

# Проект «Если хочешь быть здоров»

Воспитатель: Куцына О.В.  
МБДОУ д/с № 40  
г. Белгород 2014г.

# Цель проекта:

Формировать представление о здоровом образе жизни, воспитывать привычку думать и заботиться о своем здоровье.

# Участники проекта:

- дети средней группы,
- родители,
- воспитатели средней группы № 3 МБДОУ д/с № 40.

# Тип проекта:

познавательный, практико-ориентированный, творческий.

# Вид проекта:

краткосрочный.

# Задачи:

- Углублять и систематизировать представления детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и окружающих, развивать интерес к физической культуре.
- Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания, и их полезных свойствах, формировать представление детей о здоровье и здоровом питании.
- Обеспечивать благоприятные условия, способствующие предупреждению эмоционального неблагополучия детей.
- Снизить уровень возбуждения, снять эмоциональное и мышечное напряжение.
- Активизировать работу с семьёй по проблеме формирования привычки к здоровому образу жизни.

# **Актуальность проекта:**

Проект раскрывает актуальные проблемы сохранения и укрепления здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности.

Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства.

# Основные формы и методы проекта:

- Беседы;
- Продуктивная деятельность;
- Игры;
- Загадки;
- Работа с родителями;
- НОД;
- Спортивное развлечение.

## Беседа «Что такое личная гигиена?»

Можно ли заболеть, если не соблюдаешь правила гигиены?»



## Эксперимент «Угадай на вкус»

Цель: закреплять умение узнавать и называть овощи и фрукты на вкус.



# Художественное творчество

**Художественное творчество  
(рисование).**

**Тема: «Да здравствует полотенце  
пушистое!»**



**Художественное творчество  
(лепка).**

**Тема: «Во саду ли, в огороде»**



## «Веселые старты»

**Цель:** Создать у детей радостное настроение, прививать детям любовь к спорту, физическим упражнениям.





# Совместное творчество родителей, воспитателей и детей альбом «Витамины – наши друзья».

