

# МАДОУ ЦРР детский сад № 94



## ПРОЕКТ

## « Я РАСТУ ЗДОРОВЫМ ! »

Выполнила: Жукова И.Н.


“

Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегаёт, кричит, пусть он находится в постоянном движении

”



Жан Жак Руссо



**Цель :** создание необходимых условий воспитания и развития ребёнка, направленных на сохранение и укрепление физического и нравственного здоровья детей. Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья.

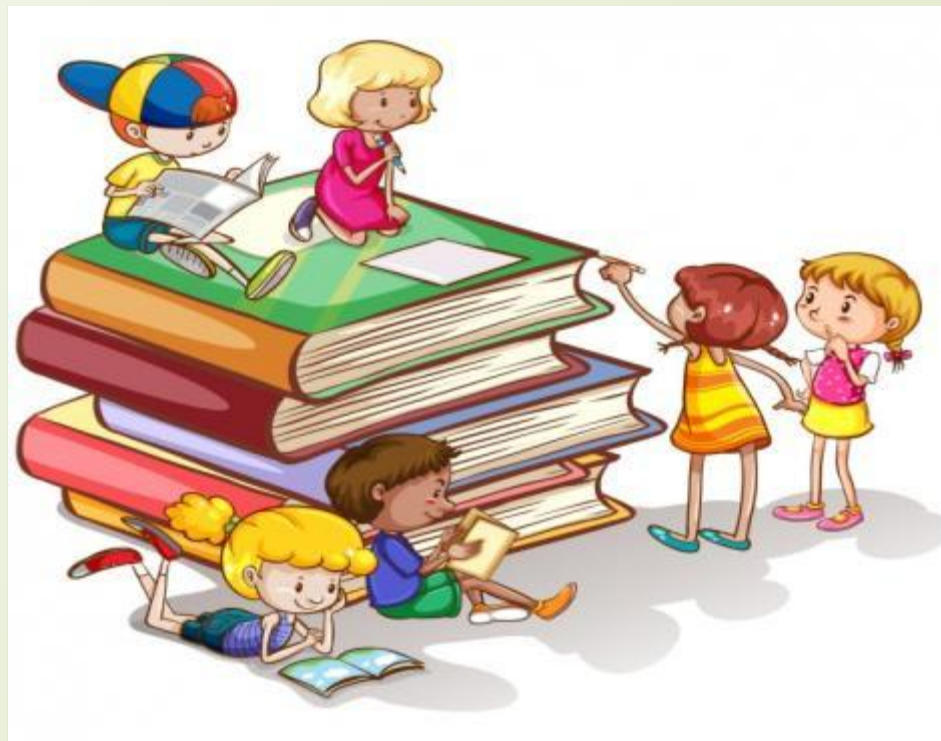
**Задачи:**

- сформировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять своё здоровье
- расширить двигательные возможности ребёнка за счёт освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий;
- воспитывать социально значимые личностные качества: целеустремлённость, организованность, инициативность, трудолюбие;
- активизировать детей художественно-творческой деятельностью.
- повышать эмоциональное благополучие ребёнка за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности.
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни у детей разного возраста, используя сетевое взаимодействие между группами;
- приобщить родителей к жизнедеятельности ДОУ через поиск и внедрение наиболее эффективных форм сотрудничества

**Тип проекта:** познавательно – практический

**Срок реализации:** 1 год

**Участники проекта:** воспитанники МАДОУ ЦРР детского сада №94,  
педагоги, родители.



## Актуальность:

«Береги здоровье с молодую» – гласит народная пословица. Формирование у дошкольников навыков и привычек здорового образа жизни является актуальной и значимой в современных условиях. С этой проблемой сталкиваются ежегодно в дошкольном учреждении: ослабленное здоровье детей, низкий уровень их физического развития и т.д. Главная идея работы по формированию у дошкольников навыков и привычек здорового образа жизни заключается в том, что для достижения гармонии с природой, самим собой и обществом человеку необходимо заботиться о здоровье с детства. Ведь здоровье рассматривается как гармоничное состояние организма (физическое, психическое, социальное благополучие), которое позволяет человеку быть активным в своей жизни. Следует отметить, что формирование у детей навыков и привычек к здоровому образу жизни невозможно без сотрудничества с семьей.





**1 этап.**

**Подготовительный.**

**Цель: Изучение знаний у дошкольников по здоровому образу жизни и отношение родителей к вопросам здоровьесбережения.**

# Родительское собрание в начале года.









**Только совместная деятельность педагога, родителей и детей может дать значительные результаты.**

**В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.**





**2 этап.**

**Практический**

**Цель: Формирование у детей понятия о здоровом образе жизни.**

# Художественно- творческая деятельность

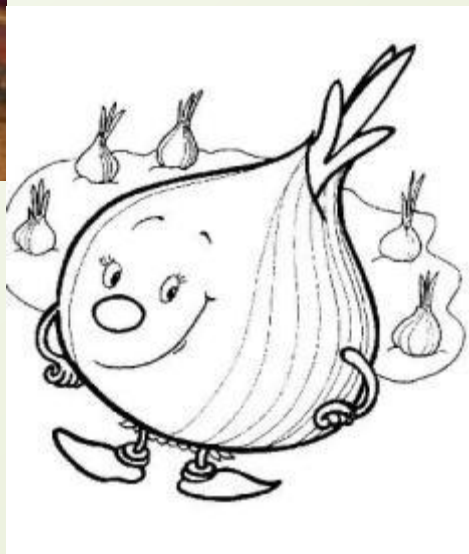




# В библиотеке



# Исследовательская деятельность



# Дидактические игры

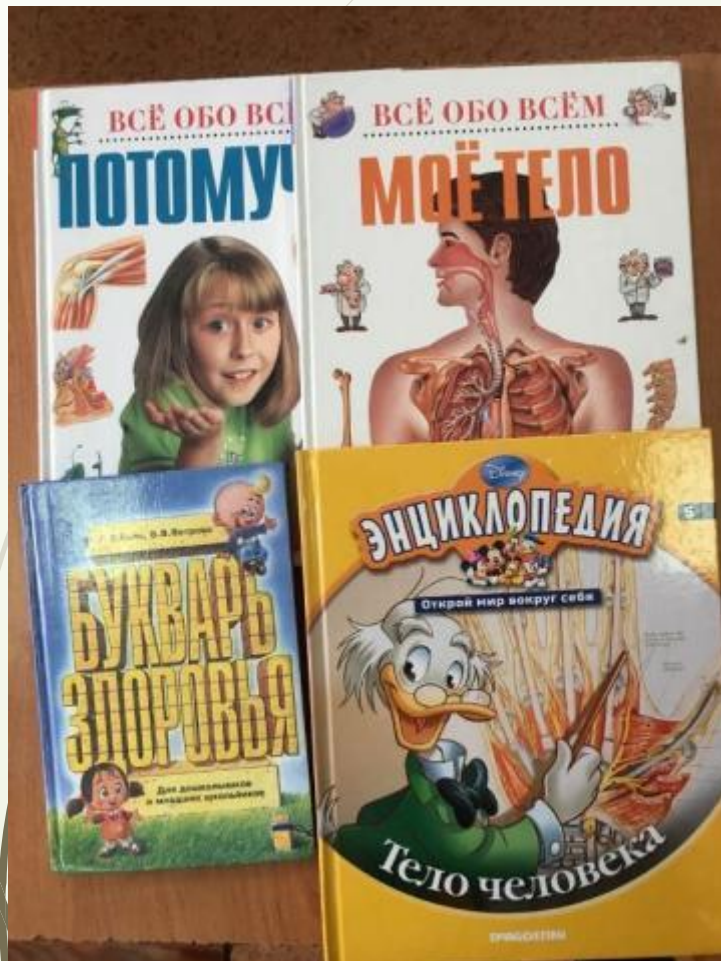




## Чтение художественной литературы Дидактический материал



# Чтение художественной литературы



## Работа с родителями продолжается



## Сюжетно-ролевые игры



# Движение – жизнь!



:В группе:



# У нас есть тема дня

- **Понедельник:** "Гигиена». Совместная игра «Шар по кругу»: Дети образуют круг, под музыку передают мяч по кругу. Музыка останавливается, у кого в руках оказался мяч, отвечает на вопрос: «Как я помогаю маме?».
- **Вторник :**»Овощи и фрукты. Приключения в стране витаминов».
- **Среда:** Закаливание Цели дня: Расширение представлений о пользе закаливания. Чтение художественной литературы: «Доктор Айболит». Сюжетно-ролевая игра: Больница. Закаливание: Упражнение на осанку Упражнение на профилактику плоскостопия «Подними мячик»
- **Четверг:**«Движение с радостью».П/и.
- **Пятница:** « Путешествие в страну здоровья».Обобщение за неделю.Д/з.



# Сетевое взаимодействие

## Коробочки, коробочки, коробочки







# Путешествие в городок здоровья













**Только совместная деятельность педагога, родителей и детей может дать значительные результаты.**

**В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.**







**Будьте здоровы!**