

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 426**

620010, г. Екатеринбург, ул. Бородина, 7а

тел. (343) 258-53-70

эл.почта: mdou426bk.ru

Мы за здоровый образ жизни!

Проект

Пьянкова Светлана Александровна

Екатеринбург

Общие сведения о проекте

По количеству участников: групповой

По продолжительности: краткосрочный (1 неделя)

Вид проектной деятельности: познавательно-игровой

Участники проекта: родители, дети, педагоги

Актуальность.

Здоровье – это один из важнейших факторов в нашей жизни! Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью. На данный момент общество сталкивается с проблемой ухудшения состояния здоровья детей, но также прослеживается зависимость образа жизни и здоровья человека. Это говорит о том, что каждый человек должен внимательно следить за своим здоровьем, начиная с ранних лет.

В данном проекте будут принимать участие не только дети, а также смогут задумать о своем здоровье и образе жизни родители воспитанников. Вместе с участниками процесса мы будем формировать ориентиры в выборе здорового образа жизни, учить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознавать ответственность за свое здоровье.

Целью данного проекта является формирование навыков и привычек здорового образа жизни, сознательного отношения к здоровью в семье и в ДОО.

Задачи:

- 1) Расширить представления детей о собственном теле, о различных видах спорта, о питании и его значимости для собственного организма;
- 2) Повышать интерес детей к данной теме и формировать привычки здорового образа жизни, прививать культурно - гигиенических навыки.
- 3) Способствовать укреплению здоровья через систему оздоровительных мероприятий;
- 4) Повышать педагогическую компетентность родителей по укреплению здоровья ребенка.

Ожидаемый результат:

- 1) Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни у детей и родителей воспитанников;

2) Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы;

3) Создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;

Этапы реализации проекта

1) Подготовительный этап:

Проведение анкетирования родителей на тему: «Здоровый образ жизни в вашей семье»;

Подбор материалов: выбор литературы, игр и упражнений, фотографий;

Обсуждение проекта с педагогическим коллективом, выявление состояния работы по здоровьесбережению детей;

Проведение беседы с детьми для выявления уровня знаний по теме;

Разработка плана проекта, распределение обязанностей между педагогами, определение времени проведения мероприятий;

Оформление родительского уголка (стенды и статьи по теме проекта).

2) Практический этап:

Проведение с детьми беседы на тему: «Здоровый образ жизни», показ мультфильма на данную тему. Продуктивная деятельность с детьми: лепка «Фрукты – наши витамины».

Консультация для родителей «Спорт для всей семьи»;

Проведения беседы с детьми на тему: «Спорт – залог здоровья!». Оформление стенгазеты вместе с детьми.

Проведение занятий по физическому развитию, утренняя гимнастика, пальчиковая и дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, релаксация, проведение подвижных игр на прогулке («Самолёты», «Бездомный заяц» и т. д).

Чтение литературы и ее обсуждение (С. Афонькин «Откуда берётся болезнь?», К. Чуковский «Мойдодыр», "Вовкина победа" А. Кутафин).

Закаливающие мероприятия: умывание контрастной водой, хождение босиком по коврикам - массажерам;

Беседа-игра, включающая прибаутки, потешки, используемые при мытье рук, умывании.

Выставка работ детей и стенгазеты.

Презентация продукта в форме совместного квеста с детьми и родителями.

3) Заключительный этап:

Проведение итогового собрания с родителями по теме «Что дал проект «Здоровый образ жизни» моему ребенку».

Анализ проделанной работы.