МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД №8 «КАРАМЕЛЬКА»

**Проект: Познавательно - творческий, групповой**

**Тема проекта: «Хочу быть здоровым »**

**Старшая группа: дети 5 лет**

Составила воспитатель:

Агаджанян А.В.

**Боровск 2025 г.**

**Проект «Хочу быть здоровым »**

Участники проекта: дети 5 лет старшая группы, воспитатели , родители.

Тип проекта : Познавательно – творческий, групповой

Вид проекта: краткосрочный (1 недели).

Продолжительность : 13.01.2025 по17.01.2025 г.

**Цель проекта :**

Формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье

**Задачи проекта :**

1.Подвести к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье.
2.Учить детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.

3.Формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания, выработать стойкую привычку к самомассажу;

4.Рассказать детям о витаминах и полезных продуктах;

**I. Подготовительный этап**

1.Изучить методическую, научно - популярную и художественную литературу по теме;

2.Подобрать иллюстративный материал по данной теме

3. Составить план мероприятий на каждый день.

4.Привлечь родителей к совместной работе с ДОУ по воспитанию культуры здоровья у детей дошкольного возраста

**II. Основной этап**

Работа с детьми по дням недели:

Беседа: «Что я знаю о здоровье?»

Чтение художественной литературы Жаброва Е. «Будь спортивным и здоровым»

**III. Заключительный этап.**

Фоторепортаж «Хочу быть здоровым **»**

**Актуальность проекта:**

Самой актуальной на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья.

В связи с этим нами был разработан проект «Недели здоровья», девизом которого является «Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня! »

**Участники проекта:** дети старшей группы детского сада, воспитатель, родители

**Место реализации проекта:** город Боровск улица П .Шувалова дом18. МДОУ детский сад №8 «Карамелька»

**Ожидаемый результат:**

- Знать несложные приёмы само оздоровления;

- Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт);

- Повышение речевой активности, активизация словаря;

- Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев;

- Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, что позволит снизить заболеваемость детей.

- Повысится заинтересованность родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка

**Перспективно –тематический план:** познавательно- творческий , совместная работа воспитателя с детьми, самостоятельная деятельность детей ,совместная работа с родителями

**Проектная идея:** **:**

 Папка-передвижка для родителей «ЗОЖ»

 Познакомить детей с правилами закаливания, его пользе для организма;

**Для реализации проекта был разработан план:**

1. Выбор актуальной темы.

2. Поставить цель и задачи по выбранной теме.

3. Итог проекта фотовыставка «Хочу быть здоровым »

**Работа с детьми:**

1. Беседа: "Витамины я люблю- быть здоровым я хочу"

2. «Сохрани своё здоровье сам»( режимный момент )

3. Д/И. "Угадай вид спорта по показу"

4. Лепка «Футбольный мяч».

5.Физкультминутка «Солнце глянуло в кроватку».
6. Ходьба по массажным дорожкам

7. Хозяйственно-бытовой труд «Чистая группа – залог здоровья»

8. Раскраски «Зимние и летние виды спорта».
**Работа с родителями:**

1. Знакомство с мероприятиями проекта, включение родителей в ход проекта.

2. Консультация : "Приобщение ребенка к физкультуре и спорту"

3. Консультации: «Закаляемся правильно», «Безобидные сладости»

**Заключительный этап:**

1. Выставка фото «Хочу быть здоровым »
 **Разделы .**

 -Познавательный-творческий

- Беседа «Что я знаю о здоровье?»

- Лепка «Футбольный мяч».

**Физкультминутка**

Солнце глянуло в кроватку.

Раз, два, три, четыре, пять.

Все мы делаем зарядку.

Надо нам присесть и встать.

Руки вытянуть по шире.

Раз, два, три, четыре, пять.

Наклониться – три, четыре.

И на месте поскакать.

На носок, потом на пятку.

Дружно делаем зарядку

**Дидактическая игра «Угадай вид спорта по показу»**

**Ход игры**: воспитатель или ребёнок показывает при помощи мимики и жестов какой-либо вид спорта, а дети отгадывают его.

 **«Будь спортивным и здоровым…»**

Будь спортивным и здоровым!
Спортивным быть теперь вновь модно!
Со спортом много ты поймёшь:
Спорт – и здоровье без таблеток,
Спорт – и веселье без забот.
С друзьями спортом заниматься,
Поверь, реально круглый год!
Мороз – коньки ты одеваешь,
Затем на лыжи уж встаёшь!
Попробуй делать каждый день
Зарядку утром! Будет лень
Вначале, но привыкнешь скоро…
Здоровым станешь – это клёво!

(Агния Жаброва)