

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №11 «Машенька»

# Секреты здоровья

Автор: Овчинникова Валентина Ивановна,  
воспитатель среднего дошкольного возраста  
группы «Рябинка»

г. Сургут 2016 г.



## ***О проекте***

**Вид проекта:** познавательно - творческий, групповой.

**Время реализации:** в течение учебного года.

**Участники проекта:** дети среднего дошкольного возраста, воспитатели, родители воспитанников, инструктор по физической культуре, инструктор по плаванию медицинские сестры.

**Возраст участников:** дети среднего дошкольного возраста (4 - 5 лет)



# ***I этап - подготовительный***

## **Модель трех вопросов**

**Я знаю**

«Здоровье – это когда не болеют»

«Если заболели – вызвать врача или скорую помощь»

«Лечиться надо таблетками»

«Когда очень холодно можно заболеть»

«Если поест мороженое может заболеть горло»

«Холодную воду пить нельзя!»

**Хочу знать**

«Где прячется здоровье?»

«Что делать, чтобы не заболеть?»

«Обливание холодной водой – это хорошо?»

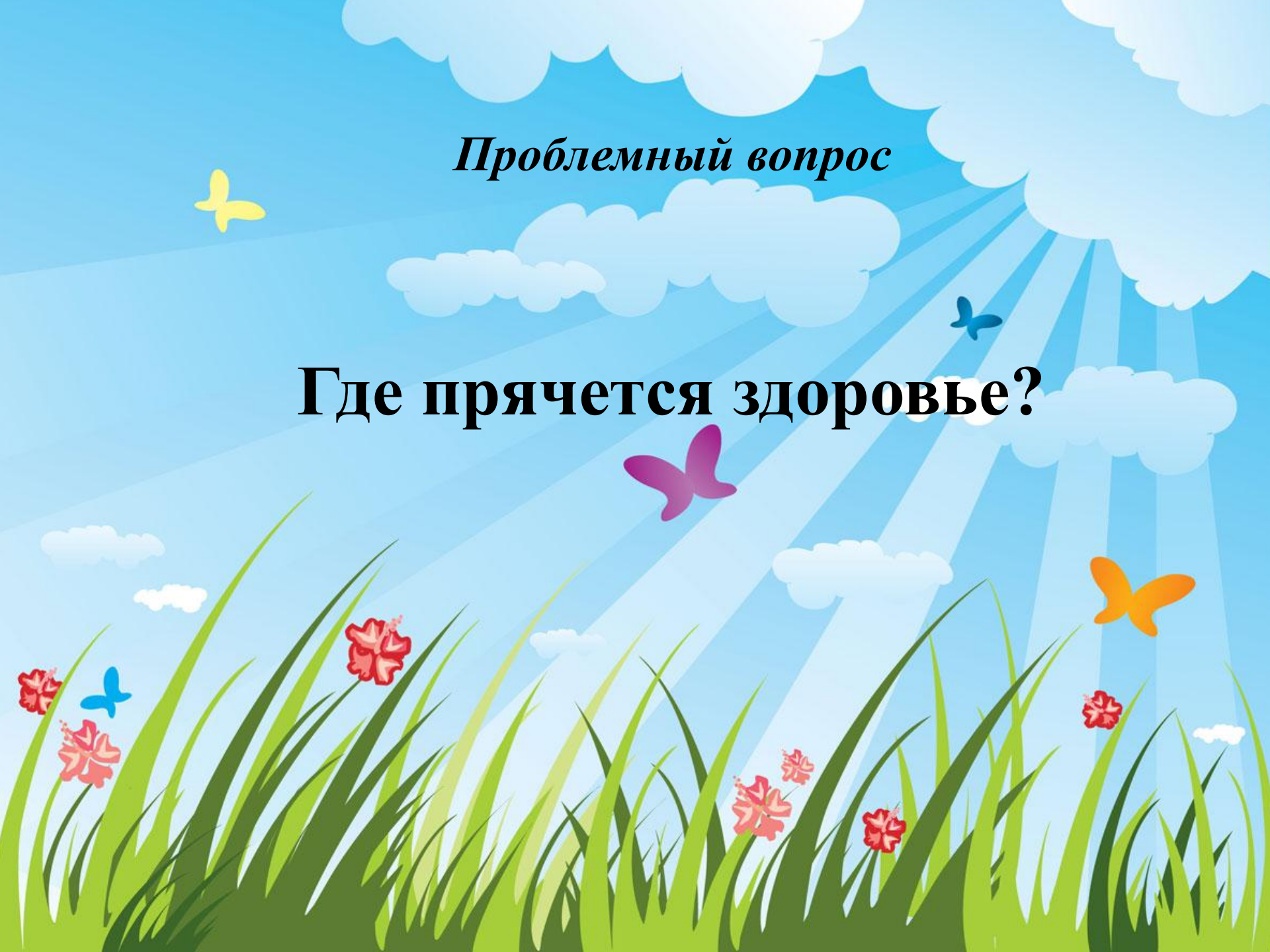
«Что делать, если ты заболел?»

**Как узнать**



*Проблемный вопрос*

**Где прячется здоровье?**





## *Цель проекта*

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

## *Задачи проекта*

- продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

- расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.

- закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.

- расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.

- сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.



## *II этап - основной* **Центр конструирования**



**Конструирование человека  
из деревянного конструктора**



**Конструирование из  
геометрических фигур**

# Центр искусства



Рисование внутренних органов



Рисование человека



## Центр сюжетно – ролевых игр



«На приёме у врача»



# Центр науки и естествознания



**Рассматривание иллюстраций  
в энциклопедии**



**Создание макета «человек»**



# Центр художественной литературы



**Выставка книг по теме  
«Здоровье», «Человек»**



**Итоговая беседа на тему  
«Здоровому все здорово»**

# Центр физкультуры и спорта



Занятия по физкультуре



Утренняя гимнастика



Занятия в бассейне



# Открытая площадка



Весенние прогулки

Зимние прогулки



# «В здоровом теле – здоровый дух»

## Режимные моменты



**Оздоровительная ходьба  
по дорожкам**

**Вкусный обед**

**Гимнастика в постели**



# «Чистота – залог здоровья»

## Пятница - опрятница



Уборка в группе

# Экскурсия в пищеблок «Овощи - кладовая здоровья»



У «чудо – печки»



«У холодильника»



Мясной цех



Склад



# Посещение медкабинета

## Антропометрия



Измерение роста



Взвешивание

# Работа с родителями

## Тема недели

### «День здоровья»

Содержание образовательной деятельности в группе:

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Формировать представления о зависимости здоровья человека от питания, о здоровом образе жизни. Знакомить с возможностями здорового человека.

Формировать привычку следить за чистотой своего тела, опрятностью одежды. Познакомить с правилами закаливания организма, сохранения и укрепления здоровья.

Прививать интерес к физической культуре и спорту. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни. Продолжать знакомить с видами спорта, известными российскими спортсменами, правилами спортивных игр. Мы предлагаем Вам принять участие в проекте «Здоровому – все здорово!»:

**5 апреля приглашаем Вас на совместную утреннюю гимнастику;**



# Утренняя гимнастика



В здоровом теле, здоровый дух!



# ***III этап – заключительный***

## **Результаты проекта**



**Утренняя гимнастика  
совместно с родителями**



**Практикум «Как правильно  
чистить зубы?»**



**Макет «Человек»**