

# ПРОЕКТ

## «Наше здоровье в наших руках»

Средние группы №1 и №2

Воспитатели:

Овчинникова Е.С.

Межегурская Л.Е.

Медведева Н.В.

Прудникова Ю.А.

# ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

- Формирование представления о здоровом образе жизни; знаний детей о том, как важно ежедневно заботиться о своём здоровье, сохранять и укреплять своё здоровье.

# ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- дать детям знания о здоровье и способах укрепления, расширять и углублять знания детей о строении своего тела, о необходимости ухода за ним, о системе закаливающих процедур, о значимости естественно-природных условий, о полезности питания и об охране своей жизни и здоровья.
- создать условия по формированию у детей целостного отношения к своему здоровью.
- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей; воспитывать желание у детей заботиться о своём здоровье.

# ЭТАПЫ ПРОЕКТА.

## Проект долгосрочный

**1 этап - подготовительный** : анкетирование родителей (выявление проблемы; проанализировать характер лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий , проводимые родителями ) ;

**2 этап – практический:** занятия, беседы с детьми с введением здоровьесберегающих технологий; организация медико – профилактических мероприятий; подвижные и сюжетно – ролевые игры; экспериментально –познавательная деятельность; консультации для родителей.

**3 этап – заключительный:** совершенствование результатов проекта; проведение итогового мероприятия; создание альбома «Здоровый образ жизни».

# МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

**Муниципальное казенное дошкольное  
учреждение детский сад №17  
комбинированного вида «Алёнушка»**

# УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА

- Воспитанники средней группы №1 и №2.  
(возраст детей 4-5 лет)
- Воспитатели.
- Родители.
- Инструктор по физической культуре.

# ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ ПРОЕКТА

- Беседа.
- Сюжетно – ролевая игра.
- Игры.
- Экспериментальная деятельность.
- Конкурсы.
- Работа с родителями.
- Занятия.

# ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ ПРОЕКТА

- Коммуникация – тематические беседы: «Правила гигиены»; «Сохрани своё здоровье сам!» «Если хочешь быть здоров – закаляйся» сюжетно-ролевая игра «Больница».
- Познание – беседы на тему «Ягоды для лечения», ознакомление с коллажами «Опасные растения», представление проектов «Витаминные продукты», «Полезные травы», «Для чего нужны фрукты и овощи», экспериментально – познавательное занятие «Я-человек».
- Художественное творчество – оформление альбома «Здоровый образ жизни».



# ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ ПРОЕКТА

- Физическое развитие - ежедневная утренняя и бодрящая гимнастика, увеличение двигательной активности.

- Здоровье – гимнастика для профилактики зрения, дыхательная гимнастика, закаливание.

Работа с родителями – совместная утренняя гимнастика; пропаганда здорового образа жизни; изготовление атрибутов к сюжетно-ролевым играм «Больница» ; изготовление массажных дорожек из нетрадиционных материалов.

# ПРОВЕДЕНИЕ ИТОГОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ

- Проведение спортивного праздника с детьми и родителями.
- Совершенствование результатов проекта.

# ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Внедрение здоровьесберегающих технологий во все виды деятельности. У детей появился достаточный уровень знаний о пользе закаливания организма, правила ухода за телом. Снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей. У детей развито осознанное отношение к укреплению и сохранению своего здоровья, они любят спорт, занятия по физическому развитию.