

МБДОУ "Детский сад № 24 "Солнышко"

**Познавательно-игровой проект  
"В стране здоровья"  
в средней группе**

**Подготовили воспитатели:**  
Волегова Юлия Александровна  
Левашова Алёна Владимировна

г.Рубцовск, 2022 год

## **Актуальность проекта**

Все чаще и чаще звучат в средствах массовой информации из уст педагогов, медиков и родителей вопросы, связанные с проблемами здоровья детей – подрастающего поколения нашей страны. Эти вопросы актуальны, прежде всего, потому, что идет тенденция к ухудшению состояния здоровья детей.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. При профессиональном подходе к вопросам здоровьесбережения у каждого ребенка укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим.

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:** Формирование у детей представления о здоровом образе жизни, средствах укрепления здоровья и правилах заботы о нем. Создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Научить элементарным правилам ЗОЖ
- Дать знания об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене здоровья, о питании.
- Знакомить родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома.

**Развивающие:**

- Развивать у детей потребность к двигательной активности.
- Развивать потребность в выполнении профилактических упражнений и игр на занятиях и в режимных моментах.

**Воспитательные:**

- Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни детей
- Воспитать желание у детей заботиться о своем здоровье.
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный (с 23.09.22 по 29.09.22 гг.)

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

**Интеграция образовательных областей:**

- Познавательное развитие
- Речевое развитие
- Социально-коммуникативное развитие
- Художественно-эстетическое развитие

**Предполагаемый результат:**

- Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.
- Сформированность гигиенической культуры.
- Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

**Продуктом проектной деятельности является:** стенгазета «Я здоровым быть могу – сам себе я помогу!»

### **Этапы реализации проекта**

#### **1 этап. Подготовительный.**

1. Выявление проблемы.
2. Определение целей и задач проекта.
3. Составление плана совместной работы с детьми, педагогами и родителями.

**Предварительная работа:**

- Информирование родителей о предстоящей деятельности
- Изучение литературы по теме «Здоровье», «Традиционные и нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста».
- Подборка материала и оборудования для занятий, иллюстраций, игр и упражнений, бесед с детьми.

## II этап. Основной.

Дата	Форма работы	Тема	Цель	Участники
<b>Понедельник</b>				
<b>Тема дня «Где прячется здоровье»</b>				
<b>23.09</b> . <b>22 г.</b>	Беседа	«Что такое здоровье и как его приумножить»	Учить детей самостоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приемы само оздоровления	Воспитанник и, воспитатель
	Сюжетно-ролевая игра	«Магазин полезных и вредных продуктов питания»	Закрепить ранее полученные знания о здоровом питании.	Воспитанник и, воспитатель
	Чтение художественной литературы	А. Барто «Девочка чумазая», С. Семенов «Как стать Неболейкой»	Формировать у детей желание бережно и заботливо относиться к своему организму.	Воспитанник и, воспитатель
	Папка-передвижка	«Здоровый ребенок»	Повышение педагогической культуры родителей	Воспитатель, родители
<b>Вторник</b>				
<b>Тема дня «Здоровые зубки»</b>				
<b>26.09</b> <b>22 г.</b>	Беседа	«Здоровые зубки»	Воспитать у детей культурно-гигиенические навыки.	Воспитанник и, воспитатель
	Дидактическая игра	«Что вредно – что полезно?»	Ознакомление детей с влиянием различных продуктов на здоровье зубов	Воспитанник и, воспитатель
	Чтение	«Сказка о зубной щетке»	Дать знания о том, что чистота - залог здоровья. Воспитывать	Воспитанник и, воспитатель,

			привычку ежедневного ухода за зубами.	
	Аппликация	«Зубная щетка для мальчика Пети»	Продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены.	Воспитанник и, воспитатель
<b>Среда</b>				
<b>Тема дня Мойдодыр</b>				
<b>27.09 22 г.</b>	Беседа	«Микробы и вирусы»	Воспитывать у детей правильное отношение к здоровью	Воспитанник и, воспитатель
	Лото	«Чистюля»	Продолжать расширять знания о предметах личной гигиены	Воспитанник и, воспитатель
	Пальчиковая гимнастика	«Моем руки чисто-чисто»	Воспитание КГН, развитие мелкой моторики рук	Воспитанник и, воспитатель
	Подвижные игры	«Поймай хвостик», «Поймай комара», «Прятки»	Развитие координации движений, двигательной активности	Воспитанник и, воспитатель
	Просмотр мультфильма	«Мойдодыр»	Закрепление КГН	Воспитанник и, воспитатель
<b>Четверг</b>				
<b>Тема дня «Здоровое питание. Витамины»</b>				
<b>28.09 22 г.</b>	Беседа	«Витамины и полезные продукты»	Познакомить с понятием «витамины»; закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов в жизни человека	Воспитанник и, воспитатель
	Экспериментальная деятельность	«Волшебник-шиповник»	Расширить кругозор детей. Показать возможность широкого использования шиповника.	Воспитанник и, воспитатель

	Дидактическая игра	«Полезная и вредная еда»	Закреплять знания детей о полезных и вредных продуктах питания. Их влиянии на организм.	Воспитанник и, воспитатель
	Консультация	«Роль семьи и детского сада в формировании и у детей привычки заботиться о своем здоровье»	Повышение педагогической культуры родителей	Воспитатель, родители
<b>Пятница</b>				
<b>Тема дня «Со спортом дружим мы всегда»</b>				
<b>29.09 22 г.</b>	Спортивное развлечение	«В здоровом теле – здоровый дух!»	Приобщать детей к здоровому образу жизни и закреплять представления о положительном влиянии занятий физическими упражнениями для здоровья человека.	Воспитанник и, воспитатель
	Оформление стенгазеты	«Я здоровым быть могу – сам себе я помогу!»	Создать положительный эмоциональный настрой от совместной деятельности	Воспитанник и, воспитатель
	Беседа	«Значение ЗОЖ для здоровья человека»	Повышение педагогической культуры родителей	Воспитатель, родители

### **III этап. Заключительный.**

- Спортивное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»
- Стенгазета «Я здоровым быть могу, сам себе я помогу»

#### **Литература:**

1. Корней Чуковский "Мойдодыр", стихи и сказки. -М. : Эксмо, 2012
2. А. Барто «Девочка чумазая». М.: Детиздат, 1936
3. Семенова И.И. Учусь быть здоровым, или Как стать Неболейкой.  
Художник А.А. Гурьев. -М: Издательство «Педагогика», 1989