

# Проект

## « Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим »



## **Актуальность проекта:**

**Актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья.**

**В связи с этим нами был выбран и разработан проект «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим».**



## **Цель проекта:**

**формирование представление о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье.**

## **Задачи проекта:**

- пропаганда здорового образа жизни.**
- подведение к осознанию потребностей ребёнка в знаниях о себе и о своём здоровье.**
- формирование навыков ухода за телом, создание условий для закаливания.**



# Этапы реализации проекта:

## 1-й этап – подготовительный

- изучить методическую, научно - популярную и художественную литературу по теме;
- подобрать иллюстративный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой, познавательной, театрализованной деятельности;
- составить план мероприятий, картотеку стихов, загадок, пословиц, зрительной и дыхательной гимнастики;
- привлечь родителей к совместной работе с ДООУ по воспитанию культуры здоровья старшего дошкольного возраста





## 2-й этап – основной

Тематические беседы  
«Наши верные  
друзья – режим дня»,  
«Зачем мы спим?»,  
«Красивая осанка».

Интегрированное  
занятие  
«На зарядку  
становись!»

Работа с детьми

Просмотр презентаций  
и видео  
«Когда это бывает?»,  
«Полезно-вредно»,  
«Королева Зубная  
щетка»,  
«Зарядка для хвоста».

Зарядка с  
использованием  
видеотеки ДОУ.  
П.И: «Не спи, не  
зевай», «День -  
ночь», «Живые  
часы».

## **Работа с родителями:**

- 1. Знакомство с мероприятиями проекта, включение родителей в ход проекта.**
- 2. Консультация «Соблюдение режима дня».**
- 3. Воспитание у детей культуры поведения за столом.**
- 4. Пригласить родителей на совместную зарядку.**

**3-й этап - заключительный.**

**Итогом нашей работы стала фотовыставка «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим».**

**<https://ok.ru/video/400472148576>**

## **Выводы:**

**Работа в данном направлении была интересна педагогам, родителям, так как они были вовлечены в воспитательно - образовательный процесс, что позволило им сделать правильный выбор в развитии и сохранении здоровья своего ребёнка.**

