

# Проект «Ключ здоровья»

Автор: Болдырева Юлия Сергеевна  
воспитатель высшей квалификационной категории  
МДОУ №12  
г. о. Электросталь Московская область



**Тип проекта:** обучающий, исследовательский, игровой.

**Продолжительность:** среднесрочный, 3 месяца.

**Участники проекта:** воспитатель, дети подготовительной группы, родители.

**Образовательная область:** познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие, речевое развитие, физическое развитие, художественно-эстетическое развитие, чтение художественной литературы и фольклора.



# Актуальность проекта:

Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.



# Проблема:

недостаточное знание  
детей о своем организме,  
важности здорового  
образа жизни для  
здоровья человека.



# Цель проекта:

формирование мотивации здорового образа жизни у дошкольников, воспитание убеждённости и потребности в нем - через участие в конкретных, востребованных детьми, разнообразных видах деятельности.



# Задачи:

- пропагандировать здоровый образ жизни;
- использовать возможности для привлечения дошкольников к социально-активной жизни;
- способствовать формированию у детей сознательного отношения к своему здоровью.
- способствовать развитию речевой активности детей, поощрять умение отвечать на вопрос воспитателя или излагать свою мысль полным предложением;
- развивать координацию движений, мелкую моторику, снимать зрительное напряжение, используя здоровьесберегающие методы (подвижные игры, динамические паузы, зрительная и пальчиковая гимнастика);
- воспитывать взаимопомощь, развивать дружеские отношения;
- воспитывать у детей умение слушать взрослых, побуждать к совместной деятельности;
- развивать творческое воображение, фантазию.



# Методы и приёмы работы:

-практические (дидактические игры, создание рисунков, аппликации, лепка, конструирование);

-наглядные (просмотр методического материала, рассматривание иллюстраций в книгах и энциклопедиях, просмотр обучающих мультфильмов);

-словесные (беседы, чтение рассказов и стихотворений по теме, словесные дидактические игры).



## Прогнозируемый результат:

- организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе;
- сформированность гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни;
- активная помощь и заинтересованность родителей в организации работы по оздоровлению детей



# Этапы работы над проектом:

- *Подготовительный:*
- создание проблемы, подготовка цели и задач;
- подбор методической и художественной литературы;
- подбор дидактических игр;
- работа с родителями по взаимодействию в рамках проекта.
- *Основной:*
- Оздоровительные мероприятия (ежедневно в режимные моменты):
- Утренняя гимнастика;
- Динамические паузы/физминутки;
- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика с проговариванием стихотворных форм.
- Закаливающие мероприятия (ежедневно)
- Полоскание рта водой комнатной температуры;



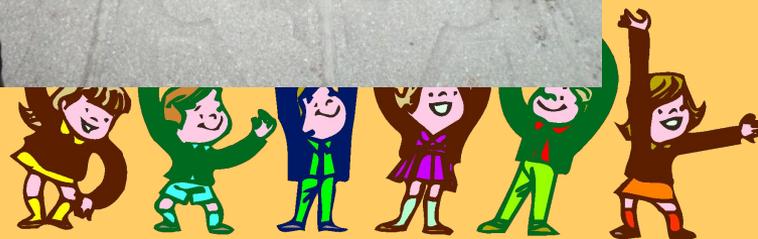
- Сюжетно-ролевые игры «Семья», «Больница», «Мы – спортсмены», «Собираемся на прогулку», «У врача», «Салон красоты» и другие;
- Дидактические игры и упражнения, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Полезно-вредно», «Умывалочка», «Делаем причёску», «Я скажу, а ты покажи», «Определи на вкус» и другие.
- Беседы с детьми «О здоровом образе жизни», «Я и мой организм: тело человека», «О правильном питании и пользе витаминов», «Чистим зубы правильно», «Что я знаю о спорте», «Зачем выполнять зарядку», «Правила поведения во время еды».
- Чтение и разучивание стихов на тему «Здоровый образ жизни», «Фрукты, овощи, витамины».
- Продуктивная деятельность: лепка «Овощи и фрукты», аппликация «Витамины для ребят», рисование «Спортсмены».
- Чтение: Т.А.Шорыгина «Осторожные сказки», Г.К. Зайцев «Уроки Мойдодыра», Н.С.Орлова «Ребятишкам про глаза», К.Чуковский «Мойдодыр», Е.А.Алябьева «Поучительные сказки», А.Барто «Девочка - чумазая»
- Подвижные игры «Бездомный заяц», «Лохматый пёс», «У медведя во бору..», «Сова», «Котята и щенята», «Найди, где спрятано», «Лошадки» и другие;
- Раскраски по теме;
- Создание картотеки подвижных игр и атрибутов к ним.



- *Заключительный:*
- Проведение родительского собрания (совместно с детьми) в форме квест-игры «Ключ здоровья».
- Создание лэпбука «Здоровье - это здорово!».
- Обогащение предметно-развивающей среды группы.
- Подготовка фотоотчёта о проведении проекта, размещение фотоотчёта на интернет-портале.



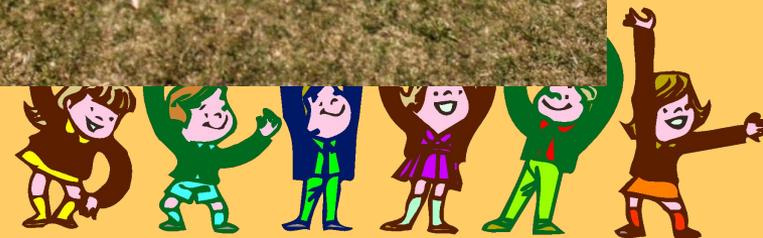
# Спортивные игры на улице



# Подвижные игры



# Физическая культура



# Образовательная деятельность



# Коворкинг



# Лэпбук «Здоровье – это здорово»



# Родительское собрание (совместно с детьми) в форме квест –игры «Ключ здоровья»

