

# НАШЕ ЗДОРОВЬЕ В НАШИХ РУКАХ

ПРОЕКТ В СРЕДНЕЙ «Б» ГРУППЕ  
МБДОУ Д/С № 41 г. БЕЛГОРОДА

Воспитатель: Глобина Т. Н.

# АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ

- Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры. Одна из основных задач, стоящих перед педагогами ДОО, – воспитание здорового человека.

# ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

- ▣ Выявить методы, с помощью которых можно обеспечить ребенку гармоничное развитие, помочь детям использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня, приобщать детей к физической культуре.

# ЗАДАЧИ:

- ▣ \* Охрана и укрепление физического здоровья детей;
- ▣ \* Повышение защитных свойств организма и устойчивости к различным заболеваниям путем закаливания;
- ▣ \* Развитие основных физических качеств и двигательных способностей детей;
- ▣ \* Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- ▣ \* Формирование гигиенических навыков.

# ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:

- ▣ \* **Подготовительный:** Определение проблемного поля. Разработка проекта по направлению «здоровье». Планирование работы с детьми и родителями.
- ▣ \* **Практический:** 1 этап- «Гигиена»; 2 этап- «Приключения в стране витаминов» (овощи и фрукты); 3 этап- Закаливание. Первая помощь; 4 этап- «Движение с радостью»; 5 этап – Взаимодействие с родителями.
- ▣ \* **Аналитический:** Анализ деятельности. Презентация проекта.

# ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА - КРАТКОВРЕМЕННЫЙ (5 ДНЕЙ)

- **Участники проекта:** Дети; Педагоги; Родители.
- **Ожидаемые результаты:**
  - \* Снижение уровня заболеваемости;
  - \* Повышение уровня физической готовности;
  - \* Формирование осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

# 1 этап - ГИГИЕНА

- **Цель:** Закрепить знания детей о культуре гигиены, формировать положительное отношение к здоровому образу жизни.
- \* Игра «Собери мусор» (для мальчиков)
- \* Игра «Помой посуду» (для девочек)
- \* Д/игра «Шар по кругу»
- \* Мы дежуриим (трудовые поручения)

## ИГРА «ПОМОЙ ПОСУДУ»



## 2 ЭТАП – «ПРИКЛЮЧЕНИЯ В СТРАНЕ ВИТАМИНОВ»

- **Цель:** Расширять представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека, о содержании тех или иных витаминов в овощах и фруктах.
- \* Д/игры: «Овощи и фрукты»; «Что где растёт?»; «Вершки и корешки»; «С какого дерева упало?»
- \* Настольные игры: «Подбери картинку»; Домино «Фрукты»;
- \* Сюжетно-ролевая игра «Овощной магазин»
- \* П/игра «Овощи или фрукты?»
- \* Беседа: «Где живут витамины?»

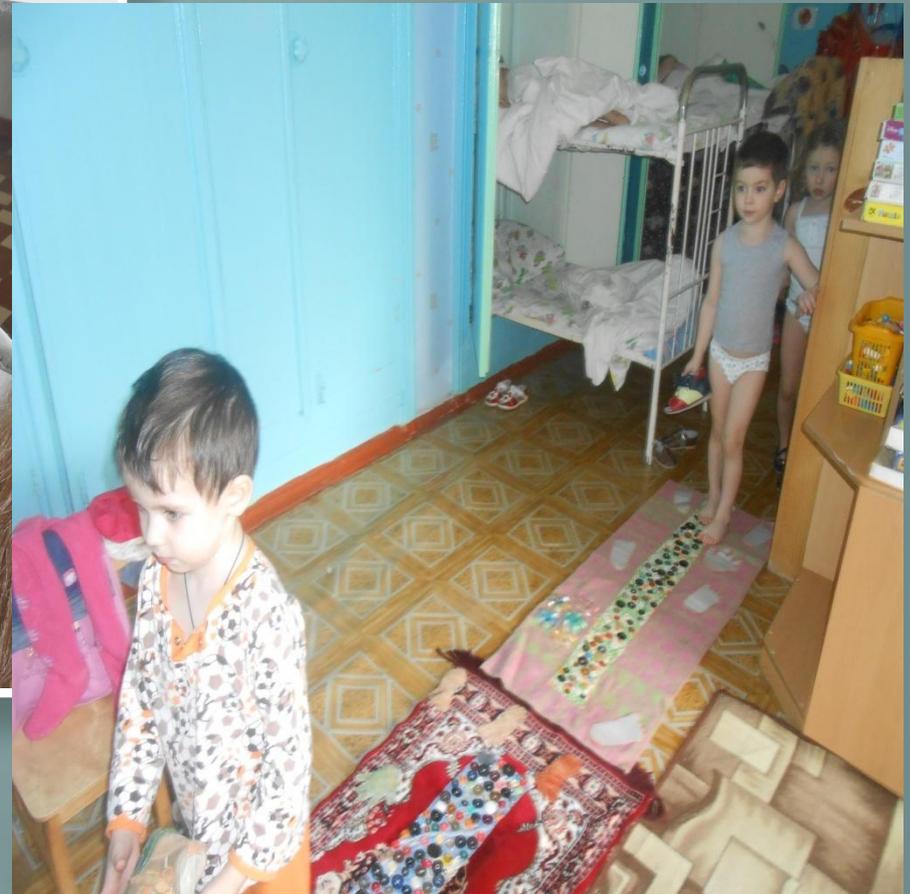
## СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ ИГРА « ОВОЩНОЙ МАГАЗИН»



# 3 ЭТАП – ЗАКАЛИВАНИЕ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ.

- **Цель:** Расширять представления у детей о пользе закаливания, знакомить детей с элементами оказания первой медицинской помощи.
- \* Закаливание: Ополаскивание рук прохладной водой; ходьба по корригирующим дорожкам.
- \* Викторина: «Ситуации»;
- \* Чтение художественной литературы: К.И. Чуковский «Доктор Айболит»;
- \* Сюжетно-ролевая игра «Больница»

# МЫ ЗАКАЛЯЕМСЯ



# 4 ЭТАП – «ДВИЖЕНИЕ С РАДОСТЬЮ»

- **Цель:** Совершенствовать равновесие, гибкость, ловкость. Развивать быстроту, координацию движений. Расширять представления о зимних видах спорта.
- \* Утренняя гимнастика;
- \* Беседа: «Зимние виды спорта»;
- \* Эстафета: « Кто быстрее?»;
- \* Спортивная игра «Хоккей»;
- \* П/игры: «Попади в круг», «Кот и мыши»», «Пустое место».

## ХОККЕЙ И ЭСТАФЕТА



# 5 ЭТАП – ИТОГОВЫЙ: «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ»

- **Цель:** Ознакомить родителей с особенностями физического и психического развития дошкольников 4-5 лет;
- \* Консультация педагога-психолога «Психологическое здоровье ребенка»;
- \* Консультация «Факторы, способствующие физическому развитию дошкольников»;
- \* Анкета для родителей «Как мы укрепляем здоровье в своей семье».

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ



# ИТОГ ПРОЕКТА:

- ▣ В ходе проекта дети получили знания о здоровом образе жизни; продолжилось формирование культурно-гигиенических навыков; продолжилось развитие основных физических качеств и двигательной активности детей; повысилась защитная функция организма к различным вирусным заболеваниям путем закаливания и употребления в пищу витаминов.