

Государственное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение  
Детский сад №5 комбинированного вида  
Выборгского района Санкт-Петербурга

**Проект «Сохранить здоровье чтоб... (В.И.  
Федорук, А.Е. Андреева)  
Тема проекта: «Гигиена, здоровое питание,  
выполнение двигательного режима».**

Воспитатель:  
Морозова Э.В.

Санкт –Петербург  
2018

**Тема проекта:** «Гигиена, здоровое питание, выполнение двигательного режима».

**Возраст детей:** 6-7 лет.

**Срок реализации:** 2 недели.

**Участники проекта:** воспитатели, дети, родители, медсестра детского сада, повар, администрация.

**Цель:** формировать у детей основы здорового образа жизни.

**Задача:**

Развивать и обогащать знания детей о здоровье.

Способствовать созданию активной позиции в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

Создавать комфортный психологический климат в группе с помощью сюжетно-ролевых и подвижных игр. **Актуальность:** дети интересуются темой здоровья, часто задают вопросы, связанные со здоровьем и тем, что нужно делать для его поддержания.

**Ожидаемый результат:**

1. Дети понимают и объясняют значение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни».
2. Имеют представление о том, что для сохранения здоровья необходимо заниматься спортом, соблюдать личную гигиену, правильно питаться.
3. Актуализируют полученный опыт повседневной жизни.

**Итоговое мероприятие:** квест «Будь здоров!»

## **Интеграция содержания образовательных областей на основе проекта «Сохранить здоровье чтоб...» (Системная паутинка проекта)**

### **Социально- коммуникативное развитие:**

1. Беседа о правилах поведения больного человека в общественном месте.
2. Сюжетно- ролевые игры: «Больница» (врач- пациент), «Магазин» (покупка полезных для здоровья продуктов), «Поликлиника», «Аптека», «Кафе».
3. Беседы о микробах, соблюдении гигиены, бережном отношении к своему здоровью, об осторожном обращении с ножницами.
4. Приведение в порядок группового помещения, соблюдение чистоты и аккуратности.
5. Уход за комнатными растениями.
6. Выращивание лука.
7. Просмотр и обсуждение мультфильмов «Уроки тетушки Совы» («Уроки осторожности: лекарства», «Уроки осторожности: микробы»).

# Интеграция содержания образовательных областей на основе проекта

## «Сохранить здоровье чтоб...»

*(Системная паутинка проекта)*

### Познавательное развитие:

1. Экскурсии в медицинский кабинет, на кухню.
2. Беседа с привлечением медперсонала ДООУ о правилах и видах гигиены.
3. Беседа с привлечением повара ДООУ об основах здорового питания.
4. Дидактические игры «Что хорошо, что плохо», «Тело человека», «Аскорбинка и ее друзья», «Приглашаю к столу», «Витамины».
5. Загадки по теме проекта.
6. Исследовательская деятельность: «Опыт по очистке воды».
7. Работа с энциклопедиями.
8. Просмотр и обсуждение мультфильмов «Уроки тетушки Совы» («Уроки осторожности: лекарства», «Уроки осторожности: микробы»)

**Интеграция содержания образовательных областей на основе  
проекта «Сохранить здоровье чтоб...»  
(Системная паутина проекта)**

**Речевое развитие**

1. Цикл бесед «Как быть здоровым» о себе, своем теле, гигиене, питании.
2. Развитие словаря посредством ведения новых слов.
3. Ситуативные разговоры о пользе закаливания и гигиенических процедур в режимных моментах.
4. Заучивание стихотворений, пословиц и поговорок о здоровье.

# Интеграция содержания образовательных областей на основе проекта «Сохранить

здоровье чтоб...»

(Системная паутинка проекта)

## **Художественно-эстетическое развитие**

### ***Чтение художественной литературы***

А. Потапова «Зловредный Ап – Чих»

С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».

И. Токмакова «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной».

В. Маяковский «то такое хорошо и что такое плохо?»

Пословицы, поговорки, загадки.

### ***Слушание музыки***

П. Чайковский «Болезнь куклы».

Русская народная песня «Пошла млада за водой»

Детские песенки о спорте, чистоте, питании.

## ***Продуктивная деятельность***

Рисование «Люди занимаются спортом», «Полезные и вредные продукты», «Нарисуй, что хочешь для здоровья»

Коллективная работа «Если хочешь быть здоров»

Лепка «Овощи и фрукты на тарелочке», «Зубная щетка».

Зарисовки лука.

## Интеграция содержания образовательных областей на основе проекта

«Сохранить здоровье чтоб...»

*(Системная паутинка проекта)*

### Физическое развитие

1. Рассматривание методических пособий на тему «Спорт».
2. Подвижные игры: «День – ночь», «Бездомный заяц», «Жмурки».
3. Игра малой подвижности «Найди и промолчи»
4. Физкультминутки.
5. Дидактические игры «Что хорошо, что плохо», «Тело человека», «Аскорбинка и ее друзья», «Приглашаю к столу», «Витамины».
6. Сон без маечек, босохождение по «тропе здоровья», обширное умывание после сна.
7. Бодрящая гимнастика после сна.
8. Утренняя зарядка.
9. Беседы «Гигиенические процедуры перед и после сна и их польза для здоровья», «Что нужно для здорового сна».

## Этапы реализации проекта «Сохранить здоровье чтоб...»

**Подготовительный этап** (анализ имеющихся педагогических ресурсов, определение направлений деятельности)

### **РАБОТА С ДЕТЬМИ**

1. Предварительная беседа с детьми о своем теле.
2. Формулировка проблемы работы.

Подбор иллюстраций, книг, видео- и аудиозаписей, настольно-печатных и дидактических игр по теме проекта.

### **РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ**

Информирование родителей о проведении проекта, изложение его цели.

Консультации для родителей.

Привлечение родителей к обогащению предметно - развивающей среды в группе.

Анкетирование родителей на тему «Представление родителей о здоровье».

Обсуждение с родителями подготовки и проведения итогового мероприятия.



## Этапы реализации проекта «Сохранить здоровье чтоб...»

**Основной этап** (содержание психолого – педагогической работы по освоению детьми образовательных областей в рамках проекта).

### РАБОТА С ДЕТЬМИ

**Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

#### Педагогические ресурсы

1. Беседа о правилах поведения больного человека в общественном месте.
2. Обсуждение и проигрывание ситуаций: «В поликлинике» (пациент на приеме у врача), «В магазине»(покупка полезных для здоровья продуктов).
3. Сюжетно-ролевые игры «Поликлиника» (врач-пациент), «Аптека» (фармацевт-покупатель), «Кафе» (клиент-официант, официант-повар).
4. Беседы о микробах и соблюдении гигиены, бережном отношении к своему здоровью, осторожном обращении с ножницами, клеем.
5. Мультфильмы «Уроки тетушки Совы» (серии «Уроки осторожности: микробы», «Уроки осторожности: лекарства»).
6. Приведение в порядок группового помещения, соблюдение чистоты и аккуратности.
7. Уход за комнатными растениями.
8. **Выращивание лука, наблюдения и зарисовки.** Каждый ребенок получает стаканчик с землей и луковицу. Дети по показу воспитателя делают лунку, сажают луковицу и поливают. В процессе роста наблюдают и зарисовывают свои наблюдения. Когда зеленые перья лука вырастут в достаточном количестве, воспитатель вместе с детьми обработает зеленый лук для применения его в пищу – это продукт, содержащий полезный для организма витамин.

## **Образовательная область «Познавательное развитие»**

### **Педагогические ресурсы**

1. Экскурсии в медицинский кабинет, на кухню.
2. Беседа с привлечением медперсонала ДООУ о правилах и видах гигиены.
3. Беседа с привлечением повара ДООУ об основах здорового питания.
4. Настольно-печатные дидактические игры.

## **Образовательная область «Речевое развитие»**

### **Педагогические ресурсы**

1. Беседы о себе, своем теле, гигиене, питании.
2. Заучивание стихотворений о здоровье.

## **Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»**

### **Педагогические ресурсы**

#### ***Чтение художественной литературы:***

О. Сазонова «Правила поведения для воспитанных детей».

С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».

В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо?».

Пословицы, поговорки, загадки (<http://www.ostrovskazok.ru/zagadki/zagadki-o-zdorove>).

#### ***Слушание музыки.***

#### ***Продуктивная деятельность.***

## **Образовательная область «Физическое развитие»**

### **Педагогические ресурсы**

Рассматривание методических пособий по теме «Спорт».

Игра в футбол.

Подвижные игры.

## РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

- ✓ Рекомендации по игре с детьми дома (сюжетно-ролевые, настольно-печатные игры).
- ✓ Рекомендации посетить Музей гигиены, Музей хлеба, Музей воды.
- ✓ Рекомендации по чтению художественной литературы дома.
- ✓ Предложение прослушать с детьми дома музыку П.Чайковского.
- ✓ Рекомендации в выходные дни совершать совместные прогулки и походы в парк, на природу, на стадионы, в бассейны.

## Продуктивная деятельность

Рисование «Полезные и вредные продукты»,  
«Нарисуй, что хочешь для здоровья»

