

## **Проект: «Я здоровье берегу»**

Подготовила воспитатель Голубева Г.В.

### **Актуальность.**

Актуальность темы здорового образа жизни в наши дни очевидна. Здоровье – это основное наше богатство, которое необходимо беречь и сохранять. Поэтому сегодня наблюдается особый интерес к физическому воспитанию и пропаганде здорового образа жизни. Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни остаются первостепенной задачей. Здоровье ребенка зависит не только от полноценного физического развития и воспитания в детском саду, а также от условий жизни в семье, так как семья – это среда, где формируется здоровье ребенка и закладывается в его сознании основа к постоянному стремлению к здоровью. Одним из важных аспектов реализации программ по здоровью – сбережению детей является совместная работа ДООУ и семьи.

Цель проекта : Воспитание культурно – гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, развитие интереса к физической культуре и спорту.

Задачи проекта :

1. Сформировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни.
2. Умение отражать впечатления в продуктивных видах деятельности.
3. Творчество в проявлении заботы к своему здоровью.
4. Ценностное отношение к своему организму.

### **Реализация принципа**

интеграции через систему задач

Речевое развитие - развивать разговорную речь и коммуникативные навыки;

Познавательное развитие - Расширять и обогащать знания детей о здоровье в ходе наблюдений, экспериментирования.

Социально- коммуникативное развитие - развивать эмоциональную отзывчивость, доброжелательность.

-Расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире.

Художественно-эстетическое развитие - Формировать умение передавать в изобразительной деятельности виды спорта по образцу и по собственному замыслу рисовать на тему здоровья.

Физическое развитие - формировать представление о здоровье и здоровом образе жизни»;

- продолжать воспитывать желание заботиться о своем здоровье;

**Участники проекта :** дети подготовительной группы, родители, сотрудники детского сада.

**По доминирующему методу:** оздоровительно-познавательный

**По характеру содержания:** ребенок и социальное окружение

**По количеству участников:** групповой

**По продолжительности:** 1 неделя.

## **ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ**

### **Понедельник.**

Беседа: «Что нужно делать для того, чтобы быть здоровым?»

Дидактическая игра: «Чтобы быть здоровым, я буду...»,

Рассматривание картин о видах спорта, закаливания.

Чтение произведения А. Барто «Мама – болельщица»

Опыт: «Это что за невидимка?»

### **Вторник.**

Разгадывание загадок о спорте, здоровье.

Беседа на тему: «Кто такие спортсмены?»

Чтение произведения А. Барто «На зарядку»

Дидактическая игра : «Одень спортсмена»

Рисование: «Если бы я был спортсменом...»

Разучивание пословиц и поговорок о здоровье.

### **Среда.**

Беседа с медицинским работником о вредных привычках.

Лепка: «Лыжники»

Чтение произведения С. Михалкова «Тридцать шесть и пять»,

Дидактическая игра: «Что нам нужно для здоровья»

Разучивание стихов Льва Кривитко «Лыжники»

Просмотр мультфильмов ЛУНТИК «Каша», «Лук».

### **Четверг.**

Беседа на тему: «О полезной пище»

Стенгазета: «Дед здоров».

Чтение произведения С. Михалкова «Прививка»

Дидактическая игра: «Витамины»

Собираем пазлы на спортивную тематику

### **Пятница.**

Выставка рисунков с родителями: «Путешествие в страну здоровья».

Беседа: «Что такое закаливание? Как можно закаляться?»

Опыт: «Как определить, жирная ли пища?»

Просмотр мультфильмов «Смешарики» : «Горы и конфеты», «Бутерброд»

Итоговое мероприятие:

«Веселые старты».