Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

«Сузунский детский сад №1»

Проект

**«В здоровом теле - здоровый дух.»**



Подготовили:

Воспитатели первой квалификационной категории Славкина И. Н, Воробьева С.А.

Название проекта: «В здоровом теле - здоровый дух»

Продолжительность проекта: краткосрочный (с 5.02.по .16.02.2018год)

Тип проекта: познавательный - оздоровительный.

Возраст детей: 5-6лет.

Участники проекта: дети, воспитатели, родители.

Проблема:-  является, недостаточная осведомленность родителей о важности физического развития, а также укрепления здоровья ребенка и приобщения его к здоровому образу жизни.

Актуальность проекта: В настоящее время одной из главных задач в ДОУ является сохранение и укрепление здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Здоровый образ жизни – это очень важное звено в жизни человека. Поэтому необходимо в семье и детском саду помочь ребенку понять ценность своего здоровья. Для этого следует расширить, обогатить знания взрослых и детей, научить их применять в жизни.

**Цель**: повышать уровень знаний детей и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни, формировать привычки к здоровому образу жизни, сохранять и укреплять здоровье детей.

**Задачи:**

1. Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.

2. Знакомить родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома (через консультации, папки – передвижки).

3. Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания и их полезных свойствах.

4. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы.

**Ожидаемый результат.**

У детей сформируется представление о здоровом образе жизни;

Повысится интерес детей к физкультурным занятиям и спорту;

У родителей расширятся знания о здоровом образе жизни, о здороровьесберегающих технологиях, применяемых в детском саду;

Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад».

**1этап - подготовительный этап**:

1. Подбор детской художественной литературы для чтения детям, заучивания стихотворений , пословиц и поговорок на тему к «Здоровый образ жизни» иллюстративный материал.

2.Подготовка атрибутов для игр.

3.Подготовка консультаций и стендового материала для родителей.

4.Составление перспективного плана основного этапа.

5.Беседы с детьми о здоровом образе жизни.

**2 этап - Практический (реализация проекта)**

1. Проведение бесед с детьми.

2.Проведение подвижных, дидактических, сюжетно-ролевых игр.

3.Чтение художественной литературы детям (заучивание стихов, загадывание загадок по теме), оформление фотогазеты «В здоровом теле-здоровый дух». Рассматривание картин, выставка рисунков «Папа, мама, я - здоровая семья».

4.Разучивание подвижных хороводных игр для совместного проведения их с родителями.

**Основной этап:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Образовательная область** | **Виды детской деятельности** |
| Познавательное развитие | Познавательные беседы с детьми: **"Здоровая пища",** "Чистота — залог **здоровья**", "Мой режим дня", "Закаляйся, если хочешь быть **здоров**", "Солнце, воздух и вода **наши лучшие друзья"**,   «Полезные и вредные продукты», «Зачем мыть руки после прогулки», «Средства личной гигиены», «Чтобы быть здоровыми…»; «Для чего нужны глаза, зубы, язык, нос, уши?»;  Дидактические игры: «Снаряди спортсмена», Лото «Спорт», «Полезные витамины», «Валеология: Здоровый малыш», «Режим дня».  Спортивная викторина, викторина «Здоровый образ жизни»  просмотр мультфильмов «Азбука здоровья» |
| Речевое развитие | Рассматривание с детьми демонстративного материала по теме «Чтоб быть здоровым.»  Чтение художественной литературы:  М. Дружинина "Что такое здравствуй?"; В. Бондаренко "Где здоровье медвежье"**;**  С. Афонькин "Как победить простуду? ", "Откуда берется болезнь?", "Как стать сильным?", "Зачем делать зарядку? "  стихотворения о зарядке Г. Граубин, Л. Мезинов, Г. Сапгир;  Н. Коростелев "Ласковое солнце", "Свежий воздух", "Босиком! Босиком!";  И. Демьянов "Замарашка";Р. Сеф "Мыло"; Э. Мошковская "Уши","Носумойся";О. Нэш "Микроб";К. Чуковский "Мойдодыр"; З. Александрова "Вкусная каша"  И. Токмакова *«Мне грустно – я лежу больной»*; Михалков С. *«Про девочку, которая плохо кушала»*;  Пословицы и поговорки о здоровом образе жизни.  Заучивание потешки для умывания Нос умойся! «Водичка, водичка…».По мнемотаблице.  Загадки. |
| Социально-коммуникативное развитие | Сюжетно-ролевые игры:  «Собираемся на прогулку»,  «Путешествие с Доктором Айболитом»,   «Катя заболела» |
| Художественно-эстетическое развитие | Рисование «Папа, мама, я - здоровая семья».  раскрашивание раскрасок на тему «Спорт здоровый образ жизни»  Лепка «Витамины»  Аппликация « Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»**.**  Музыка (разучивание движение для зарядки «Солнышко лучистое»), прослушивание песни «Физкульт-Ура» Ю. Чичков. |
| Физическое развитие | Разучивание пальчиковых игр;  **Ежедневное выполнение:**   * Комплекс утренней гимнастики; * Гимнастика для глаз; * Дыхательная гимнастика; * Физкультминутки; * Прогулки на свежем воздухе; * Полоскание рта после приема пищи; * Солевое закаливание, хождение по дорожкам здоровья; * Гимнастика после сна в кроватях.   Подвижные игры: «Жмурки»,  «Попади в корзину» , «Поймай мяч», «Кто больше соберет фруктов», «Гуси –лебеди», «Замри», «Из круга вышибало», «Кошки мышки», «Иммунитет», «Найди на ощупь названную часть тела», и т.д. |

**Взаимодействие с родителями:**

- беседы с детьми дома на темы: Зачем человек ест?», «Какая пища полезней» и т.д.

- выставка фотографий «В здоровом теле –здоровый дух».

**-** папка-передвижка: «Здоровый образ жизни ваших детей», «Живые витамины», «Бережём своё здоровье».

**3 этап - Заключительный (результаты)**

Стенгазета «В здоровом теле - здоровый дух ».

Детско- родительское спортивное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»;

Презентация проекта.

Результат проекта:

В ходе проекта дети стали больше знать о витаминах и продуктах питания и их полезных свойствах, а также сформировалось представление о здоровом образе жизни. У воспитанников повысился интерес к физкультурным занятиям и спорту. Родители познакомились с методами оздоровления детей в детском саду, а также приняли активное участие в развлечение «В здоровом теле- здоровый дух».

**Итог проекта:**

**Стенгазета «В здоровом теле - здоровый дух ».**



**Детско- родительское спортивное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»;**

 

 

