



ПРОЕКТ по здоровьесбережению: «Я здоровым быть хочу!»

Агальцова Е.З.,
воспитатель
МАДОУ детский сад №46 СОП №2
г. Ревда
2017г.

**Тип: познавательно-исследовательский,
творческий; фронтальный; долгосрочный**

**Участники проекта: дети
подготовительной группы,
воспитатель, инструктор по
физической культуре, родители.**

Цель проекта:

- ✓ *Формирование и становление предпосылок и ценностей здорового образа жизни.*
- ✓ *Приобщение к элементарным нормам и правилам в питании.*
- ✓ *Формирование культурно-гигиенических навыков.*
- ✓ *Приобщение к спорту и активному образу жизни.*

Задачи:

- дать знания о здоровье человека и способах укрепления, о гигиене здоровья;
- научить элементарным приемам сохранения здоровья;
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей;
- воспитывать желание у детей заботиться о своем здоровье;
- Закрепить знания детей о видах спорта

Ожидаемый результат

- Сформировать знания о здоровье и факторах, влияющих на него;
- Овладение детьми культурно-гигиеническими навыками, навыками самообслуживания;
- Внедрение здоровьесберегающих технологий во все виды деятельности;

Этапы реализации проекта

1 этап. Подготовительный. Составление перспективного плана работы по проведению проекта, подбор литературы, фотографий, иллюстраций, презентаций, стихотворений, рассказов, загадок создание в группе соответствующей предметно-развивающей среды привлечение родителей для оказания разнообразной помощи педагогу.

2 этап. Основной этап - реализация проекта.

3 этап. Заключительный этап: выставка стенгазет родителей «Здоровый образ жизни» выставка рисунков родителей и детей «Спорт – залог здоровья». Токшоу.

*В работе по проекту использовались
разные виды деятельности:*

- познавательно-исследовательская;*
- изобразительная;*
- игровая;*
- двигательная;*
- экспериментальная деятельность*

Взаимодействие с инструктором по физической культуре.



Беседы: «Что я знаю о спорте»



Изобразительная деятельность



Практическое занятие «Правильная осанка»



Стенгазеты



Спасибо за внимание!



ПРОЕКТ по ЗОЖ: **«Я здоровым быть хочу!».**

Тип: познавательно-исследовательский, творческий; ребенок и здоровье; фронтальный; долгосрочный.

Участники проекта: дети подготовительной группы, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители.

Актуальность:

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основа основ достижения любых успехов. Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду, именно на этапе дошкольного возраста приоритетными являются задачи воспитания у детей мотивации на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни. Процесс обучения здоровому образу жизни неразрывно связан с двигательной активностью, как мощным и стимулирующим фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка. Именно на основе интереса детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки обеспечения здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье.

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные:

- Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.
- Формирование у детей 6-7 лет элементарных представлений о человеческом организме.
- расширить знания детей о здоровье и происхождении болезней;
- расширять представления детей о том, что полезно и что вредно для здоровья.

Воспитательные:

- Воспитать желание у детей заботиться о своем здоровье.
- Воспитывать культурно-гигиенические навыки.

Развивающие

- Развивать у детей потребность в активной деятельности.
- Развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнений и игр на занятиях и в повседневной жизни.
- Развитие представлений о строении человеческого тела и назначении внутренних органов.

Ожидаемые результаты:

Полученные ребёнком знания и представления о себе, своём здоровье, физической культуре позволят найти способы укрепления и сохранения здоровья.

Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни

Повышение уровня адаптации к окружающему миру (в т.ч. к обучению в школе).

Этапы реализации:

Этап 1 - подготовительный

Этап 2 - основной

Этап 3 - заключительный

Подготовительный этап:

Составление перспективного плана работы по проведению проекта подбор литературы, фотографий, иллюстраций, презентаций, стихотворений, рассказов, загадок создание в группе соответствующей предметно-развивающей среды привлечение родителей для оказания разнообразной помощи педагогу.

Основной этап - реализация проекта.**Заключительный этап:**

выставка стенгазет родителей «Спорт – это здоровье»

выставка рисунков родителей и детей «Спорт – залог здоровья»

Реализация проекта:

Игры по теме: «Физическая культура и спорт»

«Спортивные игры»,

«Спортивное домино»,

«Спортлото»,
«Спортмеморина»,
«Спорт зимой и летом»,
«Спортивная угадайка»,
«Что я знаю о спорте»

Игры по теме «Здоровое питание»

«Полезное – вредное»,
«Во фруктовом царстве, овощном государстве»,
«Витаминные друзья»

Творческие задания.

Сюжетно-ролевые игры:

«Мы спортсмены»
«Поликлиника»

Строительные игры:

«Спортивная площадка во дворе»

Подвижные игры:

«Зайцы и охотник»
«С кочки на кочку»

НОД познавательного проекта

«Правильная осанка»
«Что нужно делать, чтобы быть здоровым»
«Полезные и вредные продукты»

Экспериментальная деятельность:

«Значение органов чувств для человека» (глаза, нос, уши, рот)

Беседы

«Здоровье в порядке , спасибо зарядке»
«Личная гигиена»
«Полезные продукты»

«Виды спорта»
«Где живут витамины»
«Как стать здоровым»
«Знакомимся со своим организмом»

«Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья»

«Режим дня дошкольника»

«Зачем человеку сон»

Социально-коммуникативное развитие

Рассматривание иллюстраций, открыток, фотографий с изображением видов спорта, полезных продуктов, тело человека, органов чувств, дыхательной и кровеносной системы;

творческое рассказывание детей «Я занимаюсь спортом»; «Как мы делаем зарядку».

Просмотр интерактивной энциклопедии «Мое тело. Как оно устроено. Я и мой день. Какой я интересный. Я снаружи и внутри».

Чтение художественной литературы

Прокофьева С.Л. «Румяные щечки»

Анпилов А. «Зубки заболели»

Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр»

Горн Г. «Энциклопедия здоровья в сказках и рассказах для самых маленьких»

«Гномы и режим дня»(Беляева Светлана)

«Побудка» (П. Мазикин.)

«Наши полотенца» (Н. Найденова)

«Прощай, подушка», «Зарядка» (П. Синявский)

«Завтрак», «Занятия», «Прогулка», «Тихий час», «Домой!» (М. Сенина)

Правила поведения для воспитанных детей в детском саду.

(Г.П. Шалаева, О.М. Журавлева, О.Г. Сазанова)

Стихи о спорте В. Пахомова, Е. Мельниковой, Г. Дядиной, Т. Варламовой, Н. Лубянко, О.Высотской и др.

Стихи о здоровом питании К. Луцис

Стихи о здоровом образе жизни.

Пословицы и поговорки о здоровье, загадки

Художественно-эстетическое развитие:

Лепка - «Дети на прогулке зимой»

Рисование : Спорт это здорово

Работа с родителями:

Выставка стенгазет родителей и детей «Спорт-это здоровье»

Выставка рисунков родителей и детей «Спорт – залог здоровья»

Консультация для родителей «Как укрепить иммунитет ребенка»

Буклет «Витамины»

Консультация « Как приучить ребенка к чистоплотности»

Памятка «Организация здорового ритма жизни и двигательной активности детей

Взаимодействие с инструктором по физической культуре: занятие на тему: « Правильная осанка»

Итог проекта:

- ✓ выставка стенгазет родителей «Здоровый образ жизни»
- ✓ выставка рисунков родителей и детей «Спорт – залог здоровья»
- ✓ Токшоу «здоровый образ жизни»