

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Тополёк» г. Советский»

**Проект по теме:**  
**«Будь здоров!»**  
для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет)

Карпова Наталья Викторовна,  
воспитатель

г. Советский, ХМАО-Югра

**Тема проекта: «Будь здоров!»**

**Вид проекта:** Информационно-практико-ориентированный

**Участники:** Воспитатели, дети, родители

**Продолжительность:** краткосрочный

**Проблема:** Недостаточная заинтересованность детей и родителей в сохранении и укреплении своего здоровья.

### **Анотация.**

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер.

Важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Приобщение к здоровому образу жизни и здоровому поведению детей с дошкольного возраста является актуальной проблемой дошкольного воспитания, т.к. именно в этом возрасте в силу высокой активности детей формируется заинтересованность к правильному поведению, складываются привычки. Возникает потребность в поиске практических путей по формированию у детей здорового образа жизни. Необходимость воспитания культуры здоровья подчеркивают исследования отечественных и зарубежных ученых подтверждающие, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны.

Здоровье – это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни.

Дети должны научиться правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Помочь родителям привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Решение задач по воспитанию осознанного отношения к своему здоровью может идти как в непосредственно –образовательной деятельности, так и реализовываться в ходе режимных моментов, в проектной деятельности детей.

### **Актуальность заявленной проблемы:**

В последнее время остро стоит проблема здоровья. Появилась тенденция к ухудшению здоровья среди детей. Достичь необходимого уровня интеллектуально – познавательного развития может только здоровый ребенок. Специально организованная досуговая деятельность является эффективным средством формирования здоровья и выработки правильных привычек дошкольников.

Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей ловкости, выносливости, смелости и других качеств сильной личности. Беседы, игры по теме помогают сформировать предпосылки к здоровому образу жизни. Продуктивная деятельность помогает детям отобразить свои впечатления.

**Цель проекта:** Создание благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребенка. Формирование потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Формирование положительного отношения к занятиям физкультурой.
2. Формирование элементарных знаний в области гигиены, медицины, физкультуры.
3. Формирование у детей необходимых двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья.

**Воспитательные:**

1. С помощью физических упражнений способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в себе.
2. Создать условия для проявления положительных эмоций.

**Развивающие:**

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

**Сроки проекта:**

Краткосрочный

**Участники проекта.**

Воспитатели и дети подготовительной группы, родители.

**Предполагаемый результат:**

**Для педагога:**

Снижение заболеваемости детей.

Создание благоприятной образовательной среды, способов сохранения здоровья детей.

**Для детей:**

Сформированность у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни. Осознание ребёнком и родителями необходимости и значимости здорового образа жизни, а также “видение” и реализация путей совершенствования здоровья ребёнка и членов семьи (активный отдых вместе с детьми, посещение кружков, секций оздоровительной направленности).

**Для родителей:**

Сформировать активную жизненную позицию у участников проекта, направленную на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержки этой позиции.

**Форма работы:**

1. Подгруппами, с учётом уровня развития и познавательных интересов детей.
2. Фронтальная работа.
3. Индивидуальная работа.

**Этапы реализации проекта:**

- 1 этап – организационный
- 2 этап – формирующий
- 3 этап – заключительный.

**I этап – организационный**

1. Изучение понятий, касающихся темы проекта.
2. Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровьесбережению.

3. Разработка перспективного плана организации физкультурно-досуговых мероприятий.
4. Подготовка цикла тематических физкультурных занятий.

#### **II этап - формирующий**

1. Проведение тематических физкультурных занятий.
2. Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни, организации активного отдыха в семье.
3. Подготовка выставки детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим»
4. Создание коллажа «Полезные продукты на столе».
5. Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования совместно с родителями

#### **III этап - заключительный**

1. Проведение спортивного развлечения «Путешествие в сказку».

#### **Практическая значимость:**

Данный опыт работы может быть использован педагогами дошкольных общеобразовательных учреждений, педагогами дополнительного образования.