

**Муниципальное казённое дошкольное  
образовательное учреждение  
детский сад № 11**

**Проект на тему:  
«Лэпбук. «Основы здорового  
образа жизни» в средней группе**

**Автор проекта:  
воспитатель,  
Науменко Юлия  
Владимировна**



**г. Острогожск, 2018**

**г.**

# Актуальность проекта:

Правила поведения и меры безопасности непосредственным образом связаны с условиями проживания человека, будь то современный город или сельская местность, привычная домашняя обстановка-каждая среда диктует различные способы поведения и соответствующие меры предосторожности.

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе любого дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.



# Цель проекта:

Сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровья сбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и к здоровью окружающих.

# Задачи проекта:

1. Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
2. Расширять знания и навыки по гигиенической культуре.
3. Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания, о влиянии закаливания на здоровье человека.
4. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

**Тип проекта:** интегрированный,  
творческий.

**Вид проекта:** краткосрочный, групповой.

**Сроки реализации проекта:** 1 месяц.

**Участники проекта:** дети – педагоги –  
родители.

**География проекта:** Воронежская



# Этапы реализации проекта «Здоровый образ жизни».

## 1. Подготовительный этап

- Сбор информации по теме;
- Подбор аудио – и видеоматериала;
- Подбор художественной литературы;
- Подбор дидактического материала;
- Подбор пословиц, поговорок, загадок по теме;
- Подбор комплексов утренней и бодрящей гимнастики;
  - Оформление картотеки подвижных игр;
  - Оформление папок – передвижек для родителей;
- Создание условий для активной самостоятельной деятельности детей по развитию представлений о ЗОЖ.

# II этап — основной (реализация проекта)

## Тема «Ребенок и его здоровье»

- Ознакомление с окружающим: «Помоги Незнайке сберечь здоровье»;
- Экскурсия в медицинский кабинет;
- Беседа «Как надо одеваться, чтобы не болеть»;
- Чтение К. Чуковский «Доктор Айболит»;
- Пословицы о здоровье;
- Дидактические игры: «Кому что нужно для работы», «Оденем куклу на прогулку», «Покажем Мишке, как надо одеваться»;
- Подвижные игры по желанию детей;
- Сюжетно – ролевые игры: «Больница», «Поликлиника»;
- Продуктивная деятельность: конструирование «Больница для зверюшек»;
- Просмотр мультфильма «Про бегемота, который боялся прививок»;
- Презентации;
- Профилактические мероприятия: утренняя гимнастика, бодрящая





## 2-ая неделя

### Тема «Личная гигиена»

- Ознакомление с окружающим «Чтобы быть здоровым»;
- Беседа «Чистота и здоровье»;
- Чтение Г. Зайцев «Дружи с водой», К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая», С. Белковская «Юля – чистюля», З. Александрова «купание», потешки: «Водичка, водичка», «Расти коса до пояса».
- Загадки о здоровье;
- Сюжетно – ролевая игра «Парикмахерская»;
- Дидактические игры: «Таня простудилась», «Сделаем куклам разные прически», «Вымоем куклу», «Правила гигиены»;
- Продуктивная деятельность: аппликация «Мыло пенится в корыте, мы стираем посмотрите»; рисование «Веселые ладошки»;
- Просмотр мультфильма «Мойдодыр», «Королева – зубная щетка»;
- Папки-передвижки по ЗОЖ.



## 3-я неделя

# Тема «Витамины и полезные продукты»

- Ознакомление с окружающим: «Витамины и полезные продукты»;
- Беседа «Полезное – не полезное»;
- Экскурсия в продовольственный магазин (с родителями);
- Чтение Л. Зильберг «Полезные продукты», К. Чуковский «Федорино горе», К. Кузнецов «Замарашка», Г. Зайцев «Крепкие – крепкие зубы», «Приятного аппетита», Ю. Тувим «Овощи», М. Безруких «Разговор о правильном питании»;
- Загадки об овощах и фруктах;
- Дидактические и развивающие игры: «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи», «Лото», «Домино»;
- Подвижная игра «Огуречик»;
- Сюжетно-ролевая игра «Магазин продуктов»;
- Продуктивная деятельность: аппликация «Консервируем овощи и фрукты»; рисование «В нашем саду растут витамины»;
- Просмотр мультфильма «Витамин роста»;
- Родительское собрание «Если хочешь быть здоров...»





## 4-ая неделя

### Тема «Будем спортом заниматься»

- Ознакомление с окружающим: «Чтоб быть здоровым всегда нужно заниматься»;
- Беседа «О пользе спорта для здоровья»;
- Загадки о спорте;
- Подвижные игры по желанию детей;
- Дидактические и развивающие игры: «Назови вид спорта», «Назови спорт по показу»;
- Продуктивная деятельность: рисование «Веселая зарядка»;
- Просмотр мультфильма «Квака – задавака»;
- Физкультурный досуг «Мой веселый звонкий мяч»;
- Презентация «Зимние виды спорта»;
- Рекомендации родителям о посещении спортивных клубов



# Заключительный этап

- Оформление выставки работ;
- Создание Лэпбука «Основы здорового образа жизни»;
- Спортивное мероприятие «Будь здоров!».

## Список используемой литературы:

1. Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье».
2. Голицына Н.С. «ОБЖ для младших школьников».
3. Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет»
4. Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим».
5. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду»



# Фотоотчёт проекта









# ЛЭПБУК «Укрепляем здоровье»

