

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №19
«ВАСИЛЕК», РЕСПУБЛИКА КОМИ, Г.ИНТА.

Проект «Быть здоровым очень важно»

Авторы проекта
инструктор по физической культуре
Жевлакова Алла Леонидовна
воспитатель
Зуева Елена Викторовна

Инта
2018

Проект «Быть здоровым очень важно»

Авторы проекта: инструктор по физической культуре Жевлакова А.Л.; воспитатель группы детей со сложным дефектом Зуева Е.В..
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №19 «Василек» компенсирующего вида.

Актуальность:

Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Поэтому дошкольное детство, когда жизненные установки ребенка еще недостаточно прочны и нервная система отличается особой пластичностью, является чувствительным периодом формирования мотивации к здоровью и ориентации жизненных интересов на здоровый образ жизни. Перед нами стоит трудная задача: не только сохранить здоровье дошкольника, и укрепить его, но и сформировать у детей, хотя бы элементарные представления о здоровом образе жизни, о способах его сохранения и укрепления.

Тип проекта: творческо-исследовательский.

Продолжительность: долгосрочный.

Сроки реализации: сентябрь – март.

Интеграция областей: «Физическое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Познавательное-речевое развитие», «Коммуникативно-личностное развитие».

Участники проекта: дети подготовительной к школе группе с общим недоразвитием речи, нарушением зрения, со сложным дефектом, с задержкой психического развития и их родители, воспитатели, музыкальные руководители, учителя - логопеды, дефектолог, инструктор по физической культуре, медсестра детского сада, работники пищеблока.

Продукт проекта: стенгазета, групповой центр «Мы за здоровый образ жизни»

Цель: обогащение знаний у старших дошкольников о здоровом образе жизни, способах укрепления здоровья, о факторах, влияющих на здоровье. Создание благоприятных условий для привлечения родителей к активному участию в деятельности дошкольного учреждения. Привлечение педагогов и других работников детского сада к реализации проекта.

Задачи для детей:	
Задачи	Ожидаемые результаты
<p>Образовательные.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать представление о «здоровом образе жизни» и его важных компонентах. 2. Формировать представление о факторах, влияющих на здоровье человека и способах его укрепления. 3. Формировать представление о режиме дня. 4. Продолжать прививать культурно - гигиенические навыки. 5. Формировать представление о зависимости здоровья от качественного и правильного питания. 6. Научить использовать специальные физические упражнения для укрепления ОДА, органов дыхания. 7. Научить способам закаливания. <p>Развивающие.</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Развивать способность сравнивать, находить причинно-следственные связи между факторами, влияющими на организм человека и состоянием здоровья, делать выводы. 8. Развивать способность понимать необходимость бережного отношения к своему здоровью. <p>Воспитательные.</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни, формировать интерес и положительное отношение к способам укрепления и сохранения здоровья. 	<p>Образовательные.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Осознание детьми понятия «здоровый образ жизни» как нормы повседневной жизни и его влияние на состояние здоровья. Называют компоненты ЗОЖ; 2. Знают, что на здоровье человека влияют солнце, воздух, вода; качество продуктов питания, соблюдение чистоты, личная гигиена, двигательная активность, режим дня; называют способы укрепления здоровья: закаливание, питание, двигательная активность, культурно-гигиенические навыки 3. Умеют описывать свой режим дня; 4. Без напоминания моют руки после туалета, перед едой, после прогулки, моют овощи и фрукты перед едой, 5. Могут назвать полезные и вредные для здоровья продукты, различать качество продуктов по виду и запаху. 6. Выполняют комплекс, состоящий из 6 упражнений, для профилактики нарушения осанки, плоскостопия, укрепления мышц дыхательной мускулатуры, 8. Проявляют интерес к закаливанию, по собственной инициативе поласкают горло, умывают лицо, руки прохладной водой <p>Развивающие.</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Способны находить связи между состоянием здоровья и качеством питания, соблюдением режима дня, выполнением физических упражнений, соблюдением чистоты, личной гигиены. 9. Объясняют, зачем необходимо правильно питаться, соблюдать режим дня, чистоту, личную гигиену заниматься физическими упражнениями <p>Воспитательные.</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. Стремятся соблюдать режим дня, выполнять физические упражнения, закаливание, гигиенические процедуры, интерес к здоровому питанию, внимание к качеству пищи. 11. Используют в сюжетно-ролевой игре полученные знания и умения о ЗОЖ.

Задачи для родителей	
Задачи	Ожидаемые результаты
<p>1. Систематизировать знания родителей о важных компонентах здорового образа жизни, и о их значении для здоровья детей;</p> <p>2. Расширить знания родителей о способах сохранения и укрепления здоровья</p> <p>3. Способствовать созданию активной позиции родителей в организации совместной деятельности с детьми по теме проекта.</p>	<p>1. Расширены знания родителей о важных компонентах здорового образа жизни: рациональном питании, режиме дня, личной гигиене, двигательной активности, закаливании; о их влиянии на здоровье ребенка;</p> <p>2. Стремятся внедрить здоровый образ жизни в семье;</p> <p>3. Стремятся использовать полученные знания о способах укрепления здоровья для оздоровления детей;</p> <p>4. Повышена заинтересованность родителей в жизни группы и в развитии у детей представлений, знаний и навыков ЗОЖ;</p>
Для педагогов	
Задачи	Ожидаемые результаты
<p>1. Вовлечь педагогов в образовательную деятельность по теме проекта</p> <p>2. Создать условия в группе для активной самостоятельной деятельности детей по развитию представлений о ЗОЖ.</p> <p>3. Пополнить информационную базу по теме проекта</p>	<p>1. Участвуют в проекте воспитатели, музыкальные руководители, учителя логопеды, инструктор по физической культуре, медсестра детского сада, работники пищеблока, младшие воспитатели;</p> <p>2. Созданы валеологические уголки в группах;</p> <p>3. Разработаны конспекты СООД, приобретена методическая литература по теме проекта.</p>

Предварительная работа.

1. Проведен цикл познавательных занятий «Я и моё тело».

Результат: сформированы представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.

1 этап – подготовительный			
Цель: определение проблемы			
Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность
<p>Сентябрь 2 неделя</p>	<p>Воспитатель: 1.Проведение родительского собрания. Цель: знакомство родителей с проектом и их участием в нем. 2.Заполнение опросных листов родителями по теме проекта. Цель: выявление знаний у родителей о здоровом образе жизни, способах сохранения и поддержания здоровья, используемых в семье способов сохранения здоровья. 2.Беседа с детьми: «Что такое здоровье», «Что такое ЗОЖ», «Как выглядит здоровый человек». Цель: выявление знаний детей о здоровье и здоровом образе жизни 3. Организация художественно-эстетической деятельности: «Здоровый человек»</p>	<p>Обсуждение с детьми понятия здоровья, зачем человеку нужно здоровье, что такое здоровый образ жизни.</p>	<p>Рисование: «Портрет здорового человека». Составление рассказа по рисункам: «Как выглядит здоровый человек».</p>

Погружение детей в проект.

Создание педагогической ситуации - в группу приходит девочка Таня, которая постоянно болеет, и просит детей ей помочь.

Физкульт-Ура.
Есть у нас в квартире Таня,
У неё всегда страдания,
Очень странная она:
Ни здорова, ни больна.
Каждый день у этой Тани
Начинается с рыданий:
«Умываться я боюсь,
Ой, не надо, простужусь!»
А ребята говорят
Тихо, без досады:
«Укреплять свой организм
Танечка нам надо!»
Во дворе звенят мячи,
Крутятся скакалки,
Дети лепят куличи

И везде веселье,
Только Таня у окна
Всё сидит, сидит одна.
Говорят, ребята ей:
«Выходи гулять скорей!
Солнце жарко греет,
Выходи скорее!»
Таня хнычет: «Ой, боюсь,
Я на солнце обожгусь!»
Всё сидела и сидела
Наша Таня за окном,
Быстро лето пролетело,
Осень капает дождём.
Но для радости и смеха
Даже дождик не помеха!

Таню девочки зовут:
«Выходи, грибы растут».
Таня плачет: «Не хочу,
Я же ноги промочу!»
А ребята ей в ответ:
«Дождик – не преграда,
организм свой укреплять
Танечка нам надо.» (З. Петрова) [9]

Постановка проблемы: чем мы можем помочь девочке Тане?

Анализ проблемы: внешний вид, чистота одежды, лица, рук, состояние здоровья, чем занимается в течении дня.

Вывод: не следит за своим здоровьем, не ведет здоровый образ жизни.

Игровая мотивация: научить девочку Таню вести здоровый образ жизни.

2 этап - организация деятельности.

Примерные сроки	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
<p>Сентябрь 3-4 нед</p>	<p>Постановка вопроса: «Что предпринять, чтобы научить Таню вести здоровый образ жизни?» Беседа: «Знаете ли вы как научить Таню вести здоровый образ жизни?» Использование модели трёх вопросов: что знают? Что хотят узнать? Что нужно сделать, чтобы узнать? В ходе обсуждений, во время групповых сборов был выработан план действий: - принято решение об использовании источников информации: в книгах, журналах, в интернете, спросить у родителей, педагогов детского сада. - Выбраны темы для обучения Тани здоровому образу жизни: «Откуда берутся болезни, и почему мы болеем», «Домашняя аптечка», «Мой режим дня», «Питание», «Физические упражнения». - организовать в группе центр «Мы за здоровый образ жизни» -Принято решение о создании стенгазеты для обучения девочки Тани здоровому образу жизни.</p>	<p>Рассматривание плакатов картинок, иллюстраций в журналах о здоровом образе жизни.</p>	<p>Помощь ребенку в поиске тем для стенгазеты, информации по интересующему его вопросу. Просмотр интернет сайтов, мультфильмов, чтение стихов, рассказов, журналов о здоровом образе жизни. Поиск печатного материала для группового центра «Мы за здоровый образ жизни!».</p>
<p>Воспитатель организует центр «Мы за здоровый образ жизни!», который пополняется печатным материалом.</p>			

3 этап – осуществление деятельности

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
Октябрь 1-2 нед	<p>Учитель – логопед, тифлопедагог, дефектолог: СООД «Кто такие микробы и вирусы? Что они делают в нашем организме» Цель: формирование представлений об опасных микробах и вирусах и их негативном влиянии на организм человека. Организация просмотра презентации «Осторожно микробы!» Цель: расширить представление детей о микробах и вирусах при просмотре презентаций, созданных родителями совместно с детьми.</p> <p>Воспитатель: 1. Беседа с детьми: «Невидимые друзья» Цель: формирование знаний о наличии в организме человека полезных бактерий. 3. Чтение художественной литературы «Петька - микроб» Григорий Остер Цель: знакомить детей с художественной литературой о полезных бактериях. 4. Организация сюжетно - ролевой игры, выставки рисунков. 5. Папка - передвижка для родителей «Внимание микробы и вирусы!»</p> <p>Музыкальный руководитель: Танец: «Микробы» Цель: подготовка к выступлению на физкультурно-спортивном празднике «Супермама».</p> <p>Инструктор по физической культуре: П/И «Убеги от микроба»</p>	Обсуждение с детьми, что нарисовать, чтобы всем было понятно, сколько микробов и вирусов вокруг нас. Сюжетно-ролевая игра «Приключение Петьки микроба по организму»	Рисование: «Микробы и вирусы вокруг нас» Цель: подготовка к выставке «Микробы и вирусы вокруг нас».	Совместно с ребенком поиск информации о микробах и вирусах. Создание презентации «Осторожно микробы и вирусы!»

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
Октябрь 3-4 нед	<p>Воспитатель</p> <p>Беседа:</p> <p>2. «А знаешь ли ты, что нужно сделать если в организм попал опасный микроб или вирус?»», Цель: закрепление знаний о выявление знаний у детей о их действиях во время болезни.</p> <p>1. «Как правильно себя вести, чтобы не заболеть?» Цель: выявление знаний о зависимости состояния здоровья от собственных действий.</p> <p>Чтение художественной литературы: «Жила-была простуда», «Как Аня победила страх перед зеленкой», «Больной живот», «Девочка несчастье», «Как Коля подружился со своим горлом». [1] Цель: формирование знаний и о причинно-следственных связях между факторами, влияющими на здоровье и их последствиями для здоровья человека.</p> <p>Аппликация: «Аптечка» Цель: закрепить знания о предметах в аптечке</p> <p>Организация выставки: «Аптечка».</p> <p>Дидактические игры: «Определи следствие неправильных действий» «Назови причину болезней и травм». [1] Цель: развитие умения определять следствие событий, находить причинно-следственные связи.</p> <hr/> <p>Медсестра: экскурсия в медицинский кабинет Беседа с детьми: «Что делать если ты заболел или поранился?» Цель: формирование знаний о правилах поведения во время болезни.</p> <p>Беседа: «Для чего нужна аптечка?» Цель: знакомство с назначением аптечки, её содержанием и правилами обращения с лекарственными препаратами.</p> <p>Консультация для родителей: «Если ребенок заболел. Первая помощь». Цель: систематизирование знаний у родителей о их действиях при выявлении заболевания у ребенка.</p>	<p>-Обсуждение с детьми, историй из своего опыта о причинах болезни.</p> <p>Цель: формирование умения охарактеризовать свое самочувствие.</p> <p>- Обсуждение с детьми к кому необходимо обратиться если ты заболел, правила поведения во время болезни.</p> <p>-Обсуждение историй из прочитанных сказок.</p> <p>Цель: закрепление знаний о правилах поведения во время болезни.</p>	<p>Аппликация «Аптека» Сюжетно-ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Маша заболела».</p>	<p>Изготовление атрибутов для сюжетно-ролевых игр. Беседа с детьми: правила обращения с лекарственными препаратами. Подбор печатного материала, иллюстраций по теме «Что делать если ты заболел».</p>

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
Ноябрь 1-2 нед	<p>Учитель–логопед, тифлопедагог, дефектолог: СООД: «Наши верные друзья» Цель: формирование знаний о способах сохранения и укрепления здоровья</p> <p>Воспитатель Беседа: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым» Цель: выявление знаний у детей о способах сохранения здоровья, полученных на занятиях. Беседы в режимных моментах. Цель: формирование интереса к способам сохранения и укрепления здоровья Организация среды для самостоятельной художественной деятельности (на выбор ребенка). Цель: создание материала для рубрик в стенгазету. Организация детей для разгадывания кроссвордов Цель: закрепление знаний детей о способах сохранения и укрепления здоровья</p> <p>Музыкальный руководитель: Разучить зарядку: «Делайте зарядку», Цель: выступление на физкультурно-спортивном празднике «Супермама»</p> <p>Инструктор по физической культуре: СООД «Мы здоровье укрепляем упражнения выполняем» Цель: формирование знаний об упражнениях профилактика нарушения осанки и плоскостопия. Разучивание комплекса упражнений для профилактики нарушения осанки и плоскостопия. Папка передвижка для родителей: «Комплекс упражнений для профилактики нарушения осанки и плоскостопия», «Игры которые лечат» «Прогулки каждый день с подвижными играми».</p>	<p>Обсуждение способов укрепления здоровья. Выбор способов укрепления здоровья для рубрик в стенгазету: режим дня, питание, физические упражнения. Распределение группы детей на подгруппы по желанию с целью создания материала для рубрик в стенгазету. Составление фотоотчета художественной деятельности. Размещение материала на страничке группы vkontakte.</p>	<p>Просмотр печатного материала, выбранного родителями для зоны «Мы за здоровый образ жизни». Художественная деятельность (аппликация, рисование, раскрашивание шаблонов). Цель: создание материала для рубрик стенгазеты.</p>	<p>Поиск печатной информации, иллюстраций, шаблонов раскрасок в интернете о способах сохранения здоровья для пополнения центра «Мы за здоровый образ жизни». Составление кроссворда по теме: «Способы сохранения здоровья» для стенгазеты Обсуждение с детьми фотоотчета в группе vkontakte.</p>

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
Ноябрь 3-4 нед	<p>Учитель – логопед, тифлопедагог, дефектолог: СООД: «Мой режим дня» Цель: формирование знаний о необходимости режима дня.</p> <hr/> <p>Воспитатель Беседа: «мой режим дня», Цель: формирование интереса к компонентам режима дня Чтение художественной литературы: 1. С.Я Маршак «Дядя Степа», 2. Г. Зайцев «Спокойной ночи» [3] Цель: формирование понимания необходимости соблюдать режим дня. 2. «Зарядка и простуда» [1]. Цель: формирование понимания пользы зарядки для организма человека Дидактическая игра: «Кто самый внимательный?» Цель: закрепление знаний о режиме дня Образовательная деятельность в режимных моментах Цель: закрепление знаний о необходимости проведения мероприятий в режиме дня. Организация среды для самостоятельной художественной деятельности: раскрашивание «Мой режим дня» Консультация для родителей «Формирование интереса ребенка к мероприятиям в режиме дня». Папка передвижка: «Доступные способы закаливания»</p> <hr/> <p>Инструктор по ФК: СООД: «Путешествие в страну здоровья». СООД: «Здоровье в порядке - спасибо зарядке» [5]. Цель: формирование умения подбирать упражнения для утренней зарядки и проводить её самостоятельно. Папка передвижка: «Почему нужно дышать носом», «Здоровье в порядке! Спасибо зарядке!», «Игры на прогулке». Консультация «Как правильно закаляться?»</p>	<p>Обсуждение историй из личного опыта о нарушении режима дня и последствиях для здоровья. Обсуждение видов закаливания в детском саду и о необходимости проводить закаливание дома. Составить фотоотчет «Режим дня в детском саду» и разместить его в группе vkontakte.</p>	<p>Художественная деятельность: раскрашивание «Мой режим дня». Составление рассказа по рисункам Цель: закрепление знаний о компонентах режима дня.</p>	<p>Составить режим дня. Соблюдение режима дня в семье, введение в режим дня доступных, не требующих долгой подготовки, закаливающих процедур: полоскание горла, умывание лица, шеи, рук прохладной водой. Совместно с детьми создать печатный материал разученного на занятиях по физкультуре комплекса упражнений для профилактики нарушения осанки и плоскостопия. Обсуждение с детьми фотоотчета в группе vkontakte «Режим дня»</p>

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
Декабрь 1-2 нед	<p>Учитель – логопед, тифлопедагог, дефектолог: СООД: «Чистота залог здоровья». Цель: закрепление знаний о микробах, о предметах личной гигиены, формирование знания о необходимости уборки в квартире.</p> <p>Воспитатель: Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Пожалей свою бедную кожу», «Друзи с водой» [3], А. Барто «Девочка чумазая» К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?», Т.А. Шорыгина «Чистота залог здоровья» [7]. Цель: формирование понимания о необходимости соблюдения личной гигиены и чистоты. Организация художественно-эстетической деятельности (на выбор ребенка): лепка «Предметы гигиены. Предметы для уборки в квартире» Цель: закрепление знаний по теме организованной самостоятельной деятельности Дидактические игры: «Туалетные принадлежности», «Правила гигиены», «Закончи предложение» Цель: закрепление знаний по темам «Чистота залог здоровья», «Откуда берутся болезни» Организация среды для самостоятельной деятельности: сюжетно ролевая игра «Уборка в доме», «Дочки матери» Консультация для родителей: «Как приучить ребенка ухаживать за собой» Цель: информирование родителей о способах формирования навыков личной гигиены у ребенка. Папка передвижка: «Осторожно пылевой клещ! Как от него избавиться»» Инструктор по ФК: ПЦИ «Кто быстрее наведет чистоту»</p>	<p>Обсуждение с детьми, какие предметы необходимо лепить. Жеребьевка для разделения детей на подгруппы с помощью «Волшебного сундучка» с картинками по теме лепки. Создать фотоотчет по теме лепки для стенгазеты и разместить его в группе vkontakte.</p>	<p>Художественно-эстетическая деятельность: лепка «Предметы гигиены. Предметы для уборки в квартире» Сюжетно ролевая игра «Уборка в доме», «Дочки матери».</p>	<p>Привлечь ребенка к уборке в квартире. Отгадывание загадок о чистоте и гигиене Просмотр мультфильмов: «Мойдодыр», «Федорино горе» Совместно с детьми подбор печатного материала по теме «Чистота залог здоровья» (загадки, пословицы, поговорки). Обсуждение с детьми фотоотчета в группе vkontakte.</p>

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
Декабрь 3-4 нед	<p>Учитель – логопед, тифлопедагог, дефектолог Нод: «Волшебная кастрюля» Цель: формирование знания о полезных, вредных и опасных продуктах питания.</p>	<p>Посадка лука на перо и семян петрушки на зелень. Рассматривание фотографий, обсуждение рецептов блюд, приготовленных с родителями. Обсуждение эксперимента «Опасная еда».</p>	<p>Художественно-эстетическая деятельность: «Придумай и нарисуй рецепт полезного блюда»</p>	<p>Приготовление полезного блюда по рецепту ребенка. Провести с ребенком эксперимент: «Опасная еда». Подготовить фотоотчет для рубрик в стенгазете о проделанной работе.</p>
	<p>Воспитатель: Беседа: «Полезная пища», «Витамины и здоровье». «Опасная еда» Цель: формирование у детей представления о том, что здоровая пища-это один из факторов ЗОЖ человека, формирование знания об опасной еде. Тематическая экскурсия на кухню Цель: знакомство с профессией повара, с правилами приготовления вкусной и полезной пищи. Коллективная работа (лепка) тема: «Витамины на тарелке» Цель: закрепление знаний о полезных продуктах Труд: приготовление винегрета и фруктового салата Цель: обучение приготовлению полезных блюд Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Приятного аппетита» [3], стихи о полезных продуктах [8]. Дидактические игры: «Где живут витамины». Цель: закрепление знаний о витаминах и их содержание в продуктах</p>			
	<p>Медсестра Консультации для родителей «Пищевая аллергия», «Рациональное питание дошкольников»</p>			
<p>Инструктор по ФК М/п игры: «Вредно полезно», «Овощи фрукты». Эстафеты: «Полезная пища», «Из чего варится каша».</p>				

Примерные сроки	Деятельность специалистов	Совместная деятельность с воспитателем	Самостоятельная деятельность	Совместно с родителями
<p>Январь 3-4 нед Февраль 1-2 нед.</p>	<p>Учитель – логопед, тифлопедагог, дефектолог СООД: «Почему полезно заниматься физкультурой» Цель: формирование знаний о пользе физической культуры и спорта, как важного компонента здорового образа жизни. Просмотр презентаций о спортсменах «Хотим быть похожими на них». Цель: формирование понимания необходимости заниматься физкультурой и спортом на примере великих спортсменов России и Коми.</p> <hr/> <p>Воспитатель: беседа: «Мы дружим с физкультурой». Цель: закрепление представлений о пользе физической культуры для здоровья человека. СООД: «Движение – существенный признак жизни» [5]. Цель: формировать понимание о пользе двигательной активности для организма человека Чтение художественной литературы Пословицы, поговорки, отгадывание загадок про спорт и физкультуру. Дидактические игры: «Угадай вид спорта», «Угадай вид спорта по описанию», продолжить предложение «Я занимаюсь физкультурой потому, что...». Инструктор по ФК: СООД с участием родителей: «Мы спортсмены» М/И «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем» Мастер-класс для родителей «Упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия». Цель: формирование практических навыков в области профилактики нарушения осанки и плоскостопия с помощью физических упражнений. Музыкально-спортивный праздник с участием родителей «Супермама». Цель: пропаганда здорового образа жизни, закрепление знаний по теме «Здоровый образ жизни». Папка передвижка: «Роль семьи в физическом воспитании ребенка», «Выбираем вид спорта»,</p>	<p>Опытно-познавательная двигательная деятельность детей после сна (совместно с воспитателем) Цель: формирование знаний о необходимости укреплять мышечную систему. Поместить на страничку в группе vkontakte фотоотчета с праздника «Супермама», мастер-класса «Упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия»</p>	<p>Выполнение комплекса упражнений для профилактики нарушения осанки, плоскостопия на утренней зарядке.</p>	<p>Поиск информации о великих спортсменах России и Коми. Создание презентации «Хотим быть похожими на них» Создание печатного материала (стихи, поговорки пословицы, загадки про спорт и физкультуру) для рубрики в стенгазету. Нарисовать схему упражнения. Посещение открытого занятия и мастер - класса Участие в спортивном празднике «Супермама» Научить родителей на открытом занятии комплексу упражнений для профилактики нарушения осанки и плоскостопия. Совместный просмотр фотоотчёта в группе vkontakte.</p>

Примерные сроки	Совместная деятельность с воспитателем
Февраль 3-4 нед	<p>Во время групповых сборов проведено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализ собранного материала; - распределение материала по темам; - принято решение создать рубрики стенгазеты: «Откуда берутся болезни, и почему мы болеем», «Домашняя аптечка», «Мой режим дня», «Питание», «Физические упражнения»; - путем жеребьевки «Волшебный мешочек» распределение детей по рубрикам стенгазеты; каждая группа оформляет свою мини стенгазету. - принято решение – каждая группа проводит обучение девочки Тани по своим темам. - после обучающих занятий, мини стенгазеты склеить в одну общую и подарить её Тане.

4 этап - презентация

Март 1-2 нед	<p>Проведение занятий с девочкой Таней по обучению её здоровому образу жизни. Цель: закрепление знаний по темам проекта.</p>
Март 3-4 нед	<p>Родительское собрание. Круглый стол: «Чему научил нас и наших детей проект «Быть здоровым очень важно». Анкетирование родителей по теме проекта. Цель: подведение итогов, выявление недочетов проекта, введения новых тем в проект для изучения детьми.</p>

Список использованной литературы.

1. Алябьева Е.А. Знакомим детей с человеческим организмом. Сказки, рассказы, игры, стихи, загадки, для детей 6-9 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 128с.
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат (для детей от 5 до 7 лет). — М.: Педагогическое общество России, 2005. — 96 с.
3. Деркунская В.А. Проектная деятельность дошкольников. Учебно-методическое пособие. — М.: Центр педагогического образования, 2012— 144 с
4. Зайцев Г. К - Уроки Мойдодыра — СПб: Издательство Детство-Пресс, 1999. —32 с
5. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под.ред. Н.Е. Вераксы., Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: Мозайка – Синтез, 2017. – 352с.
6. Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С., Гаврилова И.А. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни. – М.: ТЦ Сфера, 2013. – 128с.
7. Потапчук А. А., Матвеев С. В., Дидур М. Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте. - СПб: Издательство Речь, 2007. – 480.
8. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 64с.
9. <http://www.kalyakimalyaki.ru/paper241.html>
10. <https://rustih.ru/zoya-petrova-fizkult-ura/>