

*МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД № 8 СТ. СТАРОВЕЛИЧКОВСКОЙ*

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



*Воспи*

*татель:*

***О.Ф. МОЛОРОДОВА***

*ст. Старовеличковская*

*2021 г.*

*«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 2012 г.

Решение поставленных задач с детьми:

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

я область		
	<p><b>Экскурсия</b> на кухню, беседа с поваром.</p> <p><b>Сюжетно-ролевые игры</b> «Продуктовый магазин», «Магазин полезных продуктов питания», «Олимпиада», «Детский сад. Занятие физкультурой»</p>	<p><b>Ручной труд:</b> составление коллажа «Полезные и вредные продукты»</p>

Образовательная область	Речевое развитие	
	<p><b>Развитие речи:</b></p> <p>- Рассказы детей «Мой любимый вид спорта».</p> <p><b>Чтение художественной литературы:</b> : К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», А.Л.Барто «Девочка чумазая», 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.</p>	

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!*»

## **Приложение 1**

### **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!