**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ДЕТСКИЙ САД № 33**

**Познавательно-творческий проект**

**«Я вырасту здоровым: сохрани свое здоровье сам»**

**для воспитанников старшей группы**

**Подготовили педагоги: воспитатель Нагорная Ксения Васильевна,**

**музыкальный руководитель Бабко Диана Александровна**

**ст. Кавказская**

**2022 г.**

**Паспорт проекта**

**Тема проекта:** Я вырасту здоровым: сохрани свое здоровье сам!

**Тип проекта:** Познавательно-творческий.

**Вид проекта:** Групповой

**Продолжительность:** Краткосрочный, 2 недели (20.06. - 1.07)

**Возраст детей:** 5 лет

**Участники:** Воспитатели, дети и родители

**Виды детской деятельности:**игровая, продуктивная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, информационно-творческая, двигательная.

**Актуальность.**

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:**

Заинтересовать детей и родителей в понимание необходимости заботиться о своём здоровье, беречь его, вести здоровый образ жизни.

**Задачи:**

• Развивать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей, желание заботиться о своем здоровье.

• Заинтересовать детей в выборе поведения, поступков, приносящих пользу здоровью.

• Воспитание у всех участников проекта активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.

**Ожидаемые результаты для педагога:**

• Снижение заболеваемости среди детей.

• Создание благоприятной образовательной среды, способов сохранения

здоровья, воспитание и развитие личности.

**Для детей:**

• Благотворное влияние на развитие речи, расширение кругозора, физических, нравственных качеств.

• Выработка форм поведения детей, помогающая избежать опасности для жизни и здоровья детей.

**Для родителей:**

• Сформировать активную жизненную позицию у участников проекта, направленную

на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.

**Содержание проекта.**

**I этап – подготовительный.**

Подбор методической литературы по данной теме.

Подбор настольно – печатных игр дидактических игр.

Подбор художественной литературы

**II** **этап – основной (практический).**

Внедрение в воспитательно-образовательный процесс эффективных методов и приёмов по расширению знаний дошкольников о посуде.

Развивать творческие способности детей.

**1.Познание:** «Дорожка здоровья»; «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»; «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья»; «С утра до вечера»; «У нас в гостях Айболит»; «Азбука питания».

**2. Беседы:**«Гигиена тела»;«Овощи, фрукты – полезные продукты»;

«Какие бывают привычки»; «Каша – здоровье наше»; «Закаляйся, если хочешь быть здоров».

**3.Дидактические игры:** «Вредное -полезное», «Строение человека», «Да-Нет», «Распорядок дня»; «Узнай фрукты по вкусу»; «Узнай овощи по вкусу»; «Чистоплотные дети»; «Продолжи предложение»; «Правила гигиены». **4.Настольные игры:** «Валеология: зубы, зрение и слух»; «Валеология: кожа, питание и сон»; «Правильное питание».

**5.Просмотр мультфильмов:**«Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе»; «Королева зубная щетка»; «Про бегемота, который боялся прививок»; «Смешарики – азбука здоровья»; «Спортландия»; «Фиксики: Микробы, Витамины».

**6. Развлечения:** Правильное питание «Витаминизация».

**7. Показ презентации:** «Здоровый образ жизни».

**8. Экспериментальная деятельность:** «Как избавиться от вредных микробов».

**Речевое развитие**

**Составление рассказа на тему:**«Как я буду заботиться о здоровье».

**2. Чтение художественной литературы:**

С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»; Н. Ю. Чуприна «Маша и фруктовый сад»; К. И. Чуковский «Федорино горе», «Муха – цокотуха», Ю. Тувим «Овощи», Н. Носов «Мишкина каша»; Братья Гримм «Горшочек каши»; М.О. Лукьянов «Моя первая книга о человеке»; В. Крестов «Тепличное создание; Э. Мошковская «Дедушка и мальчик».

**Художественно - эстетическое развитие**

Рисование «Фрукты в вазе»; Аппликация «Чистим Зубки»; Лепка «Витамины: фрукты, овощи».

**Физическое развитие**

**Подвижные игры: «**Мы весёлые ребята», «Ловишки»; «Микробы»

**Игры-эстафеты** «Самый ловкий, «Кто быстрее», «Попади в цель»,«Прокати шарик»,«Скоростной бег»,«Перетягивание каната».

**Социально-коммуникативное развитие**

**Сюжетно – ролевые игры:** «Магазин овощей и фруктов», «Больница», «Аптека».

**Работа с родителями**

* Привлечь родителей в создании предметно-пространственной среды в группе (книги, картинки, стихи, загадки о насекомых).
* Домашний просмотр мультфильмов о здоровье.
* Закаливание во время семейных прогулок.
* Папка-передвижка: «Благоприятный климат в семье».
* Консультации «ЗОЖ в семье залог здоровья ребенка», «Как вырастить ребенка здоровым и успешным».

**III этап – заключительный.**

Оформление результата проекта в виде презентации.

Творческая выставка работ.

**Продукт проекта:** Лэпбук «Здоровье».

**Результат:**Данный проект способствовал формированию навыков здорового образа жизни, а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями. Была создана такая система работы, при которой происходила интеграция оздоровительной деятельности в образовательную. Это способствовало сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию привычки здорового образа жизни.

**План-схема проведений мероприятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Время проведения мероприятий** | **Содержание работы** | **Ответственные лица** |
| 1 неделя (20.06- 24.06) | **Беседы:**«Гигиена тела»;«Овощи, фрукты – полезные продукты»;  «Какие бывают привычки»; «Дорожка здоровья»; «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»; «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья».  **Дидактические игры:** «Вредное -полезное», «Строение человека», «Да-Нет», «Распорядок дня»; «Узнай фрукты по вкусу».  **Настольные игры:** «Валеология: зубы, зрение и слух».  **Просмотр мультфильмов:**«Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе»; «Королева зубная щетка»; «Про бегемота, который боялся прививок».  **Показ презентации:** «Здоровый образ жизни».  **Экспериментальная деятельность:** «Как избавиться от вредных микробов».  **Чтение художественной литературы:**  С.Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»; Н. Ю. Чуприна «Маша и фруктовый сад»; К. И. Чуковский «Федорино горе», «Муха – цокотуха», Ю. Тувим «Овощи», Н. Носов «Мишкина каша».  **Художественно - эстетическое развитие**  Рисование «Фрукты в вазе»; Аппликация «Чистим Зубки».  **Подвижные игры: «**Мы весёлые ребята», «Ловишки»; «Микробы»  **Игры-эстафеты** «Самый ловкий, «Кто быстрее».  **Сюжетно – ролевые игры:** «Магазин овощей и фруктов».  **Работа с родителями**  Консультация «ЗОЖ в семье залог здоровья ребенка». | Воспитатели  Музыкальный руководитель  Родители |
| 2 неделя (27.06-1.07) | **Беседы:**  «Каша – здоровье наше»; «Закаляйся, если хочешь быть здоров», «С утра до вечера»; «У нас в гостях Айболит»; «Азбука питания».  **Дидактические игры:** «Узнай овощи по вкусу»; «Чистоплотные дети»; «Продолжи предложение»; «Правила гигиены».  **Настольные игры:** «Валеология: кожа, питание и сон»; «Правильное питание».  **Просмотр мультфильмов:** «Смешарики – азбука здоровья»; «Спортландия»; «Фиксики: Микробы, Витамины».  **Развлечения:** Правильное питание «Витаминизация».  **Составление рассказа на тему:**«Как я буду заботиться о здоровье».  **Чтение художественной литературы:**  Братья Гримм «Горшочек каши»; М.О. Лукьянов «Моя первая книга о человеке»; В. Крестов «Тепличное создание; Э. Мошковская «Дедушка и мальчик».  **Лепка** «Витамины: фрукты, овощи».  **Подвижные игры:** «Ловишки»; «Микробы».  **Игры-эстафеты**«Прокати шарик»,«Скоростной бег»,«Перетягивание каната».  **Сюжетно – ролевые игры:** «Больница», «Аптека».  **Работа с родителями**  Папка-передвижка: «Благоприятный климат в семье».  Консультации «Как вырастить ребенка здоровым и успешным».  **Мероприятие** «Витаминизация».  **Лепбук** «Здоровье». | Воспитатели  Музыкальный руководитель  Родители |