# Методическая разработка детского проекта«Я хочу здоровым быть».

Проект разработала и провела
воспитатель Л.В.Заева

*Актуальность.* Средства массовой информации, интернетисточники забивают сознание родителей о способах сохранения здоровья. К сожалению, такой подход не всегда имеет положительные результаты. Свои псевдознания молодые родители применяют на своих детях. Дошкольные учреждения призваны осуществлять работу по здоровьесбережению среди воспитанников, их родителей и педагогов. Но в последнее время такая работа заключается в использовании нетрадиционных форм проведения занятий, родительских собраний, педагогических советов. Практика показывает, что знания о здоровье и здоровом образе жизни у участников педагогического процесса довольно таки поверхностны. По нашему мнению это происходит из-за того, что во многих дошкольных учреждениях ослабло внимание к валеологическому воспитанию – воспитанию потребности вести здоровый образ жизни.

*Проблема:* как помочь родителям выбрать правильные и действенные здоровьесберегающие методы развития детей.

*Тип проекта*: краткосрочный, практико – ориентированный.

*Цель* (для педагогов): ведение просветительско – оздоровительной работы в ДОУ через здоровьесберегающие технологии и здоровьеукрепляющие приёмы в воспитательно – оздоровительном процессе.

*Цель* (для воспитанников): сбор информации о способах укрепления здоровья.

*Задачи:*

- обогащать знания о развитии и строении организма;
- формировать стремление и желание заботиться о своём теле и здоровье;
- знакомить с правилами оказания помощи при ссадинах, укусах насекомых, при получении теплового удара или обморожении;
- формировать умение распознавать эмоциональные состояния своих сверстников, родственников;
- продолжать формирование правильного поведенческого выбора в экстремальных ситуациях;
- формировать навыки поведения за столом и выбора полезных продуктов.

*Предполагаемые результаты.*

*Для педагогов*: проведена просветительская работа по ознакомлению со здоровьесберегающими технологиями среди родителей и воспитанниками.

*Для родителей:* сформировано желание вести здоровый образ жизни.

*Для детей:* сформированы потребности в заботе о своём организме, в оказании помощи сверстникам при негативных эмоциональных состояниях, в желании узнавать способы сохранения собственного здоровья, подготовлены выступления по исследованной теме.

***План проекта.***

| День недели | Тема | Формы работы |
|---|---|---|
| понедельник | Я хочу здоровым быть | Беседы: «Что такое здоровый образ жизни», «Строение тела человека».<br>Д/и «Советы Айболита», «Хорошо и плохо».<br>Занятие по игроритмике «Музыкальная зарядка»<br>Чтение художественной литературы.<br>Составление рассказа о своем здоровье с использованием мнемотаблиц |
| вторник | Органы чувств | Рассуждения «Что я чувствую, когда…»<br>Гимнастика для глаз, дыхательные упражнения.<br>Д/и «Чудесный мешочек», «Что изменилось», «Ошибка художника», «Узнай по вкусу»<br>Рисование «Мой портрет», «Кого люблю, того рисую».<br>Экспериментальная деятельность: «Определи по запаху», «Звуки природы»<br>Сюжетно – ролевая игра «В поликлинике». |
| среда | Здоровое питание | Просмотр мультимедийной презентации «Здоровые продукты и их влияние на организм человека»<br>Д/и «Собери корзину», «Сварим борщ», «Четвертый лишний», «Можно и нельзя»<br>Игра – драматизация «Мы - поварята»<br>Чтение скороговорок<br>Музыкальная игра «Витаминки из корзинки» |
| четверг | Эмоции людей | Беседа «Мои эмоции»<br>Работа с пиктограммами «Чувства людей»<br>Решение проблемных ситуаций «Как улучшить настроение», «Какой подарок выбираю на день рождения другу»<br>Коммуникативные игры «Не сердись, улыбнись», «Здравствуй, друг»<br>Исполнение песни «Улыбка»<br>Подвижные игры «Мы – веселые ребята», «Помоги соседу»<br>Конструирование «Дом для друзей Чебурашки» |
| пятница | День презентаций | Выступления детей по исследованным темам.<br>Примерные темы для выступления: «Солнце, воздух и вода помогают нам всегда», «Влияние сна на здоровье», «Термическая обработка продуктов», «Оказание помощи при укусах насекомых», «У нас здоровая семья» и др. |