Государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области гимназия №1 города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области

Структурное подразделение «Детский сад «Ладушки»

***Творческий проект «Я и мое здоровье»***

Выполнила:

Туркина Татьяна Васильевна

2014г.

**Творческий проект «Я и мое здоровье»**

**Тип проекта:** информационно-творческий, краткосрочный.

**Участники проекта:** дети средней группы, воспитатели, родители.

**Актуальность проекта**

«Береги здоровье с молоду» – гласит народная пословица/

Формирование у дошкольников навыков и привычек здорового образа жизни является актуальной и значимой в современных условиях. С этой проблемой сталкиваются ежегодно в дошкольном учреждении: ослабленное здоровье детей, низкий уровень их физического развития и т.д. Фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве. Необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое развитие. А так же вести постоянный поиск новых форм взаимодействия с семьей воспитанников.

**Проблемный вопрос**: Как сохранить свое здоровье?

**Цель:**

Формирование у детей привычки здорового образа жизни в различных видах деятельности, взаимодействие с родителями в вопросах здоровосбережения.

**Задачи:**

* Формировать у детей разумное отношение к своему здоровью.
* Повышать интерес к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы.
* Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников

**Этапы:**

1- подготовительный - выявление проблемы, определение задач, изучение методической литературы

2- практический – организация деятельности по реализации проекта

3- результативный – изготовление стенгазеты совместного творчества воспитателей, детей, родителей; альбома «Юный эколог».

Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!»

**Ожидаемые результаты:**

1.Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

2.Получение детьми знаний о ЗОЖ.

3.У детей появилось желание сохранять и укреплять свое здоровье. 4.Снижение заболеваемости детей.

**Методы реализации проекта с детьми.**

**-практические**

Оздоровительная работа

Организация режима двигательной активности, обеспечивающего нормальную жизнедеятельность детей

Пальчиковые игры

Физкультминутка

Упражнения на дыхание

Артикуляционная гимнастика

Релаксационное упражнение

Дидактические игры

Сюжетно-ролевые игры

**-словесные**

Беседы

Чтение художественной литературы.

Заучивание стихотворений.

Консультации

Рассказывание

Инструкции

**-наглядные**

Организация выставок, конкурсов.

Сбор фотоматериала.

Рассматривание иллюстраций.

Информационно-агитационные стенды

Личный пример взрослых

Театрализованные представления

Просмотр видеоинформации

**Совместная деятельность взрослого и детей с учётом образовательных областей в ходе работы над проектом «Я И МОЁ ЗДОРОВЬЕ»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы работы с детьми** | **Задачи** |
| ***Познание развитие***  **НОД** с презентацией «Уроки Мойдодыра»;  НОД «Я и здоровье»;  беседа о продуктах питания;  показ презентации «Зимние виды спорта», беседа по содержанию.  **Беседы** «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «Правила гигиены», «Витамины полезны для здоровья» | -активизировать познавательный интерес детей в процессе исследовательской деятельности;  -продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены;  -расширять представления детей о пользе продуктов питания для разных органов и систем человека;  -совершенствовать знания детей о пользе для здоровья режима дня, физических упражнений и занятий спортом. |
| ***Речевое развитие***  **составление рассказов** об овощах и фруктах;  **составление с детьми творческих рассказов** на тему «Моя спортивная семья»;  **отгадывание и придумывание загадок** о видах спорта, предметах личной гигиены;  **ситуативные разговоры** «Мой режим дня», «Как я спортом занимаюсь», «Когда нужно умываться», «Колпинские чемпионы»;  **дидактические игры**: «Малыши-крепыши», «Подскажи словечко», «Четвёртый лишний», «Поварята», «Можно и нельзя»,  **мультимедиаигры** «Полезные продукты», «Загадки повара»;  **слушание аудиозаписей и чтение**:  К. Чуковский. «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»; А. Барто. «Девочка чумазая», «Я расту»; Г. Остер. «Вредные советы»; С. Михалков. «Как у нашей Любы», «Не спать!», «Про девочку, которая плохо кушала» русские народные , загадки, потешки, пословицы и поговорки о здоровье и продуктах питания | -развивать у детей творческое воображение, умение отвечать на вопросы полными распространёнными предложениями;  -активизировать и обогащать словарный запас детей за счёт введения слов, обозначающих названия зимних видов спорта и спортивного инвентаря, развивать связную речь;  -совершенствовать умение составлять описательные загадки;  -развивать фонематический слух, чувство ритма и рифмы;  -учить детей связному рассказу по опорным карточкам-символам с выделением существенных признаков;  -развивать умение задавать вопросы и давать на них развёрнутые ответы  расширять знания детей о необходимости содержать в чистоте своё тело, одежду, посуду, поддерживать порядок в помещении;  -учить оценивать поступки героев;  -воспитывать желание быть похожими на положительных персонажей, стремиться к тому, чтобы стать здоровыми и сильными |
| ***Социально- коммуникативное развитие*** **д/игры** «Оденем куклу на прогулку», «Узнай и назови овощи и фрукты»., «Угадай на вкус», «Назови правильно», «Таня простудилась», «Если кто-то заболел»;  **сюжетно-ролевые игры:** «Овощной магазин», «Поликлиника», «Больница», «Аптека», «Детский сад», «Семья»  «Кафе»;  знакомство с правилами обращения со спортивным инвентарём; закрепление правил безопасного поведения во время прогулок и при проведении физических упражнений (д/и «Опасно — безопасно», «Можно и нельзя») .**Беседа** «Осторожно - лекарство»;  **экскурсия** в медицинский кабинет детского сада. | -продолжать учить детей использовать в играх полученные знания о здоровом образе жизни, продуктах питания, режиме дня;  -учить детей творчески преобразовывать ход событий, вводить непредвиденные ситуации;  -воспитывать чувство сопереживания окружающим людям, желание им помочь |
| ***Художественное-эстетическое развитие***  рассматривание иллюстраций о спорте;  **лепка:** «Овощи и фрукты», «Угощение для зверят», «Олимпийские кольца»;  **рисование:** «Мы гуляем», «Спорт для всех полезен», «Зимние виды спорта», **аппликация:** «Быть здоровыми хотим»  **разучивание и пение** песен о спорте и, танцевальные импровизации | -    -развивать художественные навыки детей, умение соблюдать пропорции тела, изображать объекты в статическом состоянии и в движении;  -учить детей отражать в рисунках, лепке, аппликации впечатления, полученные в результате наблюдений за спортивными соревнованиями, играми, прогулками  -способствовать развитию у детей желания исполнять знакомые песенки и импровизации |
| ***Физическое развитие***  Комплексы ОРУ на неделю; закаливающие процедуры, динамические паузы с учётом индивидуальных возможностей детей; подвижные игры и эстафеты: «Ловишки», «Мышеловка», «Хитрая лиса», «Школа мяча», «Классы», «Удочка», «Дорожка препятствий», «Охотники и утки», «Попади в цель», ходьба на лыжах | -развивать у детей потребность в активной деятельности;  -совершенствовать координацию движений, умение согласовывать свои действия с действиями окружающих;  -знакомить детей с элементарными правилами командных спортивных игр;  -упражнять детей в ходьбе на лыжах |

**Решение поставленных задач с родителями**

* Консультации «Виды закаливания», «Физкультурное оборудование своими руками», «Жизнь без вредных привычек».
* Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребёнка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
* Наглядность в идее информационных папок «Народная мудрость гласит...»
* Помощь в составлении коллажа «Полезные и вредные продукты»
* Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!».
* Участие родителей в изготовлении физ. оборудования, стенгазеты «Жизнь без опасностей», альбома «Юный эколог».

**Результат проекта:**

Проект «Я и моё здоровье» разрешил проблему, реализовал поставленные задачи.

**Дети:**

- получили знания об основах здорового образа жизни;

- познакомились с зимними видами спорта;

- расширили представления о полезных для здоровья продуктах питания;

- приняли участие в изготовлении макета «Наша спортивная площадка»;

- приняли участие в спортивном досуге.

**Родители:**

- 91% родителей с огромным желанием приняли участие в спортивном развлечении;

-заинтересовались физ. оборудованием, изготовленного из бросового материала, выразили желание принять участие в его изготовлении для группы и дома;

- оформление родителями с детьми стенгазеты «Жизнь без опасностей», альбома «Юный эколог»;

- изготовлен стенд «Уголок Айболита».