

Муниципальное дошкольное учреждение « Детский сад №20  
комбинированного вида»



ПРОЕКТ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ №5  
« ЗА ЗДОРОВЬЕМ В ДЕТСКИЙ САД»



Проект подготовила воспитатель:  
Кудашкина Л. А.





**Тип проекта: практико –ориентированный**

**Вид проекта: групповой.**

**Продолжительность проекта: краткосрочный**

**Возрастная группа: средняя группа.**

**Форма организации с детьми: совместная деятельность с детьми, самостоятельная деятельность.**

**Участники проекта: дети средней группы, родители, воспитатель группы.**

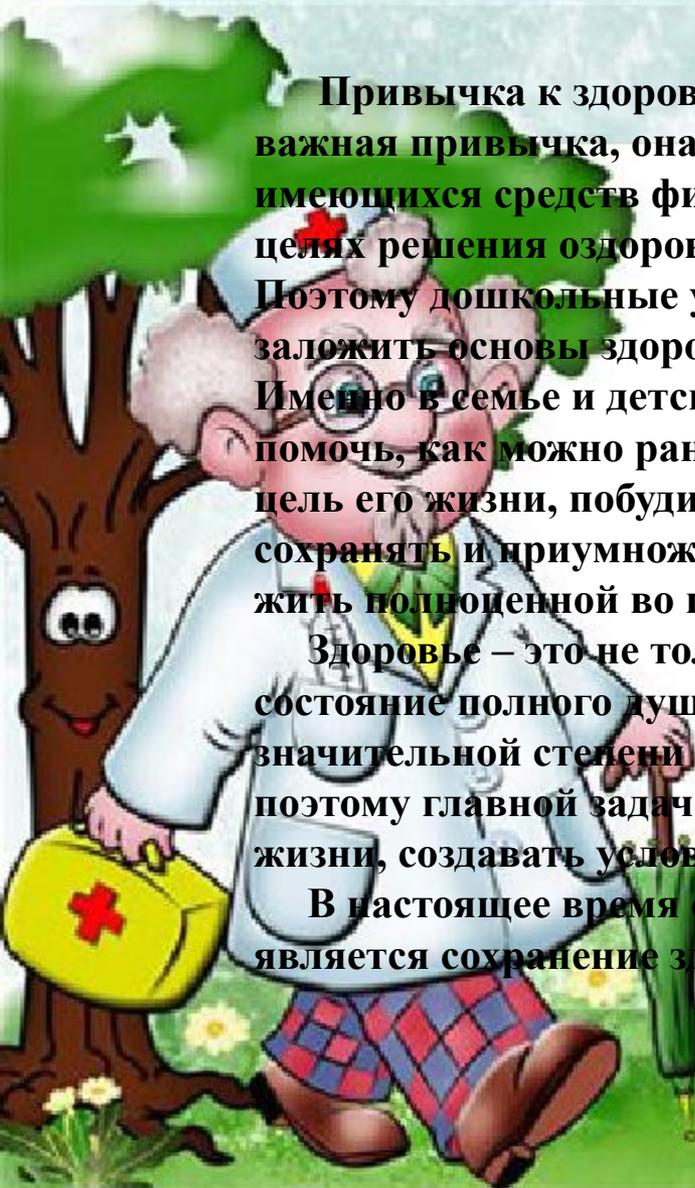


## Актуальность проекта

Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье и детском саду на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье. Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов. Это состояние полного душевного и социального благополучия. Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведёт человек, поэтому главной задачей является обучение детей принципам здорового образа жизни, создавать условия для сохранения и укрепления их здоровья.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.





**Проблемный вопрос: Как сохранить свое здоровье?**

**Цель проекта: Формирование у детей основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения к своему здоровью и к здоровью окружающих.**





### Задачи проекта:

- Дать представления об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене здоровья.
- Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, потребность в положительных привычках.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре, о здоровых и вредных продуктах питания, о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.
- Воспитать желание у детей заботиться о своём здоровье.

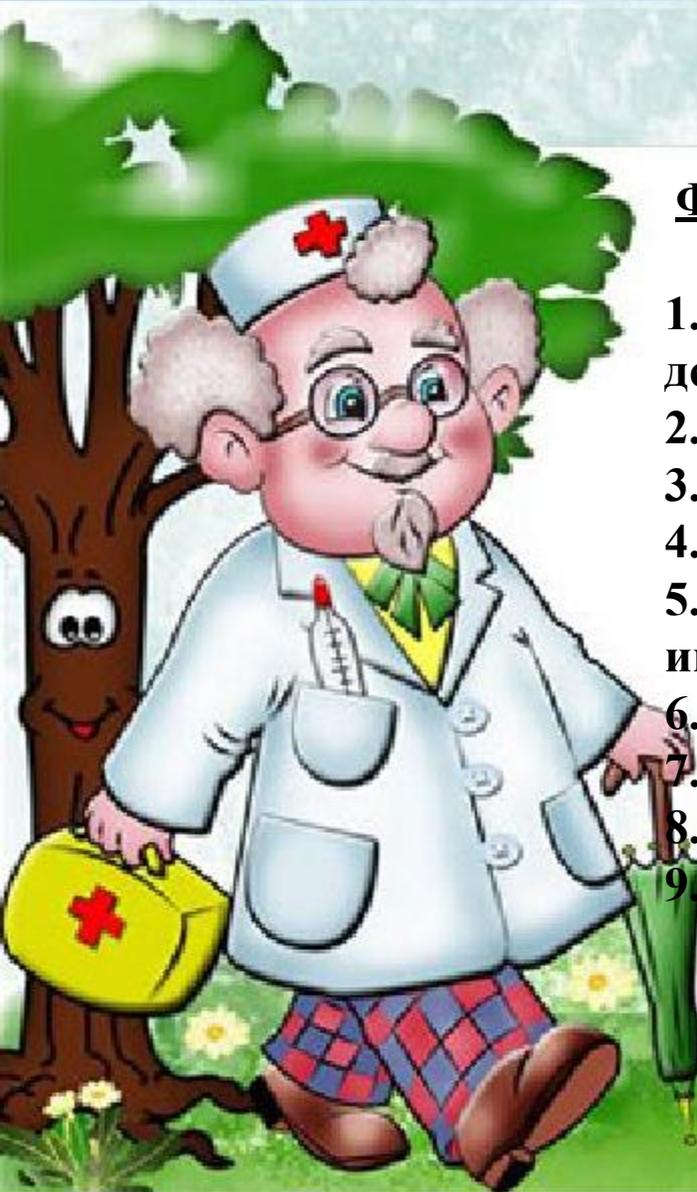




**Предполагаемые результаты:**

- 1. Получение детьми знаний о ЗОЖ.**
- 2. Укрепление здоровья, снижение уровня заболеваемости у детей, посещающих детский сад.**
- 3. Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.**
- 4. Возросший интерес родителей к вопросам воспитания здорового ребенка. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.**
- 5. Улучшение здоровьесберегающей среды, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка в детском саду.**





## Формы реализации проекта:

1. Непосредственная образовательная деятельность.
2. Чтение художественной литературы.
3. Беседы с детьми о здоровом образе жизни.
4. Наблюдения.
5. Игровая деятельность (дидактические игры, сюжетные, самостоятельные).
6. Развлечения, досуги.
7. Продуктивная деятельность.
8. Исследовательская деятельность.
9. Работа с родителями.





## Этапы реализации проекта:

### 1 этап – подготовительный

1. Разработка и накопление методических материалов.
2. Создание необходимых условий для реализации проекта.
3. Создание развивающей среды.
4. Подбор необходимой художественной литературы по теме проекта.
5. Разработка мероприятий.



## 2 этап – основной (практический):

НОД

Художественное творчество:

Рисование: «Виды спорта»

Лепка: «Фрукты и овощи»

Апликация: «Цветик – семицветик», Коллаж «Полезные и вредные продукты».

ОБЖ: «Микробы и вирусы», «Будь внимателен», «Полезные и вредные продукты».

Музыка: Релаксационная музыка. Прослушивание песен о здоровье и спорте.

Чтение художественной литературы:

К. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе», «Королева зубная щётка», «Перевязка» Г. Ладонщиков, «Мыло» Я Акима, «Ночь уходит» В. Берестов, «Девочка чумазная» А. Барто, «Про девочку, которая плохо кушала» С. Михалков. «Что такое хорошо и что такое плохо» В. Маяковский. «5 дел перед сном», «Как Миша и Маша учились мыть руки», валеологических сказок «О мыльной пене и расчёске», и др. Л. Зильберга «Питание», «В стране Болочке» и др.

Стихотворения о зарядке Г. Граубина, Е. Ильина, Л. Мезинова, С. Пркофьевой, Г. Сапгира; В. Голявкина «Про Вовкину тренировку», С. Афонькина «Как стать сильным?» и «Зачем делать зарядку?»

Развитие речи:

Чтение пословиц и скороговорок о здоровье.

Загадки о спорте, овощах, фруктах и здоровье.

Загадки о здоровье, предметах личной гигиены, о частях тела.

Рассматривание плакат «Скелет человека».

Рассматривание иллюстрация в книге «Изучаем своё тело».

Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье.

Рассматривание иллюстраций, альбомов «Летние и зимние виды спорта», о спортивном инвентаре, о режиме дня.





### Беседы:

**Общение: «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!», «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу», «Виды спорта», «О чистоте рук», «О чистом воздухе»,**

**«Части тела человека», «Микробы и вирусы», «О зубах», «О зубной щётке и о зубной пасте», «О таблетках и витаминах», «Беседа о полезных продуктах», «Витамины и здоровый организм», «Режим дня», «Здоровье и болезнь», «Спорт – это сила и здоровье», «Зачем и как нужно закаляться».**



## Игры:

Игра – ситуация «Что полезно для здоровья».

Игры имитации: «Санитарная лесенка», «Очень дружный мы народ».

Пантомимы: «Сон», «Испуг», «Печаль», «Радость»

Дидактические игры:

«Полезно-вредно», «Вершки-корешки», «Угадай на вкус», «Скажи что – другому», «Съедобное – несъедобное» «Чудесный мешочек», «Чистота – залог здоровья», «Что лишнее?», «Угадай по описанию», «Назови что можно делать», «Закончи предложение», «Волшебный мешочек», «Угадай на вкус».

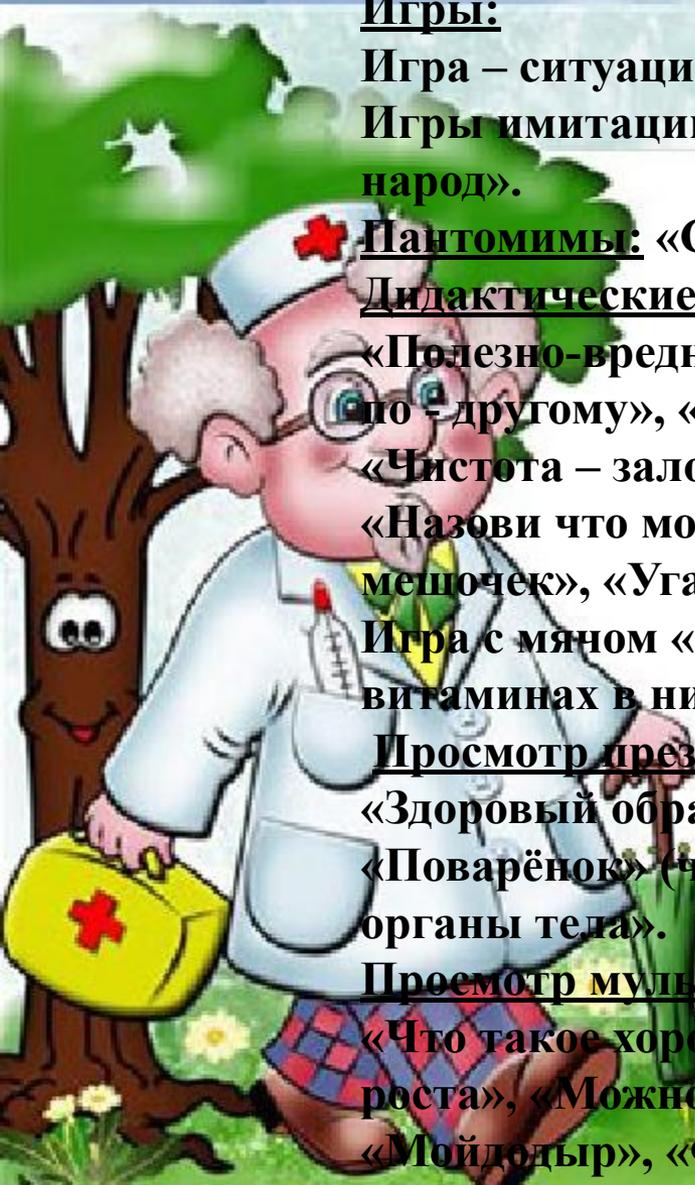
Игра с мячом «Назови правильно» (о продуктах питания и витаминах в них).

Просмотр презентаций:

«Здоровый образ жизни», «Здоровое питание», «Фрукты овощи», «Поварёнок» (что мы едим), «Анатомия – части тела», «Анатомия - органы тела».

Просмотр мультфильмов:

«Что такое хорошо и что такое плохо», «Смешарики», «Витамин роста», «Можно и нельзя», «Спортландия», «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе», «Айболит и Бармалей».



**Решение поставленных задач с родителями:**

**Консультации:** «Виды закаливания», «Физоборудование своими руками», «Жизнь без вредных привычек», «Как укрепить здоровье ребенка в условиях семьи», «Здоровый образ жизни семьи».

**Папка передвижка** «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей».

**Родительское собрание** «Укрепление и сохранение здоровья детей»

**Выставка рисунков:** «Быть здоровым – здорово!»

**Памятка:** «Как организовать питание в семье».

**Индивидуальные беседы** о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т. д., обсуждение конкретных проблем, случаев.





### 3-этап заключительный

1. Обработка результатов по реализации проекта.
2. Коллаж «Полезные и вредные продукты».
3. Фотоотчёт по проекту.





## Выводы:

**Результат проекта:**

**Проект «За здоровьем в детский сад» разрешит проблему, реализует поставленные задачи.**

**У детей будут сформированы элементарные представления о здоровом образе жизни. Дети познакомятся с лекарственными растениями и их свойствами. Родители осознают необходимость и значимость здорового образа жизни. Дети будут принимать участие в спортивном развлечении «Путешествие в страну здоровья», подвижных играх, беседах, чтении литературных произведений. В ходе занятий и бесед познакомятся с разными видами спорта, историей их жизни.**

