**Проект в средней группе : «Будь здоров!»**

Вид проекта : познавательный, КРАТКОСРОЧНЫЙ

Участники: воспитатели, дети, родители.

Возраст детей :4-5 лет средняя группа .

Актуальность проекта : в связи с тем что у детей участились простудные заболевания потребовалось уделить особое внимание воспитанию физически здорового и социально –адаптированного ребенка , воспитывать у детей ответственность за свое здоровье , развивать потребность в здоровом образе жизни .

Цель: формировать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение оберегать и сохранять свое здоровье.

Задачи:

1.Воспитание культурно гигиенических навыков.

2. Дать представление о здоровом образе жизни.

3. Совершенствование двигательных способностей, развитие физических качеств.

 Деятельность педагога.

 Чтение художественной литературы.

Подбор иллюстрации музыкальных произведений

Работа с родителями :

Консультации

 Изготовление ковриков здоровья.

Предполагаемый результат

для детей:

Дети должны иметь представление о здоровье.

Дети должны знать правила гигиены и самообслуживания соответственно возрасту.

Дети должны знать о пользе овощей и фруктов для здоровья .

Создание здоровье сберегающей среды в группе ;

для родителей

Повышение компетентности родителей в вопросах воспитания здорового образа жизни

Продукт проектной деятельности :

Беседа о пользе витаминов..

 Мы здоровьем дорожим – соблюдаем свой режим.

«Спасибо зарядке-здоровье в порядке »

Не хочу болеть ( беседа о том что болеть это плохо)

Физкультурные занятия

Консультация для родителей : «Растим здорового ребенка».

Этапы проекта

I этап – подготовительный

Подбор литературы и иллюстративного материала.

Привлечение внимания родителей к вопросам по оздоровлению детей.

2этап:

разработка комплекса мероприятий

 Работа с родителями ( консультации , памятки)

3 этап – завершающий

Реализация проекта

Физкультурно-оздоровительные мероприятия

Утренняя гимнастика

Подвижные игры

Физкультурные занятия -

Прогулки

Игровые упражнения.

 2Оздоровительно – профилактические мероприятия:

Дыхательная гимнастика
 Пальчиковая гимнастика

Само-массаж

Физкультминутки

 НОД по познавательному речевому развитию.

Беседы:

«Витамины я люблю- быть здоровым я хочу»

«Что делать если заболел?»;

«О пользе спорта и здоровья»

Дидактические игры

«Полезно - вредно»,

«Чудесный - мешочек»

«Что лишнее?»

Сюжетно- ролевые игры:

«Семья»

«Магазин»

Проведение подвижных игр