**Консультация для воспитателей**

**о Проекте**

**по формированию культуры**

**здорового образа жизни**

**детей подготовительной группы**

**«Будь здоров, как Макс Орлов!»**

Проект систематизирует знания детей о здоровом образе жизни, полученные в дошкольном детстве, закладывает базовый уровень навыков здоровьесбережения.

Проект опирается на программу «Будь здоров, как Максим Орлов» под редакцией Аристовой Юлии Владимировны, филолог, писатель.

Актуальностью проекта является процесс развития личности дошкольника, главными аспектами которого являются: укрепление здоровья, привитие ценностей здорового образа жизни.

**Цель Проекта:** создание модели образовательного процесса по формированию у детей самостоятельности и ответственности в вопросах сохранения и укрепления своего здоровья, мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи Проекта:**

- формирование у детей основ культуры здорового образа жизни;

- укрепление здоровья и повышение функциональных возможностей организма воспитанников;

- развитие у детей двигательной активности и мотивации к занятиям физической культурой и спортом;

- создание условий для формирования интегративных качеств личности ребёнка;

- воспитание навыков собственного здоровьесбережения, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

В основе Проекта подход к процессу обучения, учитывающий взаимосвязь пяти направлений дошкольного образования – познавательное, физическое, социально-коммуникативное, речевое, художественно-эстетическое.

Ведущими формами организации занятия являются как групповые, так и подгрупповые. Основными методами занятий с детьми являются чтение, беседа и игра (дидактическая, сюжетная, подвижная, спортивная, пр.).

Исходная познавательная ситуация создаётся на основе чтения поэмы «Будь здоров, как Макс Орлов». Стихи легко воспринимаются и запоминаются детьми, что развивает их память, формирует интерес к правилам здорового образа жизни, положенным в основу каждого стихотворения, и развивают мотивацию к чёткому их соблюдению (через образную подачу принципов их выполнения).

**Тематическое планирование занятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Содержание и формы работы.** | **Кол-во занятий** |
| 1 | «Будь здоров, как Макс Орлов» – здоровый образ жизни. | Чтение и обсуждение поэмы. | **1** |
| 2 | Первая тайна Максима Орлова – полезные привычки.  «Не ленись, как Булкин Коля, поступай, как Макс Орлов!» | Беседа о полезных привычках. Динамическая пауза: подвижная игра «Зарядка».  Рассматривание иллюстрации «Микроб». Дидактическая игра «Угадай предмет».  Беседа о закаливании. | **1** |
| 3 | Вторая тайна Максима Орлова – правильное питание.  «Максу бабушка готовит борщ, котлету и компот». | Беседа «Пирамида питания» и обсуждение иллюстрации. Рассматривание иллюстрации «Белки, жиры, углеводы и продукты, их содержащие».  Дидактическая игра «Полезный продукт». | **1** |
| 4 | Третья тайна Максима Орлова.  «Чтобы крепким быть и сильным, ешь морковь и апельсины!» | Беседа «Витамины в продуктах». Презентация «Полезные продукты».  Дидактические игры: «Найди витамин»; «Узнай на вкус»; «Что можно приготовить из фруктов?».Динамическая пауза: подвижные игры «Фруктовая эстафета», «Компот». | **1** |
| 5 | Четвёртая тайна Максима Орлова.  «Фастфуд нам не друг» | Беседа о вреде фастфуда.  Дидактические игры: «Найди вредный продукт»; «Собери рюкзачок».  Динамическая пауза: подвижная игра «Выброси вредные продукты». | **1** |
| 6 | Правильное питание – главная тайна здоровья.  «Будь здоров, как Макс Орлов!». | Беседы о пользе воды для организма и о сладостях. Дидактические игры: «Съедобный – несъедобный продукт»; «Исправь ошибки в журнале «Незнайка».  Сюжетно-дидактическая игра: «Пишем письмо Коле». Демонстрация иллюстрации «Коля Булкин и Макс Орлов». | **1** |
| 7 | «Режим дня – пятая тайна Максима Орлова» | Дидактические игры: «Составление режима дня Коли Булкина»;  «Полезные дела»;  «Свободное время». | **1** |
| 8 | Вредные привычки Коли Булкина. «Виртуальная сеть Человека-паука» | Беседы об опасности интернет- зависимости и рекламы.  Рисование или лепка. | **1** |
| 9 | Шестая тайна Макси-ма Орлова.  «Не ленись, как Булкин Коля, поступай, как Макс Орлов!» | Беседа о здоровом образе жизни и спорте.  Дидактические игры: «Что делает спортсмен?»; «Спортсмен какого вида спорта?».  Загадки про спорт. | **1** |
| 10 | «Я – спортсмен, как Силачов, я здоров, как Макс Орлов». | Беседа о спорте.  Словарная работа. Дидактическая игра: «Что кому принадлежит?»  Рисование. | **1** |
| 11 | «Хоккейная дружина». | Беседа о хоккее.  Спортивная эстафета. | **1** |
| 12 | «Хоккейная дружина» (продолжение). | Лепка хоккеиста-вратаря.  Олимпийская символика.  Беседа, Викторина. | **1** |
|  |  | | **12** |
|  | | | |

Важной составляющей процесса реализации Проекта является разнообразная игровая деятельность, осуществляемая ребёнком совместно с другими детьми и взрослыми.

Использование педагогических форм и методов с детьми дошкольного возраста будут способствовать их полноценному психическому развитию, качественному восприятию всего учебно-развивающего материала, сохранению положительной эмоциональной обстановки в коллективе дошкольной организации в целом и способствовать решению задач по здоровьесбережению ребят.