Проект «Поможем Оху стать здоровым»

**Автор:** воспитатель Потапова Н. А.

**Тип проекта:** исследовательско-творческий.

**Участники проекта:** дети, воспитатели, руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, родители.

**Возраст:** 3-4 года.

**Проблема:** Воспитатель читает детям книгу «Ох и Ах», останавливается на эпизоде болезни Оха. Спрашивает, кто из героев им более симпатичен? Кого из героев детям жалко? Воспитатель ставит проблемную ситуацию и задаёт вопросы: «Почему Ох заболел? Как помочь Оху стать здоровым и жизнерадостным?» Дети предлагают свои варианты решения проблемы.

**Цель проекта:** осознание ценности здорового образа жизни (физической активности, закаливания, правильного питания).

**Задачи проекта**

*Для детей:*

\*научиться формулировать цель проекта, планировать свою деятельность;

\*развивать умение работать в коллективе, сотрудничать и договариваться;

\*получить представления о полезности физических упражнений;

\*пополнить свои знания о разных видах закаливания, дыхательной гимнастике, воздушных и солнечных ваннах;

\*осознать необходимость употреблять в пищу фрукты и овощи.

*Для педагогов:*

\*воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, выполнять физические упражнения, есть овощи и фрукты, чтобы быть здоровыми;

\*пробуждать у детей эмоциональный интерес к деятельности и позитивные навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

*Для родителей:*

\*научиться ориентироваться в информации по формированию у детей здорового образа жизни;

\*включиться в совместную деятельность с детьми при создании продуктов проектной деятельности.

**Форма проведения итогового мероприятия проекта:** валеологический досуг «Кто из вас, ребята, знает, что закалке помогает»

**Продукты проекта**

*Для детей:*

\*произведения детского творчества (коллажи, рисунки, султанчики для дыхательной гимнастики);

\*витаминное меню;

\*детская драматизация: «Девочка чумазая».

*Для педагогов:*

\*конспект валеологического досуга «Кто из вас, ребята, знает, что закалке помогает?»;

\*картотека дыхательной гимнастики;

\*презентация проекта.

*Для родителей:*

\* рассказы «Мама, папа, я – спортивная семья», «Летний отдых нашей семьи»;

\* изготовление пособий для физкультурного уголка (гантели, мячи);

**Ожидаемые результаты по проекту**

\*формирование у детей понятия «Здоровый образ жизни», осознанного отношения к необходимости закаляться, заниматься физическими упражнениями, правильно питаться;

\*овладение детьми коммуникативными умениями и навыками взаимодействия с взрослыми и детьми;

\*продуктивное взаимодействие родителей с детьми;

\*появление у родителей интереса к новому сотрудничеству с ДОУ;

\*формирование активной позиции в создании условий для здорового образа жизни семьи.

**Этапы проекта**

***Подготовительный этап***

|  |  |
| --- | --- |
| Действия  педагогов | После озвученной детьми проблемы, воспитатель формулирует её название «Как стать сильным, закалённым, здоровым?».  Информирует родителей о начале проекта в группе, привлекает их к участию. Проводит анкетирование семьи по вопросу здорового образа жизни.  Обсуждает проект с руководителем физического воспитания и музыкальным руководителем. |
| Действия детей | Вживаются в игровую ситуацию. Обсуждают проблему. Совместно с воспитателем определяют цель проекта. Предлагают варианты решения проблемы. |
| Действия родителей | Включаются в обсуждение проблемы. Изучают информацию о влиянии физических упражнений, закаливания, правильного питания на здоровье детей. Отвечают на вопросы анкеты. Обсуждают дома семейный опыт здорового образа жизни. |

***Деятельностный этап (реализация проекта)***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Здоровье**  - беседа «Режим дня»  - рассматривание плаката «Закаливание – путь к здоровью»  - д/и «Валеология» (уход за органами чувств)  - д/и «Полезно – неполезно» | **Физическая культура**  - наст.-печат. Игра «Малыши – крепыши»  - физкультурное занятие  - физкультурный досуг «Вместе с мамой и папой»  - п/и в группе и на прогулке | **Познание** |
| **Коммуникация**  - заучивание стихов (приложение 1)  - рассматривание картины «На прогулке»  - составление рассказов «Мама, папа, я – спортивная семья»  - загадки о спортивных снарядах (приложение 2) | **Художественное творчество**  - создание коллажей «Витаминное меню», «Режим дня», «Поможем Оху»  - рисование «Мы зарядку делали, прыгали и бегали»  - лепка «Витаминная семья»  -конструирование из бумаги «Султанчики для дыхательной гимнастики» | **Социализация**  - с/р игры «Купание куклы», «Парикмахерская», «Магазин», «Игрушки делают зарядку»  -д/и «Грустно – весело»  - драматизация «Девочка чумазая» |
| **Чтение худож-ной литературы**  - А.Барто «Девочка чумазая»  - С.Михалков «Про мимозу»  - К.Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр»  -Е.Кан «Наша зарядка»  - В.Лебедев-Кумач «Закаляйся» | **Труд**  -самообслуживание (умывание, одевание, раздевание)  - д/и «Поручение» (помощь в наведении порядка в уголках) | **Безопасность**  - инструктаж «Как безопасно играть с мячом в группе»  - беседа о правилах поведения в спортивном зале  - беседа о правилах безопасного поведения во время подвижных игр с бегом |
| **Музыка**  - использование музыки во время зарядки  - хороводные игры  - музыкальный досуг «Музыка и движение» | **Формы взаимодействия с семьёй**  - анкетирование «Семейный опыт ЗОЖ»  - информационный материал «Здоровый образ жизни»  - консультация «Значение режима дня в воспитании детей»  - конкурс «Гантели, мячи своими руками»  - составление рассказов «Мама, папа, я – спортивная семья», «Летний отдых нашей семьи»  - участие в физкультурном досуге «Вместе с мамой и папой»  - участие в валеологическом досуге «Кто из вас, ребята, знает, что закалке помогает?» | **Режимные моменты**  - стихотворение о режиме дня  - зарядка с элементами дыхательной гимнастики  - физкультурная пауза  - КГН (влияние воды на здоровье человека)  - организация питания  - подвижные игры в группе и на прогулке  - игры с предметами из физкультурного уголка |

**Системная паутинка проекта для детей**

 

 













***Завершающий этап***

|  |  |
| --- | --- |
| Действия  педагогов | Подготовка к презентации проекта. Организация валеологического досуга «Кто из вас, ребята, знает, что закалке помогает» |
| Действия детей | Рассказывание о результатах своей деятельности в ходе проекта. Участие в досуге. |
| Действия родителей | Помощь детям в составлении рассказов о здоровом образе жизни. Участие в выставке «Гантели и мячи». Участие в валеологическом досуге. |
| Рефлексия | Предложить родителям и детям найти, где в нашем микрорайоне можно позаниматься физическими упражнениями на прогулке (детские площадки, стадионы) и организовать выставку фотографий. |