

**Краткосрочный проект
на тему:
«Быть здоровым – здорово!»**



Подготовила: воспитатель
Мельник Елена Васильевна

Актуальность

Одной из актуальнейших на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья детей. За последние десятилетия состояние здоровья воспитанников значительно ухудшилось так, как многие родители не соблюдают режим дня, питания ребенка, не поддерживают достаточную двигательную активность и, в целом, невнимательно относятся к здоровому образу жизни в семье. Сохранение и укрепление здоровья детей превращается в первоочередную социальную проблему.

Очень важным являются формирование у детей дошкольного возраста привычки и потребности в здоровом образе жизни и заинтересованность родителей в укреплении здорового образа жизни в семье.

Паспорт проекта

Образовательная область: физическое, художественно-эстетическое развитие.

Классификация проекта: информационно-практико-ориентированный;

по составу участников: фронтальный;

по длительности: краткосрочный.

Срок реализации: октябрь 2022 года

Место реализации: МБДОУ «Детский сад № 18 «Мишутка»

Участники проекта: воспитанники старшей группы, родители, воспитатели, педагог-психолог.

Цель и задачи проекта

Цель проекта – создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни.

Задачи проекта:

Для детей:

1. Обогащать и закрепить знания о здоровом образе жизни, здоровом питании, о пользе физических упражнений и спорта в жизни человека.
2. Воспитывать у детей потребность вести здоровый образ жизни.

3. Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, навыки сотрудничества через эстетический и нравственный опыт участия в спортивных мероприятиях.

4. Воспитывать у детей целеустремленность, организованность, трудолюбие, инициативность.

Для родителей:

Развивать творческие и физические способности детей в спортивной деятельности, формировать активную позицию в сохранении и укреплении здоровья детей.

Для педагогов:

Систематизировать знания о здоровьесберегающих технологиях, обменяться опытом.

Обновить наглядный, информационный, дидактический материал, обогатить предметно-развивающую среду в рамках данной темы.

Ожидаемые результаты

- формирование интереса дошкольников к спортивной деятельности, вызвать желание участвовать в постановке спектаклей;
- овладение навыками сохранения и укрепления здоровья, приобретение привычки к ЗОЖ;
- воспитание чувств доброжелательности, отзывчивости, целеустремленности, трудолюбия;
- установление продуктивной взаимосвязи между родителями и педагогами в вопросах оздоровления детей.

Материалы

- 1) дидактические: картотеки подвижных, пальчиковых и дидактических игр, пантомимических и имитационных этюдов; иллюстрации, аудиосказки, выставка книг о здоровье, питании, спорте (для уголка чтения), музыкальное сопровождение;

2) музыкальное сопровождение: диск с музыкой для ритмической гимнастики и песни «От носика до хвостика», диск с релаксационной музыкой.

Оборудование

1) техническое: фотоаппарат, магнитофон, проектор;

2) спортивное: обручи, мячи, фрукты, овощи по количеству участников, 8 обручей, 2 флажка - ориентира, 2 ведра, 2 корзины.

Форма презентации

Организация для детей и родителей спортивного развлечения.

План реализации проекта:

Этапы	Формы работы	Выход
1.Подготови- тельный	Составление плана работы, подготовка практического материала: наглядно-дидактических пособий, иллюстраций, аудио материалов, подбор библиотеки, оформление уголка чтения «Здоровье всему голова», оформление уголка для родителей по теме: консультационный материал, советы, рекомендации, объявления, проведение родительского собрания «Будь здоров на сто годов», анкетирование родителей «Здоровье вашей семьи»	Конспекты занятий, консультации, наглядно-иллюстрированный материал, разрезные картинки, картотеки дидактических, пальчиковых, подвижных игр, пантомимических и имитационных этюдов
2. Основной	Совместная деятельность взрослых и детей: - фронтальные занятия; - прослушивание литературных произведений; - рассматривание иллюстраций; - дидактические, пальчиковые, подвижные игры; - пантомимические и имитационные этюды; - семейное словотворчество, совместно-продуктивное творчество (выставки рисунков, фоторабот, изготовление книг, атрибутов к развлечению)	1. «Книга о вкусной и здоровой пище»; Выставки: - фоторабот «Вкусно и полезно»; - фотогазет «Спортивный портрет нашей семьи». 2. Фоторепортаж «Со спортом дружить, здоровьем дорожить» 3. Наполнение предметно-развивающей среды атрибутами к развлечению.
3. Заключи- тельный	Спортивное развлечение (совместно с родителями)	Рефлексия (самоанализ)

Перспективный план работы с детьми

№ п/п	Тема	Задачи	Формы работы	Сроки
1.	Хорошо быть здоровым!	- формировать представления детей о здоровье; - расширять представления о том, что полезно и вредно для здоровья; - воспитывать положительные нравственные идеалы; - развитие творческого воображения, памяти, наглядного мышления, внимания.	1. НОД: «Я здоровье берегу» 2. НОД: изо «Здоровыми мы быть хотим» 3. Совместная деятельность педагога-психолога: «Мое психологическое здоровье» 4. Физкультминутка «Если хочешь быть здоров - закаляйся!» 5. Дидактические игры: «Хорошо и плохо», «На зарядку становись», «Разложи картинки по порядку» 6. Пальчиковая гимнастика «Если хочешь быть здоров - закаляйся!» 7. Подвижная игра «Быстрее по местам», «Найди себе пару» 8. Сюжетно-ролевая игра «Больница» 9. Беседы: «Правила личной гигиены», «Чистота – залог здоровья», «Что случилось бы, если...» 10. Рассматривание уголка чтения «Здоровье всему голова» 11. Чтение: А.Барто «Мы с Тamarой санитары», С.Михалков «Не спать», К.Чуковский «Айболит» 12. Домашнее задание: нарисовать рисунок на тему «Любимая игра семьи»	2 неделя октября

2.	Здоровое питание	- формировать у детей понимание того, что здоровье зависит от правильного питания; - развитие творческого воображения, памяти, наглядного мышления, внимания; - совершенствовать артистические навыки; - воспитывать у детей потребность быть здоровым; - вызвать интерес к изобразительной деятельности.	1. НОД: «Разговор о здоровом питании» 2. НОД: аппликация «Витамины в корзинке» 3. Совместная деятельность педагога-психолога: «Питание – залог здоровья» 4. Имитационные этюды: «Голодный человек», «Сытый человек», «Робин Бобин Барабек» 5. Подвижная игра «Закидаем микроба витаминами» 6. Дидактические игры: «Съедобное – не съедобное», «Я загадаю, ты отгадай», «Где живет витаминка?» 7. Пальчиковая гимнастика «Витаминная корзинка» 8. Физкультминутка «Витаминная корзинка» 9. Сюжетно-ролевая игра «Покупаем полезные продукты» 10. Рассматривание иллюстраций 11. Чтение: В.Драгунский «Все тайное становится явным», Ю. Тувим «Овощи», К. Чуковский «Федорино горе» 12. Участие в подготовке книги «О вкусной и здоровой пище» – совместная деятельность детей и родителей	3 неделя октября
3.	Спорт	- продолжать знакомить с многообразием видов спорта;	1. НОД: «Спорт – это здоровье» 2. НОД: лепка «Мой любимый вид спорта»	4 неделя октября

		- обогащать словарь детей, совершенствовать диалогическую речь; - учить детей имитировать характерные движения спортсменов; - развитие творческого воображения, памяти, наглядного мышления, внимания.	3. Совместная деятельность педагога-психолога: «Веселые спортсмены» 4. Рассматривание страниц и создание книги «О вкусной и здоровой пище» 5. Физкультминутка «Спортсмены» 6. Подвижная игра «Воевода», «Мы веселые ребята» 7. Пальчиковая игра «Лыжники» 8. Дидактические игры «Найди пару», «Сложи картинку», «Спортивный инвентарь» 9. Беседы: «Кто день начинает с зарядки, у того дела в порядке!», «Правильная осанка», «Как дома мы занимаемся спортом» 10. Имитационные этюды «Угадай вид спорта» 11. Сюжетно-ролевая игра «Семейный поход на стадион» 12. Чтение: Т.А. Шорыгина «Зарядка и простуда», «Волшебный морж», «Спаси Веронику», стихи, загадки 13. Семейное творчество: фотогазета «Спортивный портрет нашей семьи» – совместная деятельность детей и родителей 14. Проведение викторины «Мы любим спорт» 15. Проведение спортивного развлечения	
--	--	--	--	--

Перспективный план работы с родителями

№ п/п	Формы работы	Тема	Сроки
1.	Анкетирование Родительское собрание	«Здоровье вашей семьи» «Будь здоров на сто годов»	Предв. работа
2.	Наглядная агитация «Уголок здоровья» Конкурс творческих работ – совместная деятельность детей и родителей	«Современные здоровье сберегающие технологии» «Любимая игра семьи»	1 неделя проекта
3.	Консультация – рекомендация на информационном стенде Выставка фоторабот Создание книги – совместная деятельность детей и родителей	«Кормите ребенка правильно!» «Вкусно и полезно» «Книга о вкусной и здоровой пище»	2 неделя проекта
4.	Участие в подготовке выставки фотогазет – совместная деятельность детей и родителей Наглядная агитация «Уголок здоровья» Фоторепортаж Спортивное развлечение (совместно с детьми)	«Спортивный портрет нашей семьи» «Вредные привычки» «Со спортом дружить, здоровьем дорожить» «День здоровья»	3 неделя проекта

Перспективный план работы с педагогами

№ п/п	Формы работы	Тема	Сроки
1.	Оформление картотеки	«Подвижные, пальчиковые и дидактические игры»	
2.	Консультация	«Совместная деятельность с семьей в ДОУ по формированию здорового образа жизни»	
3.	Презентация	«Соблюдение режима дня в ДОУ – залог здоровья воспитанников»	
4.	Буклет	«Здоровьесберегающие технологии в помощь родителям»	

Список литературы:

1. <https://osip-dcrr.schools.by/pages/didakticheskie-igry-po-fizicheskomu-vospitaniju-doshkolnikov>
2. <http://grow-clever.com/wp-content/uploads/2016/09/vitamin.pdf>
3. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. – М.: ТЦ Сфера, 2003. - 88 с.
4. Елисейкин, А.Г. Спорт. Характер. Честь./ А.Г. Елисейкин. – М.;Изд-во Просвещение, 1994- 144с.
5. Здоровье на «отлично»! Самоучитель по укреплению здоровья для детей. – М.; Изд-во РИПОЛ КЛАССИК, 2002. – 320 с.
6. Куценко, Г.И. Книга о здоровом образе жизни./ Г.И.Куценко – М.; Изд-во Профиздат, 1997- 256с.
7. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – М.: Мозаика Синтез, 2014 – 368 с.
8. Чистякова, М. И. Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова.2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с: ил.