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"* |
| 12345678 | *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 месяцав течение месяца12.10.2015г.29.10.2015г.в течение месяцав течение месяца |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
|  ***Ноябрь****Тема: "*Спорт - это здоровье*!"* |
| 12345678 | *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 месяцав течение месяца20.11.2015г.27.11.2015г. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Сроки проведения** |
|  ***Декабрь****Тема: "Наши умные помощники"* |
| 12345678910 | *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 месяцав течение месяца10.12.2015г.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.