



МБДОУ «Детский сад №128»

Проект
«Мы за здоровый образ жизни»
с детьми старшего дошкольного возраста

Паспорт проекта

Тип проекта	Познавательно-творческий
Продолжительность проекта	Краткосрочный
Срок проведения	25.11.19-6.12.19
Участники проекта	дети старшей группы воспитатели, родители воспитанников.
Ожидаемые результаты.	1. Овладение элементарными навыками сохранения и укрепления здоровья. 2. Приобретение привычки к ЗОЖ. 3. Повышение знаний родителей о ЗОЖ в дошкольном учреждении.



Цель проекта:
**формирование у детей старшего дошкольного
возраста потребностей в здоровом образе жизни**

Задачи:

- 1.Формировать у старших дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.**
- 2.Расширять представления о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.**
- 3.Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья средствами физической культуры, здорового питания и закаливания.**
- 4.Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания.**
- 5.Расширять представления о роли гигиены, правильного дыхания и режима дня для здоровья человека.**
- 6.Развивать потребность в ежедневной двигательной активности и физическом совершенствовании.**
- 7.Повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.**

Актуальность проекта



**«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»
В.А. Сухомлинский.**

Воспитание здорового ребенка — одна из приоритетных задач нашего времени.

Сложившиеся социальные условия, экологические проблемы, научно-технические преобразования не способствуют сохранению здоровья. Но можно противостоять этим влияниям, приостановить разрушения организма, не страдать от болезней и быть готовым к любой деятельности. Стоит только изменить свой образ жизни, и человек сможет чувствовать себя здоровым.

От уровня психического и физического положения населения, от состояния его здоровья зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений детей о здоровом образе жизни представляется в современном обществе актуальной.



Обозначенная проблема особенно значима в дошкольный период детства – наиболее благоприятный для активного развития познавательных процессов и личности ребенка, его представлений об образе жизни.

Для достижения гармонии с природой, самими собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства.

Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.



Этапы проекта

1 этап - подготовительный

Обоснование актуальности темы, определение уровня знаний детей о здоровье и ЗОЖ, определение цели и задач проекта, подбор литературы, пособий, атрибутов

2 этап – основной

Организация и проведение работы по реализации задач проекта

3 этап – заключительный

Обобщение результатов работы, изготовление лепбука «Книга здоровья»



Этапы проекта

1 этап – подготовительный:

- ❖ подбор методической, художественной литературы по теме проекта;
- ❖ подбор наглядного и иллюстративного материала;
- ❖ подбор подвижных и дидактических игр;
- ❖ организация предметно – пространственной, развивающей среды для поддержки детской инициативы;
- ❖ разработка конспектов ООД, бесед;
- ❖ разработка памяток, оформление папок передвижек, буклетов и консультаций для родителей.

Организация развивающей предметно-пространственной среды

Дидактические пособия



Дидактические игры



Уголок двигательной активности



Дыхательные тренажеры



Костюмы



Разработка памяток, папок передвижек, буклетов и консультаций для родителей



СОВЕТЫ ДОКТОРА



Рисование «Полезные продукты», «Здоровячки».

Аппликация «Дыхательные тренажеры»



Рассматривание тематических альбомов, книг по теме



Проведение подвижных игр, эстафет, дыхательной гимнастики, физкультминуток в режимных моментах



Беседы: «Здоровье в порядке — спасибо зарядке» «Полезные и вредные продукты»



Дидактические игры «Вредно и полезно», «Пирамида здоровья», «Здоровячки». Пазлы «Гигиена»



Дидактические игры «Ромашка», «Спорт», «Собери спортсменов». Пазлы «Айболит».



Посещение тематических мероприятий по ЗОЖ в городской библиотеке



Сюжетно-ролевая игра «Скорая помощь»



Развлечения «Веселые движения», «Спортивные ребята»



Изготовление плакатов родителями: «Мы за здоровый образ жизни»



Спортивное развлечение совместно с родителями «Здравиада»



Анкетирование родителей и ознакомление с целями проекта



Лепбук «Звездная книга здоровья»

