|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Витамины – наши друзья!**  3  6  Цель проекта: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях образовательного учреждения, развитие познавательных и творческих способностей учащихся.  Тип проекта: познавательно-творческий.  Участники проекта: учащиеся, педагоги, родители.  Актуальность темы  Здоровье – это правильная, нормальная деятельность организма, в результате которой человек чувствует себя хорошо, уверенно, он энергичен, весел, полон сил.  В настоящее время существует более трехсот определений здоровья.  Всемирная организация здравоохранения считает, что «здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».  Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе Здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости. Английский писатель У. Шекспир говорил, что здоровье «дороже золота», а советский писатель Михаил Шолохов отмечал, оно «всему голова». Выдающийся русский деятель В.Г. Белинский утверждал, что без здоровья «невозможно счастье».  Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей школьного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.  Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье. И особенно важно уметь правильно организовывать свое питание. Кроме того, человек, умеющий правильно, с пользой есть, всегда привлекателен, однако следует подчеркнуть, что эти навыки легче всего и надежнее формируются в детстве. Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания (причем разнообразного). Необходимо каждый день находить слова, примеры, раскрывающие перед детьми пользу (или ее отсутствие) того или иного блюда, продукта. Поэтому так важно дать детям представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах. Не менее важно дать детям знания о культуре питания, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.  Проблема: недостаточная сформированность у учащихся мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.  Цель проекта: - формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях образовательного учреждения, развитие познавательных и творческих способностей учащихся.  Задачи:  1. Дать детям общее представление о здоровье как ценности, о котором необходимо постоянно заботиться, научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.  2. Продолжать формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях школы. Расширять знания школьников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.   1. Дать детям знания о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах, фруктах и ягодах. 2. Учить детей изображать овощи, фрукты и ягоды на уроках рисования, аппликации, лепке, ручному труду, используя различные способы и средства изображения. 3. Формировать у детей познавательный интерес к окружающему миру, родной природе; 4. Развивать способности к поисковой деятельности:    * - определение задач, исходя из поставленной проблемы;    * - планирование этапов своих действий в соответствии с поставленными задачами;    * - умение выбрать материал и способ действия. 5. Продолжать учить детей использовать ранее полученные знания при решении познавательных и практических задач. 6. Формировать положительные качества личности учащихся, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.   Формы реализации:   1. Занятия по познавательной деятельности. 2. Беседы с учащимися и родителями. 3. Игровая деятельность. 4. Выполнение работ по изобразительной деятельности и ручному труду. 5. Выполнение коллажей**.** 6. Выставка детского творчества. 7. Проведение развлечений.   Основные средства:   1. Информирование родителей о задачах и содержании проекта. 2. Вовлечение родителей в совместную работу над проектом, создавая радостную атмосферу совместного творчества. 3. Подготовка оборудования, материалов и инструментов. 4. Обогащение предметно-развивающей среды. 5. Включение работ учащихся в эстетически развивающую среду, окружающую детей. 6. Проведение выставок детского и взрослого творчества.   Ожидаемый результат:   * развитие духовно-богатой личности учащихся, как активного участника проекта; * создание благоприятных условий для саморазвития ребенка, проявления его творческой деятельности; * обогащение детей знаниями о пользе витаминов для нашего организма.   Функции участников проекта:  *Педагог* – создание условия для организации и проведения мероприятий.  *Педагог* - обеспечить необходимой документацией, литературой всех участников проекта, методическими разработками, оказание помощи в проведении занятий и развлечений.  *Педагог* – подготовка и проведение развлечений.   * *Педагоги, учащиеся и родители*– реализация проекта.   **Этапы реализации проекта.**  **I этап. Организационный.**   * составление и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы; * анализ проблемы: что уже есть и что нужно сделать; * создание банка идей и предложений; * подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта; * подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.   **II этап. Планирование реализации проекта.**   * определение задач воспитательно-образовательной работы; * планирование деятельности педагогов; * разделение на творческие группы реализации задуманного; * объединение результатов коллективной деятельности в логике общего замысла.   **III этап. Реализация проекта.**  **ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Дидактические игры** | **Сюжетно-ролевые игры** | **Подвижные игры** | | * Приготовим борщ * С какого дерева упало * Вершки и корешки * Овощи и фрукты * Узнай на вкус * Настольные игры: лото, домино, пазлы * Подбери по цвету * Раз, два, три к дереву беги * Огород * Угадай, какой овощ * Съедобное- несъедобное * Кто что любит кушать * Разложи по тарелочкам фрукты * Собери овощи в корзину * Что где растет * Опиши овощи, фрукты * Салат витаминный. | * Больница * Овощной магазин * Аптека * Магазин «Овощи-фрукты» | * Третий лишний * Во саду ли во огороде * Ловушки – убежим от вируса * Собери витамины * Лучший аптекарь |   **РЕЧЬ И РЕЧЕВОЕ ОБЩЕНИЕ**   |  |  | | --- | --- | | **Беседы** | **Фольклор** | | * Как витамины вирус победили * Что такое закаливание? * Витамины, которые растут на огороде. * Роль витаминов в жизни человека * Где живут витамины * Что растет на огороде * О пользе овощей и фруктов * О пользе еды * Что растет в саду * Питание и здоровье * Огород на подоконнике | * Песни * Пословицы * Поговорки * Сказки * Загадки |   **ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Явления общественной жизни** | **Природное окружение** | **Предметный мир** | | Экскурсии:   * на кухню * в магазин «Овощи-фрукты» (с родителями) * в медкабинет | * интегрированные занятия по познавательному развитию * Работа на огороде * Опытно-экспериментальная работа: огород на подоконнике | Знакомство с кухней, с приготовлением пищи. |   **ИЗОДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **рисование** | **аппликация** | **Лепка** | | Гуашь: яблоко, огурец, вишня  Натюрморт с овощами, фруктами  Яблоки созрели  Осеннее угощение  Уголок природы руками детей  Огород  У бабушки на даче | Ягоды и фрукты  Овощи  Огород  Витаминный коктейль  Корзина витаминов  Витамины с грядки | Овощи и фрукты, ягоды  Кладовая витаминов  Пластилиновая пластика |   **ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**   |  |  | | --- | --- | | **Настольный театр** | **Кукольный театр** | | Спор овощей  Доктор Витамин на рынке  Кто полезней | Всех нужней я и вкусней |   **ДОСУГ, РАЗВЛЕЧЕНИЯ**   * 1. Вот веселый огород, что здесь только не растет   2. Фруктоежка   3. Театрализованное представление «Друзья здоровья».   **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Беседы** | **Наглядность** | **Все для родителей** | | \*О пользе овощей и фруктов  \*о пользе витаминов  \* вкусно и полезно  \*что приготовить детям | \*витамины в рационе ребенка  \*лекарственные травы в лечении простудных заболеваний  Литература о правильном питании | Семинар «Витамины в нашей жизни»  Родительское собрание «Что едят наши дети»  Вечер угощений и посиделок  Родительский лекторий |   **IY. Заключительный:**   1. Анализ проделанной работы. 2. Разработка внеклассных мероприятий на основе приобретенного опыта.   **Презентация проекта**   1. Коллаж «Страна Витаминов» 2. Фотовыставка 3. Театрализованное представление «Друзья здоровья» |

**Вывод:**  
 После проведенной работы родители, и учащиеся пришли к выводу о том, что только здоровая семья может быть по-настоящему счастливой. Мы задумались над тем, какие факторы влияют на здоровье семьи! В результате все пришли к единому мнению, что главными факторами, влияющими на здоровье семьи, является: душевное благополучие, благоприятный психологический климат в семье; физическое здоровье; правильное и здоровое питание.