



**МАДОУ «детский сад Солнышко»**

**с. Янгельское**

**Мини проект**

***«Радуга здоровья»***

**в рамках образовательной области**

***«Здоровье»***

**в подготовительной группе**

***«Любознайка»***

**Выполнила: Гибадатова В.З**

<b>Содержание</b>	<b>Пояснение</b>
<b>Название проекта</b>	«Радуга здоровья»
<b>Тип проекта</b>	Педагогический
<b>Вид</b>	Познавательный, творческий, игровой, групповой, краткосрочный
<b>Образовательная область</b>	Здоровье
<b>Организатор</b>	Воспитатели
<b>Участники проекта</b>	Педагоги, дети, родители
<b>Целевая группа</b>	Воспитанники подготовительной группы
<b>Сроки реализации</b>	С 19.02.18 – 2.03. 18гг.

## Основания для разработки проекта

Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости. Так гласит народная мудрость. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляется отклонения в состоянии здоровья.

Как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье и счастливую жизнь?

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью, формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранение и укреплении своего здоровья. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи. Важно и необходимо обратиться к системе физического воспитания дошкольников, чтобы выявить основные задачи и методы воспитания здорового ребенка и то место, ту роль, которая отводилась самому дошкольнику в деле собственного оздоровления.

Постановка проблемы: Незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей.

Обоснование проблемы:

- неосведомленность родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми.
- недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста.
- нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми.
- невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье.

Левиз проекта:

## Цели проекта

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, к своему здоровью.
- воспитать физически развитого жизнерадостного ребенка путем формирования у него осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей
- создание здоровьесберегающей среды
- подготовка ребенка к саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни
- устанавливать тесную взаимосвязь родителей и воспитателей в воспитании здорового образа жизни

## Задачи

- развивать физические качества
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенстве
- систематизация мероприятий по организации двигательной активности детей
- формирование интегрированных связей между двигательной, интеллектуальной, коммуникативной способностями
- воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, развитие интереса к физической культуре и спорту
- повысить стремление родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни
- обучение детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.
- обогащать представления детей о том, что такое здоровье и как его сберечь, витаминах, их роли в жизни человека
- расширять представления детей о том, что полезно для организма; что такое микробы и вирусы; как предупреждать болезни; некоторые правила оказания себе первой помощи
- заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье
- воспитывать осознанное отношение их своему здоровью
- развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.
- пропаганда активного, здорового семейного отдыха
- создание условий для тесного продуктивного

## Прогнозируемый результат:

*Качественная реализация проекта позволит сформировать у детей следующие представления:*

- что такое здоровье и как его сберечь;
- что такое витамины, режим, гигиена и закаливание;
- о своих органах, их работе и значении;
- о самых значимых витаминах, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;
- о том, что есть полезные и не полезные продукты, какие они;
- что такое микробы и вирусы;
- какие бывают болезни, что их вызывает;
- как предупреждать болезни;
- некоторые правила оказания себе первой помощи
- что такое аптека, для чего она нужна.
- Формирование активности и заинтересованности в образовательном процессе детей у родителей.
- Развитие у детей активной, самостоятельной, творческой личности.

# Тематический план работы с детьми

Разделы работы	Основное содержание
Образовательная деятельность	<p>Художественное творчество:</p> <p><u>Рисование:</u> Мы делаем зарядку», «Чистая окружающая среда»</p> <p><u>Аппликация:</u> «Овощи и фрукты - полезные для организма продукты»</p> <p>Познание: «Сохрани свое здоровье сам», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»</p> <p><u>Конструирование:</u> «Машина скорой помощи».</p>

# Совместная деятельность «Беседы»

«В бой с простудой»

«Если бы ты был врачом?»

«Если случилась беда» (воспитывать отзывчивость, стремление прийти на помощь другому)

«Как и чем мы дышим»

«Я здоровье берегу, быть здоровым я хочу»

«Человек и его здоровье» (Уточнить представления детей о строении человеческого тела и назначении отдельных частей тела)

“Что такое здоровье?” (Систематизировать знания детей о составляющих понятия “здоровье”.

Воспитывать чувство ответственности за своё здоровье)

“Режим дня” (Воспитывать необходимость соблюдения режима дня)

“Гигиена - залог здоровья!” ( Воспитывать навыки гигиены)

“Как устроено тело человека» (Познакомить детей со значением скелета и внутренних органов для жизнедеятельности человека)

“Одежда и здоровье” (Познакомить с понятием температуры тела человека и опасностями переохлаждения и перегрева. Воспитывать осознанное отношение к подбору одежды по погод)

“Здоровье - главная ценность человеческой жизни”

(Познакомить с формами организации физической активности и их значение для здоровья человека)

“Твоё питание - твоё здоровье” (Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться. Воспитывать ответственность за своё здоровье)

“Карта полезных продуктов” (Систематизировать полученные знания о полезных продуктах)

“Живительные силы” (Рассказать детям о значимости и важности воды для организма)

“Вита - значит, жизнь” (Дать понятие об основных витаминах (“А”, “В”, “С”, “Д”, “Е”)

“Что необходимо для роста и зрения?”

“Наши зелёные друзья”

(Познакомить детей с некоторыми лекарственными растениями, используемых для лечения заболеваний (лимон, мята, петрушка, календула, укроп)

«Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»

Игровая  
деятельность

игры:

«Здоровое питание спортсменов»

«Как избежать неприятностей»

«Что купить в магазине?»

«Съедобное – несъедобное»

"В стране, где живут витамины»

«Полезная пища»

«Мяч и я - друзья»

«Меню для сказочных героев

«Правила чистюли»

«Вежливый магазин»

«Загадки повара Поварешкина»

«Фрукты и ягоды»

Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Телефонный разговор» (вызов «Скорой помощи»)

«Кукла заболела» (воспитывать у детей умение сопереживать, сочувствовать, внимательно относиться к больному)

«Магазин» (покупаем продукты, полезные для здоровья)

Моделирование ситуации обыгрывание ситуации "Винни-Пух в гостях у Кролика"

**Наблюдение**

Экскурсия на кухню детского сада (Закреплять представление детей о значимости сбалансированного питания)

**Музыка**

Танец с флажками

Чтение  
художественной  
литературы

Чтение: Е.Пермяк «Про нос и язык», В.Ивенин «Слово врача», Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», Р. Сев «Я сам», И. Семёнова «Я – человек, ты – человек», С. Маршак «Четыре глаза», «О девочках и мальчиках», Е. Пермяк «Как Маша стала большой», «Для чего нужны руки».  
Чтение произведения: Г.Остер «Вредные привычки»

Рассматривание: альбома «Спорт – это жизнь»  
Рассматривание таблицы человека и его внутренних органов и строение пищеварительной системы, плакаты о строении человека  
Рассматривание картинок с изображением органов чувств, и предметами по уходу за ними  
Заучивание пословиц, поговорок о здоровье  
Загадки и стихи о спорте и здоровом образе жизни  
Сочинение сказок, загадок, стихов о воде

Физическая  
культура

Подвижные игры: «Солнышко и дождик», «Охотники и зайцы», «Покажите мне...» (Дети показывают те части тела, которые называет ведущий)  
«Кошки мышки» Игры – эстафеты с мячом

# Работа с родителями:

- 1. Папка – передвижка «О здоровье всерьез», «Здоровый образ жизни семьи».
- 2. Консультация: «Закаливание организма дошкольника».
- 3. Рекомендации просмотра мультфильма «Мойдодыр».
- 4. Стендовая информация: папка – передвижка «Правильное питание дошкольников».
- 5. Участие в конкурсе детских рисунков «Я учусь быть здоровым».
- 6. Консультация: «Игры на прогулке».
- 7. Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
- 8. Здоровье детей весной
- 9. Индивидуальные беседы по теме «Как я забочусь о здоровье своего ребенка».

# Анализируя проделанную работу можно сделать

## ВЫВОДЫ:

- *Дети* знают и называют:
- • что такое здоровье и как его беречь;
- • что такое витамины, их роли в жизни человека;
- • что такое микробы и вирусы; как предупреждать болезни; некоторые правила оказания себе первой помощи;
- • пословицы о спорте и здоровье.
- *Дети* стали более активны, физически развиты. *Родители* получили информацию по укреплению здорового образа жизни в семье. Появился интерес к образовательному процессу, желание общаться с педагогами, участвовать в жизни группы.
- Тема проекта выбрана с учетом возрастных особенностей детей и объема информации, которая может быть ими воспринята, что положительно повлияло на различные виды их деятельности (игровую, познавательную, художественно – речевую, музыкально – игровую).

# Художественное слово:

## ● **Загадки про спорт и здоровый образ жизни:**

- Любого ударишь – он злится и плачет. А этого стукнешь – От радости скачет! То выше, то ниже, то низом, то вскачь. Кто он, догадался? резиновый... (Мяч)
- Силачом я стать решил, к силачу я поспешил: - Расскажите вот о чем, Как вы стали силачом? Улыбнулся он в ответ: - Очень просто. Много лет, ежедневно, встав с постели, поднимаю я... (Гантели)
- Есть лужайка в нашей школе, а на ней козлы и кони. Кувыркаемся мы тут ровно сорок пять минут. В школе – кони и лужайка! Что за чудо, угадай-ка! (Спортзал)
- Зеленый луг, сто скамеек вокруг, от ворот до ворот бойко бегают народ. На воротах этих рыбацкие сети. (Стадион)
- Деревянные кони по снегу скачут, а в снег не проваливаются. (Лыжи)
- На белом просторе две ровные строчки, а рядом бегут запятые да точки. (Лыжня)
- Кто по снегу быстро мчится, провалиться не боится? (Лыжник)
- Он на вид - одна доска, но зато названьем горд, Он зовется... (Сноуборд)
- Есть ребята у меня два серебряных коня. Езжу сразу на обоих что за кони у меня? (Коньки)
- Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки. А несут меня не кони, а блестящие. (Коньки)
- Палка в виде запятой гонит шайбу пред собой. (Клюшка)
- Во дворе с утра игра, разыгралась детвора. Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" - Там идет игра -... (Хоккей)
- Этот конь не ест овса, вместо ног – два колеса. Сядь верхом и мчись на нем, только лучше правь рулем. (Велосипед)
- Эстафета нелегка. Жду команду для рывка. (Старт)
- На квадратиках доски короли свели полки. Нет для боя у полков ни патронов, ни штыков. (Шахматы) .

# Стихи про спорт и здоровый образ жизни:

## ● Зарядка

● Агния Барто

● 1) По порядку стройся в ряд! На зарядку все подряд! Левая! Правая! Бегая, Плавая,

● Мы растем смелыми, на солнце загорелыми.

● Ноги наши быстрые,

● Метки наши выстрелы, крепки наши мускулы и глаза не тусклые.

● По порядку стройся в ряд! На зарядку все подряд! Левая! Правая! Бегая, Плавая,

● Мы растем смелыми, на солнце загорелыми.

● Чтоб здоровым быть сполна физкультура всем нужна.

● 2) Для начала по порядку –

● Утром сделаем зарядку! И без всякого сомненья

● Есть хорошее решение

● - Бег полезен и игра

● Занимайся детвора!

● Чтоб успешно развиваться

● Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

Вот, поэтому ребятки

Будем делать мы зарядку.

Будем вместе мы играть

Бегать, прыгать и скакать

Чтобы было веселее

Мяч возьмем мы поскорее.

Станем прямо, ноги шире

Мяч поднимем – три-четыре,

Поднимаясь на носки.

Все движения легки.

В руки мы возьмём скакалку

Обруч, кубик или палку.

Все движения разучим

Станем крепче мы и лучше.

Чтобы прыгать научиться

Нам скакалка пригодится

Будем прыгать высоко

Как кузнечики – легко.

Обруч, кубики помогут

Гибкость нам развить немного

Будем чаще наклоняться

Приседать и нагибаться. Вот отличная картинка

Мы как гибкая пружинка

Пусть не сразу все дается

Поработать нам придется!

Чтоб проворным стать атлетом

Проведем мы эстафету.

## **Пословицы и поговорки про спорт и здоровый образ жизни:**

- Закаляй свое тело с пользой для дела.
- Холода не бойся, сам по пояс мойся.
- Кто спортом занимается, тот силы набирается.
- Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.
- Кто любит спорт, тот здоров и бодр.
- И смекалка нужна, и закалка важна.
- В здоровом теле здоровый дух.
- Паруса да снасти у спортсмена во власти.
- Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.
- Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.
- Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.
- Крепок телом - богат и делом.
- Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.
- Пешком ходить — долго жить. Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.