, родители, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатель по русскому языку.

**Возраст детей:** 6-7 лет.

**Актуальность проекта:**

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Что же такое здоровье? Обратимся к “Словарю русского языка” С.И. Ожегова: “Правильная, нормальная деятельность организма”. В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Согласно исследованиям специалистов, 75 % болезней взрослых заложены в детстве. Если двадцать пять лет назад рождалось 20-25% ослабленных детей, то сейчас число “физиологически незрелых” новорожденных утроилось. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз (данные Т.Я. Чертюк. З.С. Макаровой, М.Н.Беловой, Б.Н.Капустян и др.).

Здоровый образ жизни является основой для гармоничного развития ребенка, причем, чем в более раннем возрасте человеку начинают прививаться здоровые привычки и порядки, тем более эффективным становится воспитание здорового образа жизни. В дошкольном возрасте формируются основные жизненные понятия, в том числе понятие здоровья и правильного здорового поведения. Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексной работы детского сада и родителей.

**Формы проведения:**

**-** познавательно-исследовательская деятельность;

- работа с узкими специалистами;

- экскурсия,целевая прогулка;

- игры, эстафеты, конкурсы;

- художественная литература;

- самостоятельная деятельность;

- работа с родителями.

**Ожидаемый результат:**

* Дети и взрослые осознали понятие “здоровье” и влияние образа жизни на состояние здоровья.
* Дети стали больше заботиться о своем здоровье.
* У детей и взрослых появилось желание вести здоровый образ жизни.

**Этапы проекта:**

**I этап - подготовительный:**

- определение темы проекта, постановка целей и задач;

- определение форм и методов работы;

- создание условий для реализации проекта;

- обмен мнениями с родителями, детьми и специалистами;

- подбор литературы и атрибутики.

**II этап – основной (практический):**

- выполнение содержания темы: «Здоровье – наше богатство»;

- совместная работа с детьми, специалистами и родителями по творческо-поисковой и практической деятельности;

-проведение с детьми целевых прогулок, игр;

- экскурсия в кабинет медицинской сестры детского сада.

**III этап - итоговый:**

**-** коллективная презентация проекта;

* работа с родителями:

- музыкально-физкультурное развлечение: «Мы – здоровая семья»;

- консультация: «Грипп и меры его профилактики», «Что мы должны знать о закаливании детей»;

- конкурс семейных газет: « Здоровый образ жизни нашей семьи».

* работа с детьми:

- викторина: «Кто больше знает о здоровье?»;

- проведение веселых эстафет;

- проведение выставки детских рисунков про здоровье.

 **План реализации проекта:**

**Понедельник**

Утро

- Беседа «Здоровье - наше богатство!» Цель: расширить у детей знания о здоровье, формировать представления об активном отдыхе.

- Утренняя гимнастика с использованием самомассажа по методике Валентины Травинки.

- Реализация УМК: просмотр мультфильма «Глупый зайчонок».

Образовательная деятельность

1.Художественное творчество (аппликация)

Тема: «В стране здоровья».

Цель: воспитание гигиенических навыков, развитие чувство композиции.

2. Познание

Тема: «В здоровом теле - здоровый дух» (беседа)

3. Физическая культура

Подвижные игры «Поезд», «Гуси-лебеди»

Прогулка

- Беседа «Что мы знаем о спорте?». Цель: формирование у детей интереса и любви к спорту.

- Подвижная игра «Хитрая лиса», «Коршун и наседка».

- Физико-оздоровительная деятельность (ФОД): сохранение равновесия (ходьба по колесикам).

Вечер

- Беседа с детьми на тему «Наше здоровье», обмен мнениями.

- Объявление конкурса для родителей: « Здоровый образ жизни нашей семьи».

**Вторник**

Утро

-Дидактическая игра «Кто что делает?»

- Чтение стихотворения: С.В.Михалков «Прививка»

 *На прививку! Первый класс!*

*- Вы слышали? Это нас!..*

*Я прививки не боюсь:*

*Если надо - уколюсь!*

*Ну, подумаешь, укол!*

*Укололи и - пошел...*

 - Консультация для родителей: «Грипп и меры его профилактики».

Образовательная деятельность

1. Познание (ФЭМП)

\*физкультминутка «Зарядка»

*Солнце глянуло в окошко,*

*Раз, два, три, четыре, пять.*

*Все мы делаем зарядку,*

*Надо нам присесть и встать.*

*Руки вытянуть пошире,*

*Наклониться, три-четыре,*

*И на месте поскакать – пять.*

\*пальчиковая гимнастика «Десять котят»

*У Мурочки нашей есть десять котят, (Ребенок складывает ладошки)*

*Сейчас все котята по парам стоят: (Пальцы прижимает друг другу)*

*Два толстых, два ловких, (Ребенок покачивает пальцы из стороны в сторону)*

*Два длинных, два хитрых, (Ребенок постукивает соответствующими пальцами)*

*Два маленьких самых и самых красивых. (От большого пальца к мизинцу).*

2. Коммуникация

Беседа « Будь здоров!»

Цель: развитие связной речи. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Прогулка

- Заучивание считалки:

 *Конь ретивый с длинной гривой,*

 *Скачет, скачет по полям.*

*Тут и там! Тут и там!*

*Где проскачет он – выходи из круга вон!*

- ФОД: прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

-Подвижная игра «Волк во рву», «Дед Мазай и зайцы».

Вечер

- Отгадывание загадок на тему « Личная гигиена»:

\*Гладко, душисто, моет чисто (мыло).

\*Дождик теплый и густой:

 Этот дождик не простой,

 Он без туч, без облаков,

 Целый день идти готов (душ).

\*Костяная спинка,

 Жесткая щетинка,

 С мятной пастой дружит,

 Нам усердно служит (зубная щетка).

- Аудиопрослушивание «Солнце, мороз и ветер» (татарская народная сказка).

**Среда**

Утро

-Заучивание пословиц о здоровье:

 \* Здоровье дороже богатства.

 \* Здоровье за деньги не купишь.

 \* Если хочешь быть здоровым — закаляйся!

-Реализация УМК: просмотр мультфильма «Зарядка для хвоста».

Образовательная деятельность

1. Музыка

 \*музыкальная игра «Платочек», «Игра с флажками».

2. Изучаем русский язык

\*Чтение художественной литературы: К. И. Чуковский «Мойдодыр».

3. Познание (ФЭМП)

 Самомассаж по методике Валентины Травинки (массаж рук, шеи, лица, ух, головы).

Прогулка

- Целевая прогулка «Я и мое здоровье». Цель: охрана и укрепление здоровья детей.

- Подвижная игра «Два мороза», «Лягушки и цапля».

- ФОД: бег в колонне по одному, парами, тройками.

Вечер

- Реализация УМК: чтение стихотворения Г. Юнусовой «На зарядку становись!».

- Словесная игра «Разминка!»

.

**Четверг**

Утро

- Консультация для родителей «Что мы должны знать о закаливании детей».

- Игра с мячом «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».

Образовательная деятельность

1.Художественное творчество (рисование)

Тема: «Моя здоровая семья»

Цель: воспитать в детях здоровый образ жизни. Закрепить методы и приемы рисования. 2. Физическая культура

Подвижные игры «Аист и лягушки», «Краски».

Прогулка

- Реализация УМК: беседа на тему: «Лекарственные растения».

- ФОД: прыжки в длину.

- Подвижные игры «Кошки-мышки», «Ловишки».

Вечер

-Закаливающие процедуры с использованием нетрадиционных материалов (дорожки из пуговиц, букв, крышек и др.).

-Реализация УМК: заучивание потешек про здоровье.

 *Утром, ровно в семь часов,*

 *Я встаю с кроватки.*

 *Для пробежки я готов,*

 *А также для зарядки! и др.*

**Пятница**

Утро

- Игра «Реклама» (расческа, полотенце, мыло, шампунь и др.)

- Реализация УМК: просмотр мультфильма «Ленивый пес».

- Выставка детских рисунков про здоровье.

Образовательная деятельность

1.Познание

Тема: «Экскурсия в кабинет медсестры».

Цель: воспитание уважения к труду взрослых, бережного отношения к своему здоровью.

2.Изучаем русский язык

\* Подвижная игра «Дети и медведица»

\*Пальчиковая игра «Дружные пальчики».

3. Музыка

\*музыкально-физкультурное развлечение: «Мы – здоровая семья».

Прогулка

Физическая культура

\* проведение эстафет: « Кто добежит?», «Достань», «Кто быстрее?», «Веселые соревнования».

- Заучивание пословиц о здоровье: «Чистота – залог здоровья» и др.

Вечер

- Развивающая игра «Кто есть кто?» (про спорт). Например, на игровом поле - …, (футболист) и др.

- Викторина: «Кто больше знает о здоровье?» (повторение и закрепление пройденного материала).

**Использованная литература:**

1. З.М.Зарипова, Л.Н.Вазиева и др. “Туган телдә сөйләшәбез”, Казань, «Фолиант», 2012.
2. К.В.Закирова «Балачак аланы», Казань РИЦ, 2011.
3. Р.К.Шаехова, К.В.Закирова «Ступеньки к творчеству», Школа Казань, 2001.
4. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз», Казань, 2013.
5. Т.А.Шорыгина «Профессии, какие они?», Москва, 2005.
6. Д.Н.Колдина «Рисование с детьми 6-7 лет», Москва,2011.