МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида» структурное подразделение «Детский сад №15»

**Проект на тему:**

**«Хочу быть здоровым»**

Воспитатель:Сабитова А.Ш.

2015г.

***Описание проекта***

***Вид проекта***: информационно - практико-ориентированный.

***Продолжительность***: долгосрочный.

***Возраст детей***:2 мл.группа и средняя группа.

***Участники проекта***: воспитатель, воспитанники и их родители.

***Сроки проведения***: октябрь-декабрь.

***Форма проведения***: дневная (в рамках образовательной деятельности в виде игровых ситуаций, в режимных моментах и повседневной жизни).

***Информация о проекте***

***Актуальность проекта***

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования направлен на решение множества задач, одной из них является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Я решила сделать упор на решение именно этой задачи в проекте «За здоровьем в детский сад». Проблема укрепления здоровья дошкольников актуальна в настоящее время. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, сами будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению культурно-гигиеническим навыкам, вырабатывать привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние здоровья и здоровья окружающих. Именно поэтому в дошкольном учреждении любая деятельность (игровая, спортивная, досуговая и т.д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни. И как писал В.А. Сухомлинский: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

***Цель проекта***: формирование у детей младшего и среднего дошкольного возраста активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья.

***Задачи***:

* формировать представление о здоровом образе жизни;
* обогащать и закреплять ранее полученные знания о правильном питании, культурно-гигиенических навыках;
* развивать физические качества;
* продолжать учить детей заботиться о своем здоровье, избегая ситуаций, наносящих вред здоровью;
* воспитывать интерес к спорту, физической культуре, здоровому образу жизни.

***План реализации проекта***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Октябрь***  *Тема: "Вот я какой"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Я среди людей".  Беседа "Я и мое тело".  Дидактические карточки "Как устроен человек".  Плакат "Строение человека".  Дидактические игры: "Назови предметы", "Делаем зарядку", "Назови части тела"; загадки о частях тела.  Рисование на тему "Я здоровье берегу - сам себе я помогу!"  Чтение и обсуждение произведений К.Чуковского «Мойдодыр»,А.Барто «Девочка  Чумазая»  Сюжетно-ролевая игра "Больница"  *Работа с родителями:*  Анкета «Здоровый образ жизни в вашей семье» | 05.10.2015г.  08.10.2015г.  в течение месяца  в течение месяца  12.10.2015г.  29.10.2015г.  в течение месяца  в течение месяца |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Ноябрь***  *Тема: "*Спорт - это здоровье*!"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Спорт - это здоровье!"  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Осанка - красивая спина".  Беседа "На зарядку - становись!"  Веселые старты.  Пополнение уголка физической  культуры .  Пальчиковая гимнастика.Дыхательная гимнастика.Ходьба по массажным коврикам.  Викторина "Азбука здоровья".  *Работа с родителями:*  Проведение мероприятия «Мама,папа,я-спортивная семья» | 02.11.2015г.  05.11.2015г.  10.11.2015г.  13.11.2015г.  в течение месяца  в течение месяца  20.11.2015г.  27.11.2015г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
| ***Декабрь***  *Тема: "Наши умные помощники"* | | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10 | *Работа с детьми:*  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Слушай во все уши".  Беседа "Мы морозов не боимся!"  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Смотри во все глаза!"  Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Секрет здоровый улыбки".  Беседа "Зачем мы дышим".  Беседа "Что еще умеет нос".  Чтение: Э. Мошковская "Уши", "Мой замечательный нос".  С.Маршак "Настя в гостях у зубной щетки".  Самомассаж рук, ушных раковин(суджоктерапия)  *Работа с родителями:*  Консультация для родителей "Как правильно чистить зубы".  Консультация для родителей по проведению гимнастики для глаз. | 04.12.2015г.  14.12.2015г.  18.12.2015г.  22.12.2015г.  24.12.2015г.  28.12.2015г.  в течение месяца  в течение месяца  10.12.2015г.  23.12.2015г. |

***Результат:***

* Общее укрепление здоровья детей;
* Развитие физической активности;
* Повышение работоспособности,снижение утомляемости во второй половине дня и в конце недели;
* Создание картотеки гимнастик после дневного сна;
* Создание картотеки самомассажа;
* Создание разнообразной физкультурно-игровой среды.