**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательной учреждение «Детский сад комбинированного вида № 6 «Ромашка»**

**Краткосрочный проект по здоровьесбережению**

**«Мы будем здоровы!»**

**(подготовительная к школе группа)**

Авторы проекты: Симоненко Н.С

Холодкова О.С.

Междуреченск 2024

Пояснительная записка:

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

**Цель** инновационного проекта по здоровье сбережению : сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровье сбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

**Задачи**проекта по здоровье сбережению :

1. Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

2. Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.

3. Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.

4. Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.

5. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

Предполагаемые результаты проекта по здоровье сбережению :

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;

2. Сформированность гигиенической культуры;

3. Улучшение соматических показателей здоровья;

4. Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Реализация проекта по здоровье сбережению :

с 09 января по 09 февраля 2024г.

Тип проекта по здоровье сбережению :

Краткосрочный;

Участники проекта :

Воспитатели, дети.

Формы работы с детьми:

- познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий, картонажный театр, театр кукол, просмотр презентаций по теме;

- конструирование, аппликация, лепка, рисование;

-подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемные ситуации;

Ресурсное обеспечение проекта по здоровье сбережению :

- Физкультурный уголок в группе. ;

- Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.

- Методический инструментарий (картотека подвижных игр, схемы бесед, занятий, сценарий спортивного развлечения и т. д.).

- Подборка методической литературы “Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста”.

Содержание инновационного проекта по здоровье сбережению :

Этапы и сроки реализации:

1 этап: подготовительный -разработка перспективного плана, подготовка цикла тематических мероприятий;

2 этап: практический- проведение цикла тематических мероприятий; организация целенаправленной консультативной деятельности с родителями по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей, подготовка выставки рисунков *«Друзья Мойдодыра»*.

3 этап: заключительный -проведение спортивного – развлекательного мероприятия *«Мы здоровье сбережем»*.

Оформление выставки плакатов: «Овощи и фрукты – важные продукты, *«Спорт в моей семье»*, *«Зубная щётка – лучший друг всех зубов»*, *«Закалка, спорт, движенье- всех целей достижения!»*, *«Правила, которые мы не будем забывать»*.

Полученный результат инновационного проекта по здоровье сбережению :

Получение детьми знаний о здоровом образе жизни, повышение эмоционального, психологического, физического благополучия, сформированность гигиенической культуры, улучшение соматических показателей здоровья, моральное удовлетворение.

План реализации инновационного проекта по здоровье сбережению.

Понедельник

*«Где прячется здоровье»*.

Утро: Утренняя гимнастика *«Здоровью скажем - да!»*.

Музыкальное занятие *«Музыка и здоровье»*.

Беседа: *«Что такое здоровье, как его сохранить и приумножить»*.

С/р игра *«Магазин полезных продуктов»*.

Прогулка: Игры с бегом: *«Быстро возьми, быстро положи»*; Игры с прыжками: *«Лягушки и цапли»*; Игры с бросанием и ловлей: *«Кого назвали - тот и ловит»*. Вечер: Д/и *«Что полезно, а что вредно для здоровья»* Чтение произведений: А. Барто *«Девочка чумазая»*, С. Михалков *«Про мимозу»*, И. Семёнов *«Как стать Неболейкой»* Просмотр мультфильма *«Доктор Айболит»*.

Вторник

*«Здоровые зубки»*.

Утро: Утренняя гимнастика *«Здоровью скажем - да!»*.

Беседа: *«Здоровые зубки»*.

Чтение сказки *«Сказка о зубной щетке»*.

Д/и *«Что вредно, а что полезно для зубов»*.

Продуктивная деятельность: аппликация *«Зубная щетка для мальчика Пети»* Прогулка: Подвижные игры-эстафеты: *«Перевези лекарства»* *(бег, координация движений)* *«Займи место в обруче»* *(прыжки, развитие ловкости)* *«Собери мячики»* *(метание в цель, развитие глазомера)*.

Вечер: С/р игра *«Поликлиника»*.

Чтение произведений: Зайцев *«Приятного аппетита»* *«Крепкие, крепкие зубы»*, А. Анпилов *«Зубки заболели»*.

Среда

*«Мойдодыр»*

Утро: Утренняя гимнастика *«Здоровью скажем - да!»*.

Беседа *«Микробы и вирусы»* Чтение К. И. Чуковского *«Мойдодыр»*.

Прогулка: Подвижные игры: Игры – эстафеты.

Самостоятельная деятельность детей.

Вечер: Пальчиковая гимнастика *«Моем руки чисто-чисто»*. Театр. деятельность *«Мойдодыр»* Д/и *«Предметы личной гигиены»*.

Четверг

*«Здоровое питание»*

Утро: Утренняя гимнастика «Здоровью скажем *«Да»*.

Беседа *«Волшебник – шиповник»*.

Загадки об овощах и фруктах.

Прогулка *«Витаминная семья»* - эстафета.

Полдник:

*«Дегустация волшебного напитка шиповника»*.

Вечер: Инсценировка стихотворения *«Однажды хозяйка с базара пришла»*. Дидактическая игра *«Полезная и вредная еда»*.

Пятница

Спортивно – развлекательное мероприятие: *«Мы здоровье сбережём»*.