

*Краткосрочный проект
в средней группе на тему:
«ЗДОРОВЕЙ – КА»*

*Воспитатель:
БАБКИНА Н.А.*



МБДОУ «ЦРР д/с №3»

Ст. Тбилисская

«В мире нет рецепта лучше,
Будь со спортом неразлучен.
Проживешь сто лет
Вот и весь секрет»

Возраст:

Средний дошкольный возраст

Тип проекта:

Практико-ориентированный.

Актуальность:

«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы» (Василий Александрович Сухомлинский).

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе любого дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. 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.

Цель проекта: Сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться 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.

Предполагаемые результаты:

1. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.
2. Получение детьми знаний о ЗОЖ.

Реализация проекта: 22 по 26 октября 2018 г.

Решение поставленных задач с детьми:

Образовательная область	Познавательное развитие	
	Беседы	Дидактические игры
	- «Что такое здоровье?», - «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим», - «О роли питания для здоровья», - «Спорт - это сила и здоровье». - «Сохрани своё здоровье сам», - «Зачем и как нужно закаляться?», - «Что лучше - болеть или быть здоровым?» , - «Здоровый образ жизни» . - Словесная игра «Мое настроение» - Игра с мячом «Какие виды спорта ты знаешь?» - Разучивание стихов, пословиц, поговорок о здоровье. - Вечер загадок и отгадок о спорте, здоровье, о фруктах и овощах.	«Полезно-вредно», «Вершки-корешки», «Угадай на вкус», «Скажи по - другому» , «Чудесный мешочек», «Чистота – залог здоровья», «Что лишнее?», «Угадай по описанию» . Игра с мячом «Назови правильно» (о продуктах питания и витаминах в них). Рассматривание иллюстраций, альбомов «Летние и зимние виды спорта», о спортивном инвентаре, о режиме дня.

Образовательная область	Социально-коммуникативное развитие	
	Экскурсия на кухню, беседа с поваром. Сюжетно-ролевые игры «Продуктовый магазин», «Магазин полезных продуктов питания», «Олимпиада», «Детский сад. Занятие физкультурой»	Ручной труд: составление коллажа «Полезные и вредные продукты»

Образовательная область	Речевое развитие	
	Развитие речи: - Рассказы детей «Мой любимый вид спорта». Чтение художественной литературы: : К.Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», А.Л.Барто «Девочка чумакая», А.Л.Барто «Верёвочка», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», валеологических сказок («О мыльной пене и расчёске», «5 дел перед сном», «Как Миша и Маша учились мыть руки» и др.), Л.Зильберга «Питание», «В стране Болючке» и др. Чтение скороговорок, пословиц о здоровье.	

Образовательная область	Художественно - эстетическое развитие	
	Художественное творчество	Музыка
	Выставка рисунков «Где прячется здоровье»	Релаксационная музыка; музыка из мультфильмов; слушание и пение песен о спорте.

Образовательная область	Физическое развитие
	Пальчиковые игры и упражнения. Физминутки (разработка картотеки) Подборка видеофизминуток (с использованием ИКТ) Подвижные игры «Дружные пары», «Кто лучше прыгнет?», «Перебежки», «Кто дальше?», «Попади в цель», «Горелки», «Веселые старты», «Ловишка» и др. Коллективные игры и упражнения «Мы растем сильными и смелыми». Игры-эстафеты «Собери мусор» (для мальчиков) «Помой посуду» (для девочек); Разучивание р.н.п. игр Пантомимы «Сон», «Испуг», «Печаль», «Радость»

Решение поставленных задач с родителями:

- Консультации «Виды закаливания», «Жизнь без вредных привычек»
- Семинар – практикум «Воспитание здорового образа жизни дошкольников»
- Памятка для родителей.

Продукт проекта:

Коллаж «Полезные и вредные продукты».

Спортивное развлечение «*Спорт – здоровье!*»

Памятка для родителей

- Помни: здоровье не все, но все без здоровья - ничто!
- Здоровье нужно не только тебе, но и людям, которым ты обязан помогать и защищать.
- Здоровье - не только физическая сила, но и душевное равновесие.
- Здоровье - это твоя способность удовлетворять в разумных пределах свои потребности.
- Здоровье - это физическая и гигиеническая культура нашего тела: нет ничего красивее человеческого тела.
- Здоровье - это душевная культура человека: доброта, надежда, вера и любовь к тем, кто тебя окружает.
- Здоровье - социальная культура человека, культура человеческих отношений.
- Здоровье - это любовь и бережное отношение к природе: природа не брат и не сестра, а отец и мать человечества.
- Здоровье - это стиль и образ твоей жизни. Источник здоровья и источник всех бедствий зависят от тебя и от твоего образа жизни.
- Хочешь быть здоровым - подружись с физической культурой, чистым воздухом и здоровой пищей.
- Помни: солнце нам друг и все мы - дети солнца, но с его лучами не шути: загорание не должно стать сгоранием на солнце.
- Ходи периодически по земле босиком - земля дает нам силу, отводит из тела лишнее электричество.
- Учись правильно дышать - спокойно, неглубоко и равномерно.
- Семья - наша опора и наше счастье: делай в семье так, чтобы каждый член семьи чувствовал свою нужность и зависимость друг от друга.
- Люби нашу землю - мать и кормилицу, бережно относись к ней и ко всему живому, чему она дала жизнь. Хочешь жить - люби жизнь!
- Хочешь быть здоровым - будь им!