

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 9**

Проектная деятельность по ЗОЖ
«Наше здоровье»
(средняя группа)



**Участники проекта:
дети, родители,
воспитатели средней группы:
Макагон Ольга Ивановна
Чернова Наталья Владимировна**

**Кушевский район
поселок Первомайский
2019 год**

Содержание:

1. Пояснительная записка.
2. Цель проекта.
3. Задачи проекта.
4. Предполагаемые результаты.
5. Содержание проектной деятельности.
6. Продукт проектной деятельности.
7. Полученный результат проектной деятельности.
8. План реализации проекта «Наше здоровье».
9. Приложение.

1. Пояснительная записка.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

2. Цель проекта:

Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

3. 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 полезных и вредных продуктах питания.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

4. Предполагаемые результаты.

Для детей:

1.Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;

2. Обогащение и закрепление ранее полученных знаний о правильном питании, культурно-гигиенических навыках;

3. Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для родителей:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей;
2. Педагогическая, психологическая помощь;
3. Повышение уровня комфортности.

Для педагогов:

1. Повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов;
2. Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
3. Личностный и профессиональный рост;
4. Самореализация;
5. Моральное удовлетворение.

Реализация проекта: с 1 по 25 ноября 2019 год

Тип проекта:

Среднесрочный;

Участники проекта:

Воспитатели, дети, родители.

Формы работы с детьми:

- ООД познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий, просмотр мультфильмов, просмотр презентаций по теме;

- ООД продуктивной деятельности: конструирование, аппликация, лепка, рисование;
- Игровая деятельность: подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемные ситуации;

5. Содержание проектной деятельности:

1 этап – подготовительный:

- Разработка перспективного плана;
- Подготовка цикла тематических мероприятий;

2 этап – практический:

- Проведение цикла тематических мероприятий;
- Организация целенаправленной просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей познавательных способностей;

3 этап – заключительный:

- Проведение совместного с родителями спортивного - развлекательного мероприятия «Пираты».
- Оформление семейной совместной газеты «Здоровый образ жизни».
- Изготовление совместно с родителями нестандартного оборудования и пополнение физкультурного уголка.

6. Продукт проектной деятельности:

- ✓ Тематический план проекта
- ✓ Подборка дидактических игр;
- ✓ Информационный материал в родительском уголке

- ✓ Презентация недели здоровья с полученными результатами;
- ✓ Выставка рисунков совместно с родителями «Здоровая и вредная еда»

7. Полученный результат реализации проекта:

- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.
- Получение детьми знаний о ЗОЖ.
- Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
- Обогащение и закрепление ранее полученных знаний о правильном питании, культурно-гигиенических навыках;
- Моральное удовлетворение.

Приложение:

1. Подборка дидактических и подвижных игр;
2. Информационный материал в родительском уголке;
3. Беседы с детьми;
4. Художественное слово (стихи, загадки и т. д.);
5. Фотоотчет.

8. План реализации проекта «Наше здоровье».

№ п/п	Цели и задачи	Мероприятия, содержание работы	Ответствен ный
1.	<p>Тема «Где прячется здоровье».</p> <p>*Продолжать формировать интерес к</p>	<p>*Беседа с детьми «Скажи здоровью – да»;</p> <p>*Сюжетно – ролевая игра «Магазин полезных</p>	Воспитатели

	<p>собственному организму, самочувствию, связанному с состоянием здоровья;</p> <p>*Удовлетворить потребность детей в двигательной активности;</p> <p>*Развивать быстроту бега, ловкость, внимательность;</p> <p>*Обратить внимание родителей на то, что по сезону и погоде одетый ребёнок в меньшей степени подвержен простудным заболеваниям.</p>	<p>продуктов питания»;</p> <p>*Дидактическая игра «Что полезно есть, а что вредно»;</p> <p>*Чтение: А. Барто «Девочка чумазая», С. Семёнов «Как стать неболейкой» ;</p> <p>*Прогулка: игры с бегом «У медведя во бору», игры с бросанием и ловлей мяча «Подбрось и поймай»;</p> <p>* Работа с родителями: оформление папки – передвижки «Ключи к здоровью вашего малыша»;</p> <p>* Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей.</p>	
<p>2.</p>	<p>Тема: «Здоровые зубки».</p> <p>*Объяснить детям причину болезни зубов;</p> <p>*Формировать привычку чистить зубы;</p>	<p>*Беседа с детьми «Здоровые зубки»;</p> <p>*Чтение сказки Сказка о зубной щётке»;</p> <p>* Дидактическая игра: «Что вредно, а что полезно</p>	<p>Воспитатели</p>

	<p>*Приучать ребёнка быть внимательным к себе и состоянию своих зубов;</p> <p>*Развивать у детей координацию движений, силу, ловкость, выносливость»;</p> <p>*Обратить внимание родителей на занятие спортом в их семье – походы на стадион, бассейн, спортивный зал и т. д.</p>	<p>для зубов»;</p> <p>*Просмотр мультфильма «Добрый доктор Стоматолог»;</p> <p>*Раскраски «Здоровые зубки»;</p> <p>*Прогулка: подвижные игры «Птички и кошка». «Ловишки»;</p> <p>*Работа с родителями: провести анкетирование родителей «Роль спорта в семейном воспитании»;</p> <p>*Консультация для родителей «Бережем здоровье с детства или 10 заповедей здоровья».</p>	<p>Воспитатели, родители.</p>
<p>3. Тема: «Мойдодыр».</p>	<p>*Формирование у детей представлений о правилах личной гигиены;</p> <p>*Дать детям элементарные представления об инфекционных заболеваниях и их</p>	<p>*Беседа с детьми «Микробы и вирусы»;</p> <p>Дидактическая игра «Предметы личной гигиены»;</p> <p>*Чтение: «Потешки, стихи, загадки на заданную тему», К. Чуковский «Мойдодыр»;</p>	<p>Воспитатели</p>

	<p>возбудителях (микробы и вирусы);</p> <p>*Продолжение просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам развития у детей интереса к ведению здорового образа жизни (спорт – его неотъемлемая часть).</p>	<p>*Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто - чисто»;</p> <p>*Продуктивная деятельность:</p> <p>Изготовление атрибутов к подвижной игре «Микробы и чистюли»:</p> <p>Подвижные игры:</p> <p>«Микробы и чистюли», «Кошка и мышь», «Прятки»;</p> <p>*Просмотр мультфильма «Мойдодыр»;</p> <p>*Аппликация «Помощники Мойдодыра»;</p> <p>*Работа с родителями:</p> <p>Провести беседу по итогам анкетирования, познакомить родителей с ответами детей на те же самые вопросы,</p> <p>Консультация для родителей «Мы здоровью скажем - да»;</p>	<p>Воспитатели, родители.</p>
--	---	---	-----------------------------------

	<p>режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию;</p> <p>*Воспитывать желание добиваться успехов в спортивных состязаниях, различных соревнованиях;</p> <p>*Познакомить родителей с итогами прошедшей недели здоровья (стенгазета о событиях недели здоровья).</p>	<p>«Пираты»;</p> <p>*Прогулка: подвижные игры;</p> <p>*Сюжетно – ролевая игра «Физкультурное занятие»;</p> <p>*Работа с родителями: Консультация для родителей «Роль утренней зарядки в укреплении здоровья детей»;</p> <p>Изготовление родителями нестандартного оборудования в физкультурный уголок,</p> <p>Совместно с родителями оформление стенгазеты «Здоровый образ жизни».</p>	<p>Воспитатели, родители.</p> <p>Родители, дети.</p>

9. Приложение.

Дидактические игры:

«Что вредно, а что полезно для зубов».

Цель игры: Упражнять в правильном использовании обобщающих слов;

Ведущий показывает картинку, ребята должны отобрать из имеющихся у каждого из них набора картинок те, которые соответствуют правильному ответу.

«Чего не стало».

Цель игры: Воспитывать наблюдательность, развивать память.

Детям представляют 5 – 6 предметов (картинок) с изображением различных предметов. Затем ребятам предлагают закрыть глаза, в это время педагог убирает одну картинку, оставшиеся картинки меняет местами. Дети должны сказать, что изменилось.

«Что полезно есть, а что вредно».

Цель игры: формировать знание у детей о полезных и вредных продуктах. Развивать здоровые принципы питания.

Ведущий показывает детям картинки с продуктами питания и дети должны выбрать продукты которые соответствуют правильному ответу.

«Полезные и вредные продукты».

Цель игры: закрепить знания о полезных и вредных продуктах.

Ребенку предлагают рассмотреть лежащие на столе картинки, выбрать из предложенных картинок- необходимые.

Подвижные игры:

«У медведя во бору».

Цель: развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу, навык коллективного движения. Упражнять в беге по определенному направлению. С увертыванием, развивать речь.

«Птички и кошка».

Цель: развивать у детей решительность. Упражнять в беге с увертыванием.

«Кошка и мышка».

Цель: развивать у детей умение быстро действовать по сигналу, ходить сохраняя форму круга. Упражнять в беге с ловлей.

«Ловишки».

Цель: учить бегу в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.

«Подбрось – поймай».

Цель: упражнять в бросании мяча двумя руками снизу вверх и ловить его.

«Микробы и чистюли».

Цель: учить бегать в разных направлениях не наталкиваясь друг на друга.

«Мы злые, злые, злые,

Микробы мы плохие,

Кто кашу не ест

И не моет руки,

Не делает зарядку,

Мы переловим всех по - порядку»

Тематические консультации для родителей:

1. «Ключи к здоровью вашего малыша»
2. «Бережем здоровье с детства или 10 заповедей здоровья»
3. «Мы здоровью скажем - да»
4. «Роль утренней зарядки в укреплении здоровья детей »

Художественное слово, используемое в работе с детьми:

Никогда не унываю

И улыбка на лице,

Потому что принимаю

Витамины А, Б, С.

Очень важно спозаранку,

Есть за завтраком овсянку.

Черный хлеб полезен нам

И не только по утрам.

Помни истину простую

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую,

Или сок морковный пьёт.

От простуды и ангины

Помогают апельсины.

И неплохо есть лимон
Хоть и очень кислый он

Мойся мыло! Не ленись!
Не выскользывай, не злись!
Ты зачем опять упало?
Буду мыть тебя сначала!

По утрам
Зарядку делай
Будешь сильным,
Будешь смелым.

Прогоню остатки сна
Одеяло в сторону,
Мне гимнастика нужна
Помогает здорово.

Чтобы нам не болеть
И не простужаться
Мы зарядкой с тобой
Будем заниматься.

Нельзя:

- пробовать все подряд
- есть и пить на улице
- есть немытое
- есть грязными руками
- давать кусать
- гладить животных во время еды
- есть много сладкого.

В каких продуктах содержатся витамины и для чего нужны?

Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

Витамин Д - солнце, рыбий жир (для косточек).

Фотоотчет:



Здоровье в порядке-
спасибо зарядке.





Подвижные игры на свежем воздухе.





Беседа с детьми



«Здоровые зубки»

Раскраски



«Здоровые зубки».

Читаем К. Чуковского «Мойдодыр»



Коллективная аппликация



«Помощники
Мойдодыра».



Подвижная игра «Микробы и чистюли».





Дидактическая игра «Овощи и фрукты».



Лепка «Овощи и фрукты».



Выставка рисунков совместно с родителями «Полезная и вредная еда».



Знакомство с видами спорта.





Нестандартное оборудование
в физкультурный уголок.



Нестандартное оборудование
в физкультурный уголок.



Спортивное развлечение «Пираты».



Стенгазета совместно с родителями «Здоровый образ жизни».

