Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №10 «Росинка» города Белореченска

муниципального образования Белореченский район

**ПРОЕКТ**

**“Я здоровье берегу – сам себе я помогу ”**

**АКТУАЛЬНОСТЬ.**

**Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости**

**не найдёшь до самой старости.**

**Так гласит народная мудрость.**

К сожалению, в наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. Многие причины – от нас не зависящие и изменить что-либо не в наших силах. Но есть одна, на наш взгляд, очень важная – это формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранение и укреплении своего здоровья. Опыт нашей педагогической работы показывает, что только физически развитые и практически здоровые дети достигают успехов и вершин познания мира. Для реализации данного направления разработали проект «Я здоровье берегу – сам себе я помогу».

**ЦЕЛЬ ПРОЕКТА.**

формирование осознанного отношения к своему здоровью, потребности к здоровому образу жизни и обеспечение максимальной активности детей в преобладающем самостоятельном процессе сознания.

**ЗАДАЧИ ПРОЕКТА.**

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью

- формировать навыки здорового образа жизни;

- дать представление о значении для здоровья человека витаминов и физической культуры;

- создать условия для накопления материала и оформления полученной детьми информации;

- привлечь родителей к решению поставленных задач;

- проведение спортивного праздника совместно с родителями.

**ВИД ПРОЕКТА:** информационно-творческий, коллективный.

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:** краткосрочный (1 неделя)

**УЧАСТНИКИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:** педагоги, дети второй младшей группы, родители

**Этапы проекта:** подготовительный, основной, заключительный.

Физкультурное развлечение совместно с родителями «Мы со спортом крепко дружим!»

***Содержание***

1. Актуальность, цель и задачи.
2. План реализации проекта с дошкольниками.
3. План реализации проекта с родителями. Ожидаемый результат.
4. Приложение №1. Технологические карты ООД в средней группе Образовательная область: «Художественно-эстетическое развитие» Рисование, аппликация, лепка. Рисование «Натюрморт». Аппликация «Компот из смородины и яблок». Лепка «Яблоки и ягоды».
5. Приложение №2. Беседы о здоровье: «Правила личной гигиены», «Таблетки растут на грядке», «Полезная и вредная пища».
6. Приложение №3. Сюжетно – ролевые игры: «Игрушки у врача», «Мы- спортсмены»
7. Приложение №4. Загадки о видах спорта, пословицы, поговорки о здоровье.
8. Приложение №5. Конспект физкультурного развлечения совместно с детьми и родителями «Мы со спортом крепко дружим!»
9. Приложение №6. Консультации для родителей: «Витамины для детей», «Помогите ребенку  укрепить  здоровье!»
10. Приложение №7. Памятка для родителей «Как защитить ребёнка от гриппа!»
11. Фотоальбом.

***План реализации проекта с дошкольниками***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *№п/п* | *Содержание* | | *Сроки* | *Ответственный* |
| Подготовительный | | | | |
| 1.  2.  3.  4. | Разработка плана реализации проекта с детьми  Сбор и анализ литературы  Оформление картотеки игр  Подбор материала | | в течение недели | воспитатель |
| Основной | | | | |
| 1.  2.  3. | Чтение художественной литературы:  К. Чуковский «Доктор Айболит»  Сюжетно – ролевые игры: «Игрушки у врача» (Приложение №3)  Дидактические игры: «Полезная и вредная еда» | | понедельник | воспитатель  дети родители |
| 1.  2.  3.  4. | Просмотр м\ф: «Мойдодыр»  Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр»  Дидактические игры: «Витаминное дерево»  Беседа №1: «Правила личной гигиены» (Приложение №2) | | вторник | воспитатель |
| 1.  2.  3. | Беседа №2: «Таблетки растут на грядке» (Приложение №2)  Чтение художественной литературы:  Ю. Тувим «Овощи»  ООД рисование.  «Натюрморт» (Приложение №1) | | среда | воспитатель |
| 1.  2.  3.  4.  5. | Беседа №3: «Полезная и вредная пища» (Приложение №2)  ООД аппликация: «Компот из смородины и яблок» (Приложение №1)  Чтение художественной литературы:  А. Барто «Девочка чумазая»  Просмотр презентаций: «Витамины»  Дидактические игры: «Сундучок здоровья» | | четверг | воспитатель |
| 1.  2.  3. | Чтение художественной литературы: А. Барто «Я расту».  Сюжетно – ролевые игры: «Мы- спортсмены» (Приложение №3)  ООД лепка: «Яблоки и ягоды» (Приложение №1) | | пятница | воспитатель |
|  | Загадки о видах спорта, пословицы, поговорки, потешки, заучивание стихотворений о здоровье. (Приложение №4) | | в течение  недели | воспитатель  родители  дети |
| Заключительный | | | | |
| 1. | Физкультурное развлечение совместно с детьми и родителями «Мы со спортом крепко дружим!»  (Приложение №5) | пятница | | воспитатель |

***План реализации проекта с родителями***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№п/п*** | ***Содержание*** | ***Сроки*** | ***Ответствен ный*** |
| **Подготовительный** | | | |
| 1.  2. | Оформление папок – передвижек для родителей по теме проекта  Подборка литературы | в течение недели | воспитатель |
| Основной | | | |
| 1.  2. | Чтение художественной литературы с детьми о здоровье.  Консультации для родителей: «Витамины для детей» (Приложение №7) | понедельник | воспитатель  родитель |
| 1. | Стенгазета «Наши дети спортсмены». (Фотоальбом) | четверг | воспитатель |
| 1.  2. | Памятка для родителей «Как защитить ребёнка от гриппа!» (Приложение № 8)  Консультации для родителей: «Помогите ребенку  укрепить  здоровье!» (Приложение №7) | пятница | воспитатель |
| 1. | Загадки видах спорта, пословицы, поговорки, потешки, заучивание стихотворений о здоровье. (Приложение №4) | в течение недели | воспитатель родители |
| Заключительный | | | |
| 1.  2. | Организация выставки детских работ: рисунков, аппликаций, лепки.  Физкультурное развлечение совместно с родителями «Мы со спортом крепко дружим!» | четверг  пятница | воспитатель родители  дети |

**Ожидаемый результат**:

- Изготовление и пополнение картотеки игр.

- тематический альбом «Витаминная корзина!»

**У детей должны сформироваться следующие представления:**

* что такое здоровье и как его сберечь;
* что такое режим, гигиена;
* о самых значимых витаминах, в чём они содержаться и как влияют на здоровье;
* о том, что есть полезные и неполезные продукты, какие они;
* что такое микробы и вирусы;
* какие бывают болезни, что их вызывает;
* правила оказания первой помощи.