

Проект «Где прячется здоровье?»

Актуальность. Здоровье детей стало резко ухудшаться. Сегодня совершенно здоровым является один из десяти детей, обнаруживаются различные отклонения в здоровье. Задача работников детского сада научить понимать, насколько важно заботиться о своем здоровье.

Проблема. «Где прячется здоровье?»

Цель. Познакомить детей с таким образом жизни, который бы не только способствовал сохранению здоровья, но и увеличивая его защитные функции.

Задачи.

- Формировать представления детей о зависимости здоровья от двигательной активности, чистоты тела и ЗОЖ.
- Развивать познавательную активность и коммуникативное общение в процессе игры, основываясь на свободном обмене и интересах детей
- Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.

Сроки реализации. С 18 по 26 мая 2017 год.

Участники. Дети, воспитатели, младший воспитатель.

Содержание проекта.

Ознакомление с легендой.

«Давным – давно на горе Олимп жили-были боги. Стало им скучно, и решили они создать людей и заселить ими планету Земля. Стали решать, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным». Другой сказал: «Человек должен быть умным». Третий сказал так: «Если все это будет у человека, он будет подобен нам». И решили боги спрятать главное, что есть у человека, - здоровье. Стали думать – куда бы его спрятать? Один предлагал спрятать здоровье глубоко в сене море, другие – за высокие горы. А один из богов предложил: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живет с давних времен человек, пытаюсь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов.

Понедельник. «Как ты растешь?»

Цель: дать детям представление о том, что такое «крепкий организм» человека, как устроен и работает организм здорового человека.

1. *Беседа* «Самый главный орган твоего тела»

2. *Эксперимент* «Невидимка в бутылке»

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,

Дышим он, и я и ты.

3. *Ди* «Кто как дышит?»

4. *Упражнение на дыхание* «Сердитый ежик» «Заблудился в лесу».

5. «*Загадки и отгадки*» части тела.

6. *Рассматривание иллюстраций* из журнала «Твое тело»

7. *Инсценировка* «Про нос и язык» (по Е. Пермяку)

8. *Творческое рассказывание* «Угадай, что тебе рассказали руки»

Вторник. «Двигайся больше – проживешь дольше!»

Цель. Формировать представление о том, что двигательная активность способствует укреплению всего организма.

1. «Мой режим дня» - беседа.
2. Рекламная пауза – «тренируйся, если хочешь быть здоров.
3. Упражнение на укрепление осанки «Река, берег, парус».
4. Массаж спины «Как на туче ночевал».
5. Рисование «Дети делают зарядку».
6. «Угадай вид спорта» -загадки.

Среда. «Чистота – залог здоровья»

Цель. Дать детям представление о том, что чистота и здоровье взаимосвязаны.

1. 1.Чтение « Чистюля Енот».
2. Сказки -тесты «Неряха», «Лентяй».

3. Образовательная ситуация «Что было бы, если...» (все ходили грязными и т. п.)
4. Ди «Уроки Мойдодыра», «Хорошо – плохо».
5. Составление правил личной гигиены.
6. Ди (с карточками) «Можно – нельзя» (предметы личной гигиены)

Четверг. «Витаминный калейдоскоп»

Цель. Показать значение натуральных витаминов в сохранении и укреплении здоровья.

1. Беседа «Полезная еда».
2. Инсценировка «Спор овощей» (Н. Семенова).
3. Составление по модели – схеме «Любимый салат».
4. Ди «Витаминные семейки».
5. Лепка «Полезные и вредные продукты».
6. Хороводная игра «Овощи».

Пятница. «Полезные и вредные привычки»

Цель. Формировать привычку здорового образа жизни.

1. Беседа «Защитные силы организма не являются постоянными».
2. Ди «Полезные и вредные привычки».
3. Чтение Т. Шорыгина «Денис и медвежонок Денни»
4. Игра «Вредные советы»
5. «Составление правил здорового образа жизни».

Результат. Дети знают строение своего тела, правила здорового образа жизни, имеют представления о том, что помогает человеку быть здоровым (физкультурой и спортом, закаливание, полезная еда, соблюдение чистоты и т. п.)