

## Паспорт проекта

1	Название конкурсной работы	«Мы за здоровый образ жизни»
2	Автор	Малкова Алина Альферьевна, воспитатель ВКК.
3	Полное наименование ДОО	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад комбинированного вида № 302 Верх-Исетского района г. Екатеринбурга Юридический адрес: г. Екатеринбург, ул. Посадская, 30/4 Тел./факс (343) 234-74-60
4	Адрес, электронная почта педагога	г. Екатеринбург, ул. Ясная, 22-101. Alina.malkova.70@mail.ru
5	Возраст воспитанников	Дети компенсирующей группы 5-6 лет
6	Используемая часть программы «Разговор о правильном питании», «Две недели в лагере здоровья», «Формула правильного питания»	«Разговор о правильном питании»

## Формирующий этап реализации проекта

Месяц	С педагогами	С детьми	С родителями
Сентябрь 2023	1.Составление перспективного плана. 2.Отражение целей и задач проекта. 3.Изучение теоретической и методической литературы.	1.Мониторинг (определение степени знаний детей о здоровом образе жизни).	1.Анкетирование, беседы. 2.Изучение степени потребности и желания сотрудничать по данному направлению.

### Календарно- тематическое планирование работы с детьми по теме «Мы за здоровый образ жизни»

1. Сентябрь 2023г. **«Здравствуй, дружок!», «Чистота-залог здоровья».** Задачи: объяснить детям ценности и компоненты здорового образа жизни. Уточнить и активизировать словарный запас детей. Формы: ситуативные беседы, занятия. 1/неделю. Итого: 4 занятия.  
 Продукт: детско-родительский проект «Моя здоровая семья».
2. Октябрь 2023г. **«Загадки с грядки», «Витаминки из корзинки».** Задачи: объяснить детям пользу правильного питания, уточнить его основу. Уточнить и активизировать названия фруктов и овощей, природу их произрастания.  
 Продукт детско-родительского проекта: выставка композиций «Дары природы». Формы: занятия по познавательной и исследовательско-экспериментальной деятельности и художественно-эстетическому развитию 1/неделю. Еженедельная рефлексия по совместной деятельности педагога и детей. Итого:6 занятий.
3. Ноябрь 2023г. **«Играем, гуляем, двигаемся».** Задачи: объяснить детям важность движений для здорового образа жизни. Уточнить в какие подвижные игры дети любят играть со сверстниками и взрослыми. Развивать двигательную активность. Совместно со взрослыми создавать атрибуты для подвижных игр. Формы: занятия по физическому и художественно- эстетическому развитию. Итого: 8 занятий.

4. Декабрь-январь 2023-2024г.г. **«Зимние забавы».** Задачи: объяснить и показать детям пользу подвижных игр и спортивных мероприятий. Уточнить знания зимних видов спорта. Результат: «Лыжня России», «Веселые старты».
5. Февраль 2024 г. **«Сон- лучшее лекарство».** Задачи: объяснить детям пользу для здорового организма смены бодрствования и сна. Значение режима в полноценной жизнедеятельности человека. Уточнить и активизировать словарь детей. Формы: ситуативные беседы, образовательная и игровая деятельность с детьми. Итого: 4 занятия. Продукт: нарисовать вместе с детьми модель режима ребенка в детском саду.
6. Март 2024 г. «Если надо, уколюсь», «Как Стобед чуть не заболел». Задачи: объяснить детям важность прививок для дальнейшего здоровья человека; необходимости лечения в случае заболевания. Формы: занятия по познавательному развитию, восприятию художественной литературы. Итого: 3 занятия.
7. Апрель 2024г. **«Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья».** Итоговое занятие: «Мы за здоровый образ жизни!» Задачи: закрепить знания детей, полученные ранее на совместной деятельности воспитателя с детьми. Формы: познавательное и художественно-эстетическое развитие детей. Результат: детско-родительский проект «Мы за здоровый образ жизни» (газета).

### **Краткое описание используемой методики «Мы за здоровый образ жизни»**

В нашей работе с детьми используются следующие виды деятельности:

- ✓ предметно-игровая,
- ✓ трудовая,
- ✓ спортивная,
- ✓ продуктивная,
- ✓ общение,
- ✓ сюжетно-ролевые и др. игры, которые могут быть источником и средством обучения.

В работе с родителями применяли такие формы работы:

- ✓ родительские собрания,

- ✓ беседы,
- ✓ практикумы,
- ✓ наглядная информация,
- ✓ выставки,
- ✓ конкурсы,
- ✓ рекламная информация,
- ✓ газета,
- ✓ презентации.

### **Итоговое занятие «Мы за здоровый образ жизни!»**

**Задачи:** закрепить знания детей, полученные ранее в различных видах деятельности.

Уточнить и активизировать словарный запас детей. Формирование у детей основных представлений и навыков рационального питания и здорового образа жизни. Воспитывать желание быть здоровым человеком.

**Материал:** кукла Айболит с чемоданчиком, две длинных веревки для подвижной игры «Мы веселые ребята», витамин С.

**Ход:** Воспитатель вносит игрушку Айболита.

- Ребята, посмотрите кто к нам пришел (получаю ответ детей).

**Айболит:** -Здравствуйте. ребята! Прилетел к вам прямо из Африки, лечил там животных. Там сейчас все здоровы, а вы не больны? (ответ детей)

**Айболит:** — Это очень хорошо, молодцы! А что же вы делаете, чтобы быть здоровыми?

**Дети:** - Мы занимаемся спортом, любим спортивные игры.

**Айболит:** -Ну с, молодые люди, чем же вы занимаетесь? (ответы детей)

**Айболит:** - Одним спортом заниматься мало. Спортсмены тоже могут болеть.

**Дети:** - Мы закаляемся, едим витамины и др.

**Айболит:** — Это интересно! Как же вы закаляетесь?

Дети рассказывают, что ходят по массажным дорожкам, делают друг другу массаж на спинке. Мойут ручки прохладной водичкой, обливают ножки, чистят зубы. Летом недолгое время ходят без маечек, играют водой.

**Айболит:** -Ага, вот тут-то вы и заболеете. Летом солнце горячее. Как нагреет вас и ваши головы!! Сразу заболеете: голова, кожа станет горячей, повысится температура.

**Дети:** - Нет, Айболит! Мы всегда ходим в головных уборах, а если вдруг забыли, то играем на веранде в тенечке. И маечки снимаем на время, потом снова надеваем. Так что солнце нам не страшно.

**Айболит:** - Я и думаю, все знаете и делаете по правилам. Поэтому Солнце-ваш друг! А в какие подвижные игры вы любите играть? Знаете игру «Мы- веселые ребята»?

Получает согласие детей. В случае, если дети не знают игры, предлагает научить.

### **Подвижная игра «Мы веселые ребята»**

*Ход игры. Дети стоят на одной стороне площадки или у стены комнаты. Перед ними проводится черта. На противоположной стороне площадки также проводится черта. Сбоку от детей, примерно на середине между двумя линиями, находится ловушка, назначенный воспитателем или выбранный детьми.*

**Дети хором произносят текст:**

*Мы веселые ребята,*

*Любим бегать и играть*

*Ну, попробуй нас догнать:*

*Раз, два. Три – лови!*

*После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а ловушкиа догоняет их. Тот, до кого ловушкиа дотронулся прежде, чем играющий пересек черту, считается пойманым и садится возле ловушки.*

*После двух-трех перебежек производится подсчет пойманных и выбирается новый ловушкиа.*

**Указания к игре.** Нового ловушкиу выбирают даже в том случае, если предыдущий никого не поймает.

*Воспитатель следит за тем. Чтобы дети не скандировали текст, а произносили его выразительно.*

Айболит: - Нездоровые люди не бывают веселыми. Сразу видно, что вы хотите быть здоровыми, да и дружба у вас не вресь. Вы мне сейчас столько про себя рассказали: и спортивными играми занимаетесь, и свежим воздухом дышите, и закаляетесь, солнечные ванны принимаете. Одного я не услышал: человек не может без питания...

**Дети:** - Да.да.. мы в садике едим разную кашу.

**Айболит:** - В каше сила. Это правда!

**Дети:** - Нам дают овощи и фрукты.

**Айболит:** - Чем же они полезны?

**Дети:** - Там витамины. Их очень много, а витамины полезны для здоровья.

**Айболит:** - Ну, а если же все-таки заболели?

**Дети:** - Мама ведет нас к доктору, а доктор назначает лечение.

**Айболит:** - Точно, а еще, ребята, нужно ставить прививки. Это вещество, чаще всего вводится уколом, укрепляет организм. И человек не будет болеть этой болезнью, от которой поставили прививку. А если и будет, то совсем не тяжело. Вы знали об этом? (Ответы детей).

**Айболит:** - Ну, вот, теперь о здоровье вы знаете почти все! Пусть хорошее настроение будет всегда с вами. А в моем волшебном чемоданчике-помощнике есть для вас подарочки! Это витамин С. Под присмотром взрослых, вы будете принимать их. Ваш иммунитет еще больше укрепится. Я желаю вам здоровья! До новых встреч! Мне пора. Меня вызывают на полярный круг, там ждут меня белые медведи.