Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Дюймовочка» г.Вуктыл

**Проект по здоровьесбережению в старшей группе**

**«Здоровейка».**

 Автор проекта: воспитатель первой квалификационной категории

Тукова Ирина Сергеевна

Тип проекта: краткосрочный (10.11.17-10.12.17)

Вид проекта: познавательно - творческий

Участники проекта: воспитатели, дети, родители

Авторы проекта: воспитатели Тукова Ирина Сергеевна

**Цель:** формирование потребности в здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста

**Задачи:**

1) Приобщать детей и родителей к здоровому образу жизни;

2) Развивать потребность ребенка в знаниях о себе и о своем организме;

3) Обучать детей оценивать и прогнозировать свое здоровье;

4) Устанавливать тесную взаимосвязь родителей и педагогов в воспитании у детей потребности в здоровом образе жизни.

**Актуальность проблемы:**

Дети часто болеют в холодное время года, мало знают о том, как беречь свое здоровье.

1 этап

Подготовить план мероприятий по оздоровлению детей и пропаганде здорового образа жизни.

2 этап

План реализации проекта:

**Работа с детьми:**
*1.Оздоровительные мероприятия (ежедневно в режимные моменты):*
- Утренняя гимнастика;
- Динамические паузы/физминутки;
- Дыхательная гимнастика;

-Гимнастика пробуждения;
- Пальчиковая гимнастика (с предметами) с проговариванием стихотворных форм.

2. Беседы с детьми «Разговор о правильном питании», «Я и мой организм», «Что я знаю о спорте», «Полезные продукты – овощи и фрукты», «Зачем необходима зарядка»

3. Чтение художественной литературы (К.Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»), русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме «ЗОЖ», «КГН»

4. Рассматривание иллюстраций и альбомов по темам: «Здоровый образ жизни», « Виды спорта», «Предметы личной гигиены», «Если хочешь быть здоров», «Вредные привычки», «Как правильно пользоваться предметами личной гигиены»

5. Подвижные игры на прогулке «Поймай комара», «Мыши и кот», «Найди свой цвет», «Наседка и цыплята», «Попади в круг», «Найди свое место».

**Итоговое мероприятие:** Рисование «Как мы гуляем на участке детского сада»

**Работа с родителями:**

1.Участие родителей в фотоконкурсе «Мы здоровая семья»

2.Консультации «Помогите ребёнку укрепить здоровье», «Культура здорового образа жизни в семье и детском саду».

3.Создание памяток «Бабушкины рецепты здоровья».