

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

# Секреты здравья

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 поесть мороженое может заболеть горло»

«Холодную воду пить нельзя!»

### **Хочу знать**

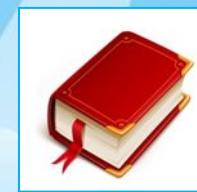
«Где прячется здоровье?»

«Что делать, чтобы не заболеть?»

«Обливание холодной водой – это хорошо?»

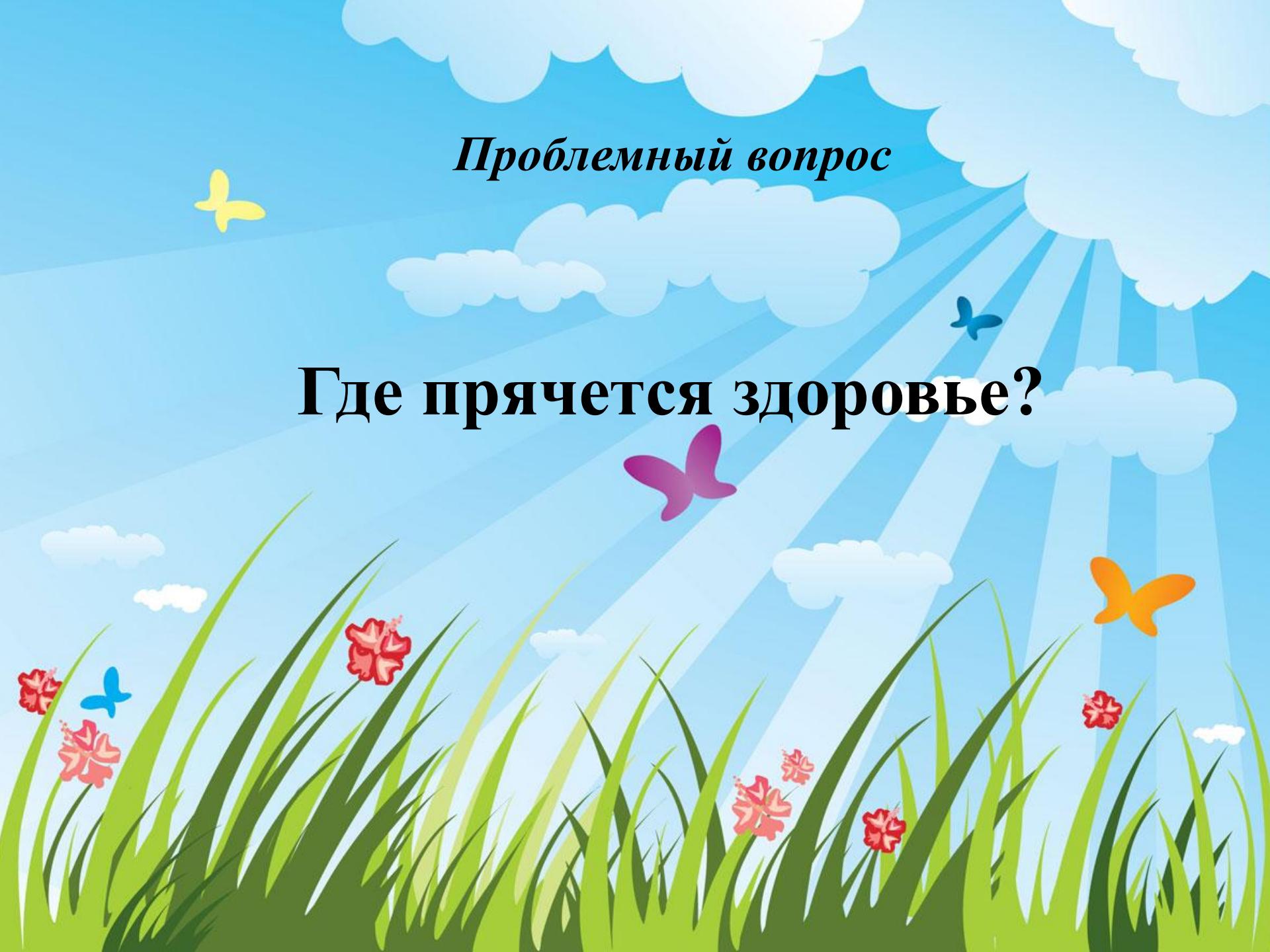
«Что делать, если ты заболел?»

### **Как узнать**



*Проблемный вопрос*

**Где прячется здоровье?**



## Цель проекта

сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровье сбережения 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»



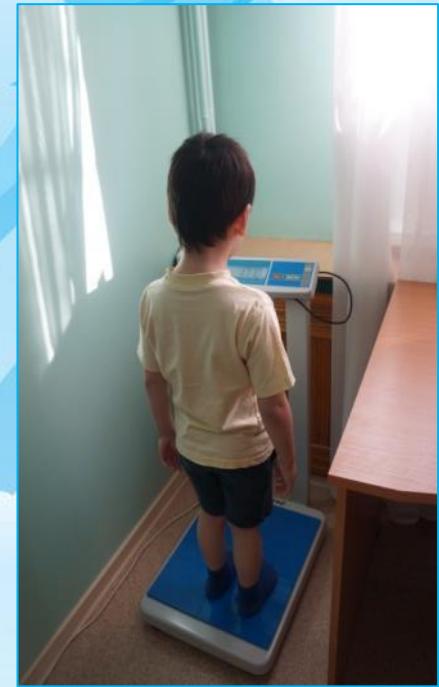
Мясной цех



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**

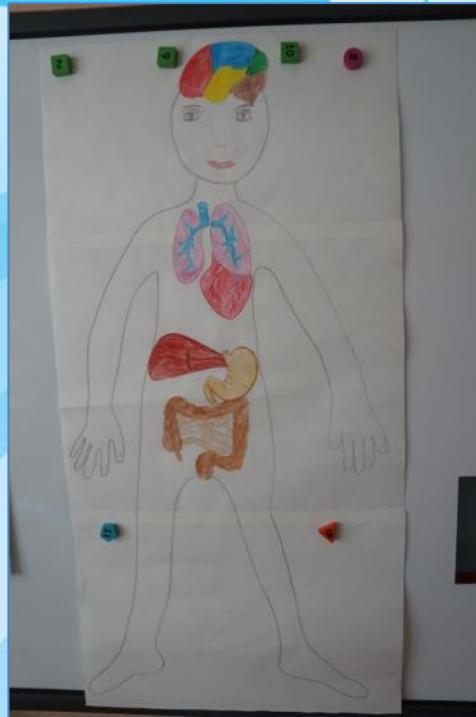
## **Результаты проекта**



**Утренняя гимнастика  
совместно с родителями**



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



**Макет «Человек»**