***Познавательно-исследовательский краткосрочный проект:***

***«Хочу быть здоровым!»***

**Участники проекта**: воспитатели: Мирзоян Л.В., Васильева А.М.,

Муз. Руководитель: Лагутина В.О. дети старшей группы и их родители.

**Тип проекта**: познавательно-исследовательский; краткосрочный.

**Актуальность:** Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые**.**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны заложить в дошкольном детстве основы здорового образа жизни, используя различные формы работы.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. Быть здоровым – естественное стремление человека. Здоровьеозначает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие.

**Цель:** Формировать привычки здорового образа жизни, развивать познавательные и творческие способности детей старшей группы.

**Задачи:**

* Приобщить детей и их родителей к здоровому образу жизни.
* Формировать умение самовыражения, самопознания у воспитанников.
* Развивать желание у детей и родителей активно участвовать в жизни детского сада.

**Ожидаемые результаты:**

1. Расширение у детей представлений о здоровом образе жизни.

2. Дети познакомятся с литературными произведениями по теме проекта.

3. Узнают, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья.

4. Дети пополнят свои знания о правильном питании и его значимости для здоровья.

**Этапы реализации.**

**Подготовительный этап.**

1. Подборка методического и дидактического материала.

2. Подборка художественной литературы.

3. Оформление папок-передвижек для родителей по теме проекта.

4. Подбор пословиц, поговорок, загадок по теме проекта.

**Основной этап.**

1. Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни, организации активного отдыха в семье.

2. Игровая, элементарная  трудовая, изобразительная деятельность.

3. Беседы с детьми.

4. Организация двигательной деятельности.

5. Чтение художественной литературы.

6. Рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов.

**Заключительный этап.**

- спортивное развлечение;

- фоторепортаж «Мы за здоровый образ жизни»

- Витаминный шедевр.

**План**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дни недели** | **Форма работы** | **Цель** |
| Понедельник, 13.11.2023 | 1. Беседа: Может ли грязь на руках повлиять на наше здоровье?  2.Просмотр презентации «Предметы личной гигиены». | Формировать стремление к здоровому образу жизни, признание ребенком ценности здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.    Прививать детям санитарные гигиенические навыки, потребность быть здоровыми. |
| Вторник,  14.11.2023 | 1.Чтение:  К.Чуковский  «Мойдодыр»  2.С/р игра «Пункт медицинской помощи» | Формировать культурно-гигиенические навыки при ознакомлении с художественной литературой.  Прививать детям санитарные гигиенические навыки, потребность быть здоровыми. |
| Среда,  15.11.2023 | 1.Рисование «Продукты полезные и вредные для зубов»  2.Загадки о предметах личной гигиены.  3.Просмотр и анализ мультфильма «Королева Зубная щётка». | Формировать понятие о том, что здоровье зависит от правильного питания - еда должна быть не только вкусной, но и полезной.    Закрепить знания детей о предметах личной гигиены, их назначении.  Формировать умение получать информацию из разных источников. |
| Четверг,  16.11.2023 | 1.«Экскурсия в прачечную».  2. Чтение стихотворения «Мы за здоровый образ жизни в 21 веке» | Дать детям представление о труде работников прачечной; закреплять умение правильно называть трудовые действия и самостоятельно выполнять их; воспитывать интерес к труду и аккуратность.  Воспитывать у детей чувства необходимости ведения ЗОЖ,  заинтересованности в укрепление и сохранение своего здоровья. |
| Пятница,  17.11.2023 | 1.лепка «Мой футбольный мяч»  2.Д/и «Полезные продукты». | Учить передавать в лепке атрибут для игры футбол**;**оценивать свои работы.  Формировать знания у детей о полезной и неполезной пище**.** Развивать здоровые принципы питания. |
| Понедельник,  20.11.2023 | 1.П.И. «делай как я»  2.Д/и «Угадай по описанию». | Развивать внимание, умение внимательно слушать сигнал воспитателя. Закрепить умение быстро ориентироваться в пространстве.  Закреплять знания детей о фруктах и овощах , развивать образное мышление , память. |
| Вторник,  21.11.2023 | 1.П/и «Хитрая лиса».  2. Экскурсия в медицинский кабинет. | Воспитывать быстроту и ловкость.  Формировать у дошкольников элементарные представления о работе мед. сестры. |
| Среда,  22.11.2023 | 1.Флешмоб «Чистые руки»  2. Дыхательная гимнастика | Приучать к навыкам личной гигиены. И первый из этих навыков призывает мыть руки перед едой. И не только перед едой, а также после нее, после посещения туалета, улицы, общественного транспорта, контакта с домашними и тем более бродячими животными.  Укреплять физиологическое дыхание у детей. |
| Четверг, 23.11.2023  Пятница, 24.11.2023 | Консультация безопасность «Здоровый образ жизни - острые инфекционные заболевания»  Консультация безопасность «Здоровый образ жизни – вакцинация детей»  2.Спортивное развлечение «Физкульт- Ура!».  1.Фоторепортаж родителей «мы за здоровый образ жизни»  2. «Витаминный шедевр» | Формирование основ здорового образа жизни, развитие познавательных и творческих способностей детей.  Упражнять детей в беге в различных направлениях. Развивать внимание, умение внимательно слушать сигнал воспитателя. Закрепить умение быстро ориентироваться в пространстве, строиться в колонну.  В сотрудничестве с семьей воспитать жизнерадостного ребенка путем формирования у него осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.  Привлекать родителей дошкольников к жизни детского сада, сотрудничеству, совместному творчеству. |

**Работа с родителями**

1. Витаминный шедевр .
2. Фоторепортаж родителей «мы за здоровый образ жизни»
3. Консультация безопасность «Здоровый образ жизни - острые инфекционные заболевания»
4. Консультация безопасность «Здоровый образ жизни – вакцинация детей»