Проект разработан физ.инструктором Л.Н.Немолочной.

Данный [проект](http://50ds.ru/psiholog/2961-issledovatelskiy-proekt-shkola-moey-mechty.html) выполняется воспитателями, специалистами дошкольного учреждения и родителями [проект](http://50ds.ru/psiholog/2961-issledovatelskiy-proekt-shkola-moey-mechty.html) «В здоровом теле – здоровый дух» направлен на формирование у старших дошкольников элементарных представлений о человеческом организме. Этот [проект](http://50ds.ru/psiholog/2961-issledovatelskiy-proekt-shkola-moey-mechty.html) поможет ребёнку узнать, как ухаживать за своим телом, что полезно и что вредно для организма, как устроено человеческое тело.

[Основной](http://50ds.ru/psiholog/387-vliyanie-teatralizovannoy-deyatelnosti-na-adaptatsiyu-detey-k-usloviyam-d-s-i-realizatsiyu-osnovnoy-obshcheobrazovatelnoy-programmy-doshkolnogo-obrazovaniya.html) целью проекта является: разработка содержания и системы работы по формированию у детей 6-7 лет элементарных представлений о человеческом организме; воспитанию ценностного отношения к себе и другим.

Для реализации поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. формирование у детей 6-7 лет элементарных представлений о человеческом организме;
2. обучение уходу за своим телом, формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
3. воспитание потребности в здоровом образе жизни;
4. воспитание любви к себе, своему телу.

По окончанию работы предполагается получить следующий результат:

1. Дети должны получить первичные представления о некоторых внутренних органах и знать их основную функцию.

2. Различать понятия «Часть тела» и «Орган».

3. Знать не сложные приёмы самооздоровления.

4. Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (Соблюдения режима дня, чистота тела, правильное питание).

Данный проект рассчитан на неделю.

**Постановка проблемы**

Воспитание здорового ребёнка – наиглавнейшая задача дошкольной педагогики. Здоровье населения России находится в опасности. Практически все показатели здоровья и социального благополучия претерпели резкое ухудшение. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляются отклонения в состоянии здоровья. Отсюда вытекает  важная проблема: Как помочь ребёнку реализовать своё право на здоровье, на счастливую жизнь.

**Содержание проекта**

**Понедельник.** «Из чего мы сделаны».

Цель: Учить осознавать себя как человека, познакомить детей со строением своего тела, с внутренними органами. Воспитывать желание внимательно, бережно относиться к своему организму.

1. Игра «Главные помощники». Закрепить знания детей о частях тела.

2. Рассматривание, чтение и беседа по книге Г. Юдина «Главное чудо света».

3. Психогимнастика «Мы делаем добро руками».

4. Д/И «Что было бы, если бы…». Показать ребёнку, что его организм очень умно устроен.

5. Конструирование «Анатомический фартук». Фартук даст детям представление о внутренних органах и об их взаимном расположении.

6. Констультация для родителей «Ребёнок растёт».

**Вторник.** «Чистота – залог здоровья».

Цель: Довести до сознания детей необходимость и важность соблюдения гигиенических процедур.

1. Чтение сказки К.И.Чуковского «Мойдодыр».

2. Игра – занятие «Путешествие в Королевство Чистоты».

3. Эксперимент «Грязные руки». С помощью увеличительных  стёкол, микро – скопа дети рассматривают, как выглядят микробы.

4. Лаборатория «Чистый зубик». Закреплять навыки правильного ухода за зубами.

5. Раскрашивание плаката «Как правильно чистить зубы».

**Среда.** «Самые полезные продукты».

Цель: Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, объяснить, что еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

1. Экскурсия на кухню.

2. Д/И «Приготовь блюдо».

3. Познавательно занятие. «Что такое витамины, и где они живут?».

4. Н/И «Прогулка по улице Сезам».Учить соблюдать правила питания: съедать только полезные продукты.

5. Домашнее задание: совместная работа с родителями – заведи дневник, в котором записывай, какие полезные продукты ты ел на завтрак, обед, в полдник и на ужин.

**Четверг.** «Спорт – это здоровье».

Цель: Познакомить детей с различными видами спорта, формировать понятие о здоровом образе жизни, о соблюдении режима дня, о значении спорта для здоровья человека.

1. Утренняя зарядка «Рас, два, три, ну-ка повтори!». Беседа о необходимости делать утреннюю гимнастику.

2. Рассматривание иллюстраций с различными видами спорта.

3. Д/И «Мой режим дня».

4. Лепка из пластилина. «Спортсмены».

5. Физкультурное развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья».

**Пятница.** «Сохрани своё здоровье сам».

Цель: «Учить самостоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приёмы самооздоровления, уметь оказывать себе элементарную помощь; прививать любовь к физ упражнениям, самомассажу.

1. Заучивание поговорок: «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу», «Крепким стать нельзя мгновенно – закаляйтесь постепенно».

2. Беседа «Здоровье и болезнь».

3. Игра – Кроссворд «Жители страны Здоровья».

4. Разучивание самомассажа «Гимнастика маленьких волшебников».

5. Музыкальная сказка «Секреты здоровья» (Родители помогают в подборе костюмов, декораций).

6. Консультация для родителей «Здоровье детей».

Реализация проекта «В здоровом теле- здоровый дух» поможет воспитать ценностное отношение ребёнка к своему здоровью и жизни. Сформирует потребность детей к двигательной активности, закрепит знания детей о том как сохранить и укрепить здоровье.

Совместный сбор материалов по теме занятия, игры, развлечения раскроют творческие способности детей, вовлекут родителей в воспитательный процесс.

Личный пример родителей, совместные физкультурные занятия, здоровый образ жизни- главные составляющие успеха физического развития ребенка.

**Литература**

1. Проектная деятельность старших дошкольников. Автор В. Н. Журавлева.
2. Природа. Человек. Здоровье. Автор Г. Н. Жарова, Н. В. Надеева, Л. А. Сайдакова.
3. Разговор о правильном питании: рабочая тетрадь.  М. М. Безруких, Т. А. Филиппова.
4. ОБЖ подготовительная группа. Разработки занятий II часть. Фисенко М. А.