Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально-личностному развитию детей «Детский сад №45 «Снегурочка»

663605, г. Канск, Россия, Красноярского края, ул. Николая Буды, д.26/1,

т.8(39161)3-23-05, e-mail: tamara.gavr2011@yandex.ru

**Проект по физическому развитию**

**«Заботимся о своем здоровье»**

**Воспитатель:**

**Лимонова М.А.**

**Канск, 2022**

**Актуальность проекта**

Большая роль в воспитании здорового ребёнка принадлежит организации его двигательной деятельности, обеспечению возможности реализовать его естественную потребность в движении. И дни здоровья нашли широкое применение в жизни детского сада, так как дают широкие возможности для оздоровления детей, улучшения их физического и эмоционального самочувствия. В основу дней здоровья положен приём погружениядетей в тему, который даёт им возможность глубоко осознать, прочувствовать то, что хочет донести до них педагог. Тема не ограничивает возможности планирования разных видов деятельности, задач развития, обучения и воспитания детей, она лишь является связующей нитью, которая позволяет объединить все виды детской деятельности, сделать их интересными, максимально полезными для детей.

Дни здоровья обозначены одной темой и в тематику дня обязательно включены материалы по опытно-экспериментальной деятельности, которые помогают детям с помощью опыта больше узнать об организме человека и его возможностях. У детей формируются навыки самостоятельной и практической деятельности, направленной на достижение определённой цели, активизируется мышление и воображение, они учатся делать выводы из полученных результатов и анализировать мнение и высказывания сверстников. Проводятся дни здоровья один раз в месяц, весь день посвящается деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья, формирование привычки к здоровому образу жизни, желанию заботиться о своём здоровье, закреплении знаний о своём организме и стремлении беречь его.

Данный проект поможет педагогам в планировании и проведении дней здоровья, обогатит методический материал в поисковой опытно-экспериментальной деятельности, направленной на изучение материала по

изучению своего организма.

**Проблема:** Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания. Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня**,**нездоровый досуг, растущие факторы риска).

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему. За последние десятилетия состояние здоровьядошкольников резко ухудшилось. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями.

***Целью проекта является*** - разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребёнка, обеспечение его полноценного здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни на основе валеологических знаний, углубление знаний у детей о строении человека, его органах через опытно-экспериментальную деятельность, развитие разнообразных двигательных и физических качеств, укрепление психического здоровья детей.

***Задачи:***

***Оздоровительные****.*

Формировать представления о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровье.

Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей.

***Образовательные.***

Формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению.

Уточнять с помощью опытов, для чего нужны те или иные органы.

***Воспитательные.***

Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей.

Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

***ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ДНЕЙ ЗДОРОВЬЯ, С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ******ДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Тема дня здоровья*** | ***Тема опытно-экспе-риментальной деят-ти*** | ***Цель опытно-экспериментальной деятельности*** |
| Октябрь | У нас в гостях доктор Айболит | Сколькими способами можно напиться? | Сформировать у детей представление о том, что любое действие можно выполнить разными способами. |
| Ноябрь | Быть здоровыми хотим! | Как правильно сделать перевязку? | Научить детей правильно обрабатывать рану и накладывать на нее простейшую повязку |
| Декабрь | Я и мое тело. | Что могут делать руки и ноги? | Формировать представление о взаимодействии рук и ног при осуществлении различных действий. |
| Январь | Органы чувств. | Как органы человека помогают друг другу. | Сформировать представление о том, что органы в определенных пределах могут заменять друг друга |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Январь | Органы чувств | Как органы человека помогают друг другу. | Сформировать представление о том, что органы в определенных пределах могут заменять друг друга |
| Февраль | Путешествие в «Страну здоровья» | Как работает дыхательная система | Формировать у детей навыки самостоятельной умственной и практической деятельности, направленной на достижение определенной цели. Учить находить разные способы для решения одной задачи |
| Март | Зачем человеку глаза | Почему у нас два глаза? | Изучить свойства зрительного аппарата методом экспериментирования |
| Апрель | Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! | Какими способами можно очистить свою кожу? | Продолжать формировать у детей гигиенические навыки, развивать воображение. Показать, что любое действие можно выполнить разными способами. |
| Май | Витамины и спорт | Сколькими способами можно есть хлеб? | Развивать мыслительные способности детей. Закрепить представление о том, что любые действия можно выполнить разными способами. |

**Этапы реализации проекта:**

I этап – подготовительный

II этап –основной

III этап – итоговый

**Участники проекта.**

1. Педагоги
2. Специалисты детского сада
3. Родители.
4. Дети

**Ожидаемые результаты:**

**Для детей:**

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.

2. Сформированность гигиенической культуры.

3. Наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

**Для родителей:**

1. Сохранение и укрепление здоровья детей.

2. Физическая и психологическая готовность детей к обучению в школе.

**Для педагогов:**

1. Повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов.

2. Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников.

Список использованной литературы.

*1. Алябьева Е.Л. Итоговые дни по лексическим темам. Кн. 1—3. М., 2006-2007  
2. Дыбина О.В. Ребенок в мире поиска. Программа по организации поисковой деятельности детей дошкольного возраста. Москва 2007  
3. Иванова А. И. Методика организации экологических наблюдений и экспериментов в детском саду. М., 2007  
4. Журналы: «Дошкольное воспитание» 2008 г., «Ребенок в детском саду» 2009г.*

*5. Иванова А.И. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек. М., 2007  
6.Иванова А.И. Живая экология: Программа экологического об­разования дошкольников. М., 2007*