Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 125

**«Формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста посредствам дидактической игры**»

 **Подготовила:**

**воспитатель МБДОУ**

**детского сада №125**

**Уткина Марина Анатольевна**

**Тип проекта**: познавательно – исследовательский

**По количеству участников**: групповой

**По продолжительности**: среднесрочный

**Участники проекта**: педагоги: Уткина Марина Анатольевна, дети старшей группы.

**Срок реализации проекта**: сентябрь-ноябрь 2018 г.

**Актуальность:**

 Современные условия характеризуется достаточно быстрыми изменениями природной и социальной среды, что приводит к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. В связи с этим, проблема существенного ухудшения состояния здоровья подрастающего поколения является на сегодняшний день одной из актуальных.

Обострение проблем, которые связаны с сохранением и укреплением здоровья, требует создания системы обучения правилам здорового образа жизни. Сегодня человек не может считаться образованным, не освоив культуру здоровья, которая предполагает активное использование знаний, освещающих правила здорового образа жизни, средства сохранения и укрепления здоровья.

Огромные нереализованные возможности в укреплении здоровья таит в себе дошкольный возраст. В этом возрасте закладывается ядро личности. Этот возрастной период является важнейшим временем для формирования здорового образа жизни, так как ребёнку ещё сложно представить, что ему могут грозить какие-то заболевания, а запас здоровья, имеющийся у него, ограничен.

 Охрана здоровья детей дошкольного возраста является важнейшей социальной задачей, так как состояние здоровья подрастающего поколения определяет будущее нашего общества. Поэтому состояние здоровья детей в настоящее время является национальной проблемой, а формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является государственной задачей, решение которой во многом зависит от организации работы по данному направлению в дошкольном учреждении.

**Цель проекта:** формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста посредством дидактической игры.

**Задачи:**

- Сформировать представление о здоровье, ЗОЖ и его компонентах.

- Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников, приобщению ребенка к здоровому образу жизни.

- Формирование представлений дошкольников о здоровье, об умениях и навыках, содействующих его поддержанию, укреплению и сохранению посредством дидактической игры.

- Развивать у ребенка готовность самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением своего здоровья.

- Совершенствовать практические навыки здорового образа жизни.

- Повышение компетентности родителей по проблеме формирования у воспитанников предпосылок к здоровому образу жизни

***Этапы реализации проекта:***

1. **Организационный**

1. Осознание проблемной ситуации, выбор темы проекта.

2**.** Выявление первоначальных представлений детей о ЗОЖ.

3. Подбор методической и художественной литературы по теме.

4. Подбор дидактических игр.

 6. Составление плана - схемы проекта

7. Включение в план-схему проекта занятий дидактических игр.

**II. Основной (практический)**

Реализация проекта в образовательную практику (реализация запланированных игр с детьми).

**III. Заключительный**

 - Открытое занятие с использованием комплекса дидактических игр «Путешествие в страну Здоровья»

**Предполагаемые результаты:**

 У детей сформированы представление о здоровье, ЗОЖ и его компонентах.

**План работы:**

Разработана и апробирована программа работы по формированию представлений о здоровом образе жизни у старших дошкольников посредством дидактической игры. Программа включает 12 игр, которые подразделялись по видам: словесные, настольно-печатные, предметные. Дидактические игры имеют общую цель − формирование представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название игры | Вид игры | Дидактическая задача | Описание игры |
| 1 | «Из чего же сделано наше здоровье» | Сл | Сформировать представление о здоровье, ЗОЖ и его компонентах. | У каждого ребенка набор из 7 картинок, на которых  изображены дети, выполняющие различные действия, направленные на укрепление и поддержание здоровья: детям необходимо объяснить значения изображенных действий для здоровья. |
| 2 | «Кто здоровый, кто больной» | Н-П | Уточнить представления детей о здоровом и больном человеке. | Надо разложить карточки на две группы: с изображением ситуаций ведущих к болезни человека и ситуаций ведущих к здоровью человека.  |
| 3 | «Что вредно, что полезно» | Н-П | Сформировать представление о полезных и вредных привычках. | На столе красные и зелёные фишки. Необходимо на карточку с вредной привычкой положить зелёную фишку, на карточку с полезной привычкой - красную фишку. |
| 4 | «Что для здоровья хорошо…» | Н-П | Закрепить представление о хороших привычках, мотивировать на их выполнение. | Предлагается среди множества разных карточек, найти только карточки с изображением хороших привычек. |
| 5 | «Мой день» | Н-П | Сформировать представление о режиме дня. | В игре волшебник  перепутал картинки распорядка дня, и предлагает разложить картинки  по порядку. |
| 6 | «Что сначала - что потом» | Н-П | Закрепить представление о режиме дня. | Необходимо расположить карточки последовательно, в соответствии с режимом  (от утреннего подъёма до укладывания спать вечером). |
| 7 | «Правильно питаемся» | Сл | Сформировать представление о правильном питании. | Основа игры «Аскорбинка и её друзья». Воспитатель показывает картинки с изображением продуктов, дети называют продукт и объясняют, чем он вреден или полезен для человека. |
| 8 | «Полезно – вредно» | Н-П | Закрепить представления детей о полезных и вредных продуктах. | Выбрать карточки с полезными для [здоровья](https://infourok.ru/kartoteka-igr-valeologicheskogo-soderzhaniya-dlya-doshkolnikov-1602717.html) человека продуктами и положить их к карте с веселым человечком, а карточки с вредными для здоровья человека продуктами положить к карте с грустным человечком. |
| 9 | «Подбери картинки» | Н-П | Уточнить представления детей о предметах личной гигиены. | Воспитатель просит выбрать среди всех картинок только картинки с изображением предметов личной гигиены. |
| 10 | « Что для чего нужно» | Сл | Закрепить представления детей о правилах личной гигиены, о предметах личной гигиены. | Перед детьми лежат карточки с изображением различных предметов личной гигиены. Ребёнок, получая карточку, рассказывает о назначении этого предмета и о правилах пользования им. |
| 11 | «Хорошо - плохо» | П | Сформировать представления детей, о том, как помочь зубам быть здоровыми. | Среди предметов отобрать те, которые помогают быть зубам здоровыми и те, которые наносят большой вред. |
| 12 | «Что полезно для зубов, что вредно» | Н-П | Закрепить представления детей о том, какие полезные продукты для зубов, а какие вредные. | Ребёнок раскладывает картинки с изображением полезных и вредных продуктов для зубов. |
| 13 | «Если хочешь быть здоров…» | Сл | Формировать представления о правилах ЗОЖ, сохранении здоровья, профилактике болезней. | Воспитатель говорит: «Чтобы быть здоровым, ты будешь...», задача ребенка - дополнить первую часть предложения воспитателя и подобрать соответствующую позитивную сюжетную картинку. |
| 14 | «Одень куклу на прогулку» | П- Сл | Сформировать представления детей о том, как правильно одеваться в разное время года, профилактика болезней. | Воспитатель говорит, что кукла собирается на прогулку, но не знает, что ей одеть, сейчас такое-то время года; дети «одевают» куклу и объясняют свой выбор. |
| 15 |  «Чистые руки» | Н-П, П | Сформировать представление о случаях, когда необходимо мыть руки.Учить освоению навыков здорового образа жизни. | Воспитатель предлагает детям выбрать картинки, соответствующие правилу, когда надо мыть руки, и соответственно картинке найти объемные предметы. |
| 16 |  НОД «Путешествие в страну Здоровья»(комплекс дидактических игр) | Н-ППСл | Закрепить представления о правилах ЗОЖ, сохранении здоровья, профилактике болезней. Формирование установки на [здоровый](https://infourok.ru/viktorina-po-formirovaniyu-zdorovogo-obraza-zhizni-692651.html) образ жизни. | Д/игра «Правильное питание»: разложить картинки на две группы - вредные для здоровья и полезные.Д/игра «Личная гигиена»: необходимо посмотреть на плакат, выбрать предметы личной гигиены и найти карточку.Д/игра «Режим дня»: необходимо разложить в правильном порядке картинки по режиму. Д/игра «Наши привычки»: воспитатель предлагает детям разрезные картинки с изображением вредных и хороших привычек, дети собирают и делят их на две группы. |

 **Список литературы:**

1. В.Г. Алямовская «Как воспитать здорового ребёнка».

Уроки здоровья//Под ред. С.М.Чечельницкой. 1993.-87 стр.

1. Антохина А.В. «Дидактические игры и их роль в старшем дошкольном возрасте», М., 1999 г.- 92стр.
2. Васильева М.А. Руководство играми детей в дошкольных учреждениях.,-М., 1986. -136стр.

# Гуменюк Е.И. Слисенко Н.А. Будь здоров! Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.,-М., Детство- Пресс. 2010.- 85стр.

1. Запорожец, А.В. Игра и ее роль в развитии ребенка дошкольного возраста [Текст]: учебное  пособие / А.В. Запорожец, Т.А  Маркова.- М.: Просвещение, 1988. – 317 стр.
2. Новикова И.П. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников / И.П.Новикова. – М.: Мозаика - Синтез, 2014. – 536 стр.
3. Талькова Л. К., Максимова А. А. Формирование представлений здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста. // Вопросы дошкольной педагогики. - 2015. — №3. — 63стр.