

# Проект «Детская энциклопедия здоровья»



Подготовила: Малкина Н.А.  
Воспитатель МАДОУ детский сад № 11  
Центр развития ребёнка.  
Старшая группа № 7  
2016 год



**Тема:** Формирование основ здорового образа жизни

**Название:** «Детская энциклопедия здоровья»

**Тип проекта:** Оздоровительный, познавательно – творческий

**Цель:** Воспитание ребёнка старшего дошкольного возраста как субъекта здоровьесберегающей деятельности.

**Участники проекта:** Воспитатель, воспитанники, родители.

**Продолжительность:** Краткосрочный – Июнь–Июль 2016 год.





### **Актуальность**

**Здоровый образ жизни** - это образ жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья человека. Поэтому здоровый образ жизни (ЗОЖ) рассматривается не только как медицинская, но и как социально-экономическая проблема.

-Здоровье человека – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.

-Духовное здоровье – умение жить в сочетании с собой и окружающими .

Здоровый образ жизни – это не только все знания, усвоенные за определенное время, а целый стиль жизни, адекватное поведение в разных жизненных ситуациях. Ведь дети могут оказаться в абсолютно неожиданных ситуациях, и основная цель их – развить у них самостоятельность, ответственность, а иногда и автоматизм. Всё, чему родители и педагоги учат детей, должно применяться ими в реальной жизни.

Воспитание ребёнка дошкольного возраста как субъекта здоровьесберегающей деятельности необходимо – это наше будущее, от них зависит здоровье нашей нации.



**Цель:** Воспитание ребёнка старшего дошкольного возраста как субъекта здоровьесберегающей деятельности.

**Задачи:**

1. активизировать субъектные начала личности старших дошкольников в здоровьесберегающей деятельности;
2. актуализировать имеющийся у детей опыт (совокупность знаний и умений) по здоровьесбережению в самостоятельной детской деятельности;
3. воспитывать ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни у старших дошкольников;
4. воспитывать потребность обобщать и передавать имеющийся у детей опыт младшим сверстникам, заботиться о них;
5. развивать у детей навыки партнёрской деятельности и сотрудничества, умения взаимодействовать друг с другом в труде;
6. поддерживать успехи и достижения детей, воспитывать чувство гордости за результаты собственного и общего труда.

- 
- 
1. активизировать субъектные начала личности старших дошкольников в здоровьесберегающей деятельности;
  2. актуализировать имеющийся у детей опыт (совокупность знаний и умений) по здоровьесбережению совместно с педагогом и в самостоятельной детской деятельности;

**Беседы, просмотр DVD дисков по теме.**

**Чтение художественной литературы.**



Подвижные и дидактические игры.





Физические упражнения и оздоровительный бег.





3. воспитывать ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни у старших дошкольников. Закаливание.



- Приём на свежем воздухе
- Водные, воздушные и солнечные ванны.
- Сон с открытой фрамугой.
- Мытьё рук до локтя и ног.
- Утренняя зарядка на улице.
- Зарядка после сна. (хождение по дорожкам здоровья, босиком, в зале после проветривания)
- Оздоровительные прогулки за пределы детского сада.











4.воспитывать потребность обобщать и передавать имеющийся у детей опыт младшим сверстникам, заботиться о НИХ;



НИХ;



5.развивать у детей навыки партнёрской деятельности и сотрудничества, умения взаимодействовать друг с другом в труде;  
6.поддерживать успехи и достижения детей, воспитывать чувство гордости за результаты собственного и общего труда.







**Будьте здоровы!!!**

