*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение*

*Детский сад №9 «Чайка»*

*городского округа город Октябрьский Республики Башкортостан*

**Краткосрочный проект**

*на тему:*

**Неделя здоровья**

*с детьми старшей группы*

г. Октябрьский

2023г.

Участники **проекта** – воспитатели, дети **старшей группы**, медсестра ДОУ, родители

Сроки реализации **проекта**: **краткосрочный***(11.12.2023г-15.01.2023г.)*

Вид **проекта**: **физкультурно-оздоровительный**, познавательный;

**Актуальность**:

Проблема **здоровья** и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. На сегодня важным является формирование у **детей дошкольного возраста мотивов**, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего **здоровья** и укрепления его с помощью приобщения к **здоровому** и безопасному образу жизни. Очень важно решать задачи **оздоровления дошкольников**, воспитания культуры безопасного и **здорового** образа жизни- создания прочной основы для воспитания **здорового ребёнка**. Первые представления о **здоровье и здоровом** образе жизни формируются уже в **дошкольном возрасте**.

Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. В настоящее время задача сохранения и укрепления **здоровья детей**, как физического, так и психического, приобщения его к **здоровому** образу жизни и овладение современными **здоровье** сберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость **здоровья** и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым *(педагогам и родителям)* нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.

Вопросы формирования у **дошкольников основ здорового образа жизни**, потребности в ежедневной двигательной деятельности отражены во всех ныне действующих программах воспитания и обучения. Наряду с работой по закаливанию, формированию культурно-гигиенических навыков и основных движений в этих программах ставится задача обучения ребенка заботе о своем **здоровье и безопасности**.

В связи с этим нами был разработан **проект***«****Неделя здоровья****»*, девизом которого является *«Я****здоровье сберегу****, сам себе я помогу!»*

Цель **проекта**: Формирование у **детей** осознанного отношения к своему **здоровью**, потребности вести **здоровый образ жизни**. Закрепление знаний о КГН. Вовлечение всех участников образовательного процесса для сохранения **здоровья воспитанников**, снижения заболеваемости.

Задачи **проекта**:

Образовательные:

1. Формировать начальные представления **старших дошкольников о себе**, о **здоровом образе жизни**, о правилах гигиены и охране **здоровья**.
2. Формировать стремление к **здоровому образу жизни**, признание ребенком ценности **здоровья**.
3. Закреплять представление о пользе для **здоровья** прогулок на свежем воздухе.
4. Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления **здоровья дошкольников**.
5. Расширять представления о видах спорта и пользе занятий физкультурой.

Развивающие:

1. Создать развивающую предметную среду в группе, благоприятную атмосферу;
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки **детей**; прививать любовь к физическим упражнениям.
3. Формировать интерес к собственному организму, самочувствию,
4. настроению, связанному с состоянием **здоровья**;
5. Формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление **здоровья**;

Воспитательные:

1. Воспитывать у **детей** осознанное отношение к **здоровому образу жизни***(необходимости закаляться, заниматься спортом)*.

Образовательные области содержания **проекта**:

1. Познавательно развитие
2. Художественно-эстетическое развитие
3. Речевое развитие
4. Физическое развитие

Виды деятельности:

1. Игровая, продуктивная, музыкально-художественная, познавательная;
2. Рассматривание иллюстраций, книг;
3. Беседы с детьми;
4. Решение проблемных игровых ситуаций;
5. Художественное творчество.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ:

- Рассматривание рисунков и фотографий по данной теме;

- Знакомство с литературными произведениями, в которых отражены вопросы сохранения **здоровья**;

- Тематические беседы, дидактические игры;

Методы: словесные, наглядные, практические, игровые.

Продукты **проекта**:

- оформление выставки рисунков *«Мы спортсмены»*

- проведение спортивного досуга *«Будьте****здоровы****!»*.

Ожидаемые результаты:

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

- Повышение речевой активности, активизация словаря **детей**; - Полученный опыт позволит им 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

План реализации **проекта**:

**1. Подготовительный этап**

- оформить группу, в соответствии с темой дня;

- подготовить информацию для родителей в родительские уголки: *«В****здоровом теле-здоровый дух****!»*, разработать символику **недели**.

- для группы придумать название и девиз команд.

- разработать тематический план работы с детьми в течение **недели**

- изготовить медали, атрибуты, обновить нестандартное оборудование в уголках, дидактические игры и пособия;

- чтение художественной литературы о спорте, физкультуре, о **здоровом образе жизни**;

- разучивание поговорок, пословиц, загадок, песен на спортивную тематику;

- рассматривание иллюстраций с изображениями разных видов спорта. - беседы и занятия с детьми о **здоровом образе жизни**, о сохранении **здоровья**, полезной пище и витаминах;

- Беседа медсестры с детьми о **здоровом образе жизни**, активном отдыхе.

Работа с родителями:

 - консультации для родителей: *«Азбука питания»*

- буклет; *«****Здоровый образ жизни семьи****»*

- папка – ширма; *«Составляющие ЗОЖ»*, *«Спортивный уголок дома»*, *«****Здоровье-всему голова****»*

 - информационные листы.

**2. Основной этап *(практическая реализация проекта)***

1. Непосредственная деятельность в течение **недели**
2. Всю **неделю** звучит веселая ритмичная музыка, музыка из мультфильмов. Наблюдение за настроением пришедших **детей**.
3. Психогимнастика *«Поделись улыбкою своей»*
4. Индивидуальная работа с детьми по развитию связной речи.
5. Гигиенические процедуры сопровождаются загадками, стихами.
6. Интеллектуальный конкурс-викторина *«Спорт – наш друг»*
7. Беседа медсестры с детьми на тему *«Чистота – залог****здоровья****»*.
8. Просмотр видео презентации *«****Здоровый образ жизни****»*.
9. Рассматривание иллюстраций о видах спорта, плаката *«Закалка, спорт, движение»*.
10. Рисование *«Мы спортсмены»*. Развитие воображения **детей**.
11. Выставка рисунков *«Путешествие в страну****здоровья****»*

**ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

1. Сюжетно-дидактическая игра *«Магазин полезных продуктов»*.
2. Физические упражнения «Мы — спортсмены!
3. Дидактическая игра *«Если хочешь быть****здоров****»*.
4. Художественно-творческая деятельность — раскрашивание иллюстраций с изображением спортивных снарядов, атрибутов, спортсменов.
5. Чтение художественной литературы — К. Чуковский *«Мойдодыр»*, Витковская М. *«О том, как мальчуган****здоровье закалял****»*, Грозовский М *«Распорядок дня»*, Жаброва Е. *«Будь спортивным и****здоровым****»*.
6. Заучивание пословиц и поговорок о **здоровье**.
7. Оформление центра книги.
8. Прогулка «Мы **здоровью скажем***«Да»*!»
9. Художественное слово — отгадывание загадок:
10. Словесная игра *«Что полезно, а что вредно для****здоровья****»*
11. Спортивный досуг *«Будьте****здоровы****!»*.

**3. Заключительный этап:**

- Собрать детские комментарии, высказывания о **Неделе Здоровья**.

- Оформить выставку детских рисунков.

- Создание презентации: *«****Неделя Здоровья****»*.

- оформление рекомендаций для родителей по воспитанию у **детей стремления к здоровому образу жизни**.

Литература

1. Деркунская В. А., Коршунова М. Г. Воспитание ценностного отношения к **здоровью и здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста// Детскийсад** : теория и практика. 2011.

2. Безруких М. М., Филиппова Т. А. Разговор о правильном питании. Издательство: ОЛМА-ПРЕСС, 2005, - 72 с.

3. **Здоровый малыш** : Программа **оздоровления детей в ДОУ / Под ред**. З. И. Берсеневой. — М: ТЦ Сфера, 2004. — 32 с. (Серия *«Библиотека руководителя ДОУ»*.

4. Безруких М. М., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. Разговор о правильном питании. / Методическое пособие. – М. : ОЛМА-ПРЕСС, 2006.

5. Буянова Н. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина. – М. : АСТ, 19986. Коростелёв Н. От А до Я детям о **здоровье**. – М. : Медицина, 1987.

6. Шорыгина Т. А. Беседы о **здоровье** : Методическое пособие. М: ТЦ Сфера, 2004. – 64 с.

7. Т. Г. Карапетова *«Формирование****здорового образа жизни у дошкольников****»* 2009 г.