

Краткосрочный проект «Мы здоровье сэкономим» для детей старшей группы

Пояснительная записка

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

Цель проекта:

Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи проекта:

- Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

Предполагаемые результаты:

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
2. Сформированность гигиенической культуры;
3. Улучшение соматических показателей здоровья;
4. Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Реализация проекта: с 1-5 октября

Тип проекта: краткосрочный;

Участники проекта: воспитатели, дети.

№	Мероприятия
1	Утренняя гимнастика, гимнастика после сна, дорожка «здоровья», воздушные ванны, закаливание (умывание прохладной водой), физкультминутка
2	Беседа «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!», «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!», «Беседа о здоровье, о чистоте», Задачи: закрепление знаний детей о культуре гигиены; формирование положительного отношения к здоровому образу жизни Продолжать знакомить детей с фруктами и овощами, побуждать различать их по форме, размеру, фактуре. Сообщить детям, что есть фрукты и овощи полезно для здоровья, потому что в них живут маленькие шарики (витамины, но нужно не забывать мыть их перед едой)
3	Лепка «Фрукты и овощи» Рисование «Консервируем фрукты» Задачи: напомнить детям, что в овощах и фруктах содержатся полезные для здоровья витамины.
4	Сюжетно – ролевая игра «Поликлиника», «Аптека»; Задачи: прививать детям интерес к ролевым играм, сообщить детям, что посещать доктора важно, рассказать о важности прививок
5	Чтение худ. литературы К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе»; «Айболит» А.Барто «Девочка чумазая» Задачи: Развитие эмоционального отношения к героям сказки, к произведению в целом; формировать потребность в соблюдении навыков гигиены; дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;
6	Заучивание пословиц, поговорок о здоровье
7	Просмотр мультфильма: «Мойдодыр»
8	Консультация для родителей «Здоровье ребенка в наших руках», «Лук от семи недугов», «Правильное питание». Задачи: 1) дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т.д.; 2) способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;

	3) заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.
9	Рассматривание иллюстраций в тематических папках «Овощи, фрукты», «Продукты питания», «Умывальные принадлежности» . Задачи: Закреплять навыки умывания, способствовать выполнению навыка сознательно и с удовольствием выполнять правила умывания, Закреплять навык мыть руки перед едой, приходя с прогулки.
10	Спортивное развлечение « Мы здоровье сбережём»

Коммуникативная деятельность

Беседа:

Беседа

«Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!»,

«Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!»,

«Беседа о здоровье, о чистоте»,

Чтение художественной литературы:

Чтение худ. литературы К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе»;

«Айболит»

А.Барто «Девочка чумазая»

Продуктивная деятельность.

Рисование:

- «Натюрморт. Ваза с овощи»

- «Консервируем фрукты»

- Лепка:

- «Фрукты и овощи»

Обводки, шнуровки, раскраски, штриховки по теме проекта.

Игровая деятельность.

Дидактические игры и упражнения:

- «Сварим суп из овощей»;

- «Вершки – корешки»;

- «Угадай на ощупь»;

- «Волшебный мешочек»;

- «Фруктовое домино»;

- «Вкусно или полезно?»;

- «Найди лишнее»

- «Что в корзинку мы возьмем?»

Развивающие игры:

- «Овощи и фрукты» (домино).

Сюжетно-ролевые игры :

- «Аптека» (полезные продукты).

- «Поликлиника» (карточки) (витамины и профилактика болезней)

Двигательная деятельность

Игры соревнования:

- «Овощи и фрукты»;
- «Вершки и корешки»;
- «Кто быстрее соберёт яблоки, картошку?»

Развлечения:

- Просмотр мультфильма «Мойдодыр»;
- «Мы здоровье сбережём»

3 этап - заключительный:

Продуктивная деятельность детей:

- НОД Викторина «Знатоки витаминов»
- выставка работ детей «Витаминная банка».
- Развлечение.

Выводы:

- у детей сформированы представления об овощах, фруктах и ягодах, о пользе их для здоровья человека;
- дети классифицируют витамины, содержащиеся в продуктах.

Папки-передвижки в родительский уголок: «Витамины для здоровья».

Консультация для родителей: «Здоровье ребенка в наших руках», «Лук от семи недугов», «Правильное питание».