

## Проект в средней группе «Мы здоровье сбережем»

Название проекта: «Мы здоровье сбережем»

Тип проекта: краткосрочный, информационно - познавательный, практико – ориентированный.

Участник проекта: дети средней группы, воспитатели, родители.

Сроки реализации: октябрь – ноябрь 2020 г.

### Введение.

#### *Постановка проблемы.*

Тема здоровья детей на современном этапе считается очень актуальной. Здоровье детей, его охрана является приоритетным направлением не только образовательных и медицинских учреждений, но и всего общества в целом, поскольку лишь здоровые дети в состоянии заниматься разными видами деятельности, обучаться, развиваться. Только полноценное здоровье способствует становлению гармонически всесторонне развитой личности.

Однако научными медицинскими исследованиями отмечено, что уже при рождении большинство детей имеют отклонения в здоровье, абсолютно здоровых детей практически нет.

Поэтому встаёт необходимость самых неотложных мер по здоровьесбережению, оздоровлению детей, по профилактике и коррекции различных отклонений в их здоровье.

#### *Актуальность.*

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.

*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.

#### *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.

*Методы и формы работы:* беседы с детьми; чтение произведений о ЗОЖ, рассматривание иллюстраций, энциклопедий, просмотр презентаций по теме; рекомендации для родителей; игровая деятельность; подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемные ситуации.

*Гипотеза:* Проект поможет объединиться взрослым, окружающим ребёнка, в воспитании здорового образа жизни, а дети смогут стать активными участниками всех мероприятий, направленных на формирование представлений о ЗОЖ и укрепления здоровья дошкольников.

*Ожидаемые результаты:*

- сформированная осознанность в потребности ведения здорового образа жизни;
- снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;
- повышение компетентности родителей. активная помощь и заинтересованность в организации работы по оздоровлению детей;
- сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта;
- получение детьми знаний о ЗОЖ.

#### Деятельность в рамках проекта:

##### 1 этап: предварительный.

Информирование родителей о реализации проекта.

Проведение физического мониторинга детей.

Анкетирование родителей «Здоровье вашего ребенка».

Размещение информации в уголке для родителей.

Подбор методической литературы, систематизация информации по теме.

Ответственные – воспитатели группы, родители.

##### 2 этап: основной.

Дата	Работа с детьми	Работа с родителями	Ответственные
Сентябрь	Чтение К. И. Чуковский «Мойдодыр», «Айболит», «Федорино горе»; Е. Благинина «Девочка чумазая»; С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».	Консультация «10 советов по укреплению физического здоровья детей»  Привлечение к созданию	Воспитатели, родители

	<p>Беседы: «Мы здоровые бережём!», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!», «Различные виды спорта», «Мы играем – здоровье улучшаем!», «Что такое режим», «Где чистота, там и здоровье», «Даёт силы нам всегда витаминная еда»; «Олимпийские виды спорта».</p> <p>Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Скорая помощь», «Магазин продуктов», «Физкультурное занятие».</p> <p>Просмотр мультфильма «Смешарики «Азбука здоровья»</p> <p>Дидактические игры «Вредные и полезные продукты», «Что лишнее?», «Готовим обед», «Полезные и вредные продукты», «Угадай вид спорта», «Чудесный мешочек»; «Аскорбинка и ее друзья».</p> <p>Рассматривание альбомов: «Различные виды спорта», «Мы со спортом дружим», «Витаминная еда и полезна, и вкусна!»</p> <p>ООД «Чистота – залог здоровья».</p> <p>Лепка «Витамины на тарелке».</p>	<p>нестандартного оборудования (следочков, дорожек для закаливания)</p> <p>Индивидуальные беседы о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.</p> <p>Мастерская с родителями по воспитаниювалеологической культуры у детей</p> <p>Рекомендации для родителей «Закаливание»</p>	
--	---	---	--

<p>Октябрь</p>	<p>Чтение детской энциклопедии «Организм человека», С Михалков «Про Мимозу»; Е. Кан «Наша зарядка»; В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо»; Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»; В. Лебедев-Кумач «Закаляйся!». Рассмотрение плакатов «Наше тело», «Правила безопасного поведения»; Беседы: «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!»; «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»; «Беседа о здоровье, о чистоте», «Лекарственные растения», «Чтобы быть здоровым», «Здоровая полноценная пища». Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека», «Парикмахерская». Просмотр мультфильма «Королева Зубная щетка» Отгадывание загадок о здоровье - «Помощники Мойдодыра», «Спортивный инвентарь». Дидактические игры: «Различные виды спорта», «Спортив-</p>	<p>Рекомендации «Закаливание детей»</p> <p>Памятка «Игры для укрепления здоровья малышей»</p> <p>Привлечение родителей к выставке рисунков «Я учусь быть здоровым».</p> <p>Беседа: «Значение ЗОЖ для здоровья человека»</p>	<p>Воспитатели, родители</p>
----------------	--	---	------------------------------

	<p>ный инвентарь – что для чего», «Четвёртый лишний», «Собери картинку».</p> <p>Проблемные ситуаций - Почему важно соблюдать режим дня?? Почему надо правильно мыть руки с мылом?</p> <p>Конструирование спортивных площадок.</p> <p>Рисование «Витаминная еда и полезна, и вкусна!»</p>		
--	--	--	--

3 этап: заключительный.

ноябрь	Спортивно – развлекательное мероприятие: «Мы здоровье сбережём»	Воспитатели, дети
--------	---	-------------------

