

Государственное бюджетное образовательное учреждение г Москвы

Школа 2051

Дошкольное отделение №1

Подготовительная группа «Звездочка»

# Проект «Наше здоровье – в наших руках»



Педагоги:  
Сигаева Ю.Н.  
Коваленко Е.А.



Москва 2017 – 2018 гг.

**«Забота о здоровье детей – это  
важнейший труд воспитателя.  
От жизнерадостности, бодрости детей  
зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои силы»  
В.А. Сухомлинский**



## Тип проекта:

Информационно-практико-ориентированный

## Срок реализации проекта:

краткосрочный (с 13 по 17 ноября 2017г)

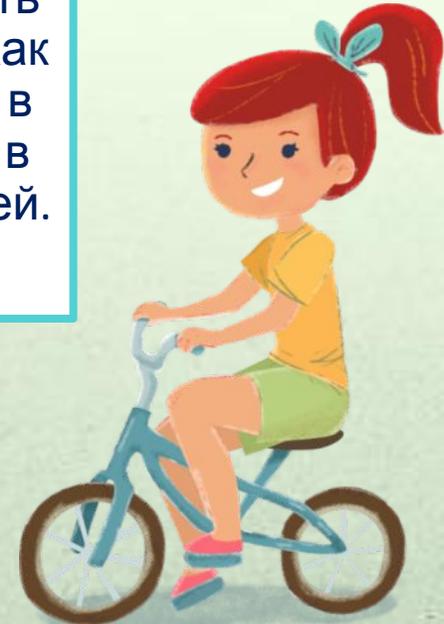
## Состав участников проекта:

воспитанники подготовительной группы, воспитатели, родители, специалист по физической культуре



# Актуальность

Проблема воспитания и развития здорового ребенка в современных условиях является как никогда актуальной. О проблемах здоровья говорят все больше и больше, а здоровых детей год от года становится все меньше. Здоровье ребенка зависит от ряда факторов, в том числе от качественного взаимодействия семьи и ДООУ. Совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребёнка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей – будущее страны, основа её национальной безопасности. Очень важно, чтобы дети были не просто помещены в здоровую сберегающую среду, но и сами бы умели сохранять, создавать здоровье. Воспитание осознанного отношения к своему здоровью может идти как в непосредственно образовательной деятельности, так и реализоваться в процессе образовательной деятельности в ходе режимных моментов, в проектной деятельности детей.



# Проблема

Заключается в недостаточности знаний о здоровом образе жизни, о способах сохранения и укрепления своего здоровья у детей и их родителей.



## Цель проекта.

Воспитание у детей осознанного отношения к своему здоровью.

Повышение компетентности родителей в решении проблемы сохранения здоровья детей.



# Задачи проекта

Воспитывать ценностное отношение к здоровью человека.

Способствовать формированию потребности здорового образа жизни у детей, желанию заботиться о своем здоровье

и здоровье окружающих людей.

Обогащать и углублять представления детей о здоровом образе жизни.

Ориентировать детей в выборе поведения, поступков, приносящих пользу здоровью.

Формировать понятие «Не вреди себе сам»

Воспитывать у всех участников проекта активную жизненную позицию, направленную на сохранение и укрепление собственного здоровья, создать условия для поддержания этой позиции.



# Предполагаемый результат

## **Для педагогов:**

- Повышение теоретического уровня по теме проекта
    - Совершенствование предметно-развивающей среды.
- Получат позитивный эмоциональный настрой в процессе реализации проекта.

## **Для детей:**

- Расширится кругозор. Появится интерес и желание узнать больше о здоровом образе жизни.
- Воспитание норм поведения детей, помогающих избежать опасности для их жизни и здоровья.

## **Для родителей:**

- Формирование активной жизненной позиции у участников проекта, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.

# Методическое обеспечение проектной деятельности.

1. Программа воспитания и обучения в детском саду «Истоки»
2. Школа раннего развития «Как устроено мое тело» Шалаева. АСТ, 2010
3. «Методика физического воспитания детей» Глазырина. «Владос». М., 2001
4. «Планирование образовательной деятельности с дошкольниками в режиме дня. Подготовительная к школе группа». Корнеичева. С. – Пб. Педагогическое общество России. 2010
5. «Пальчиковая гимнастика с предметами». Бачина. М.: Аркти, 2006
6. «Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения». Большакова С.Е. – М. : ТЦ Сфера, 2006
7. Познавательное развитие детей 5-7 лет. Методическое пособие. Блинова Г.М.: М., ТЦ Сфера, 2009.



# Этапы проекта

## 1 этап: Подготовительный

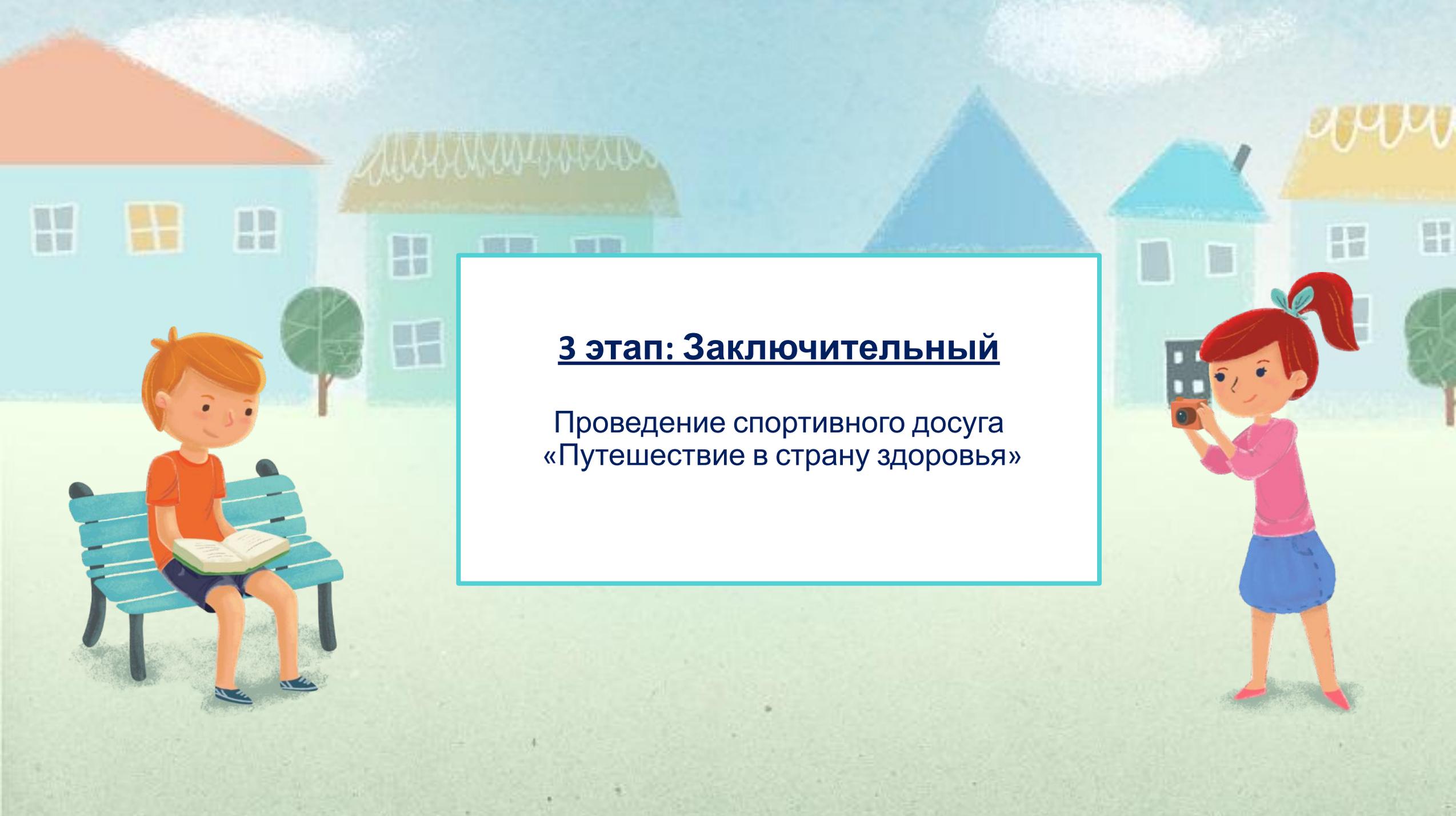
1. Выявить уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у всех участников проекта (анкетирование).
2. Подобрать и изучить методическую литературу по теме проекта
3. Пополнить развивающую среду:
  - подбор художественной литературы, энциклопедий по теме проекта;
  - составление картотеки подвижных и малоподвижных игр для детей подготовительной к школе группы;
  - составление картотеки поговорок, пословиц и загадок по теме проекта
  - подготовка традиционного и изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования;
  - подбор иллюстраций, предметных и сюжетных картинок по теме
4. Разработать план работы по реализации проекта «Наше здоровье- в наших руках»
5. Создать творческую группу в помощь реализации проекта: родители, специалисты ДО
- 6. Подготовить информационный материал для родителей по темам:
  - «Закаливание детей»; «Подвижные игры – залог здоровья детей»;
  - «Воспитание навыков здорового образа жизни в семье», «Физическая готовность ребёнка к школе»
  - памятку «Что почитать детям о здоровом образе жизни».



## 2 этап: Основной

1. Проведение цикла тематических занятий и бесед в НОД и в процессе образовательной деятельности детей в режимных моментах.
2. Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по теме проекта.
3. Подготовка выставки детских рисунков «Дети делают зарядку», «Мойдодыр»
4. Создание коллажа «Дерево здоровья».
5. Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования.
6. Изготовление «Книги рецептов полезных блюд»
7. Участие в квесте «Путешествие в страну здоровячков»
8. Просмотр кукольного спектакля «Как серый волк аппетит потерял»
9. Театрализованное представление « О пользе витаминов» с участием родителей
9. Мини проекты детей «Как заботятся о своем здоровье в нашей семье»



The background is a colorful illustration of a village scene. On the left, a boy with orange hair, wearing an orange shirt and dark shorts, sits on a blue wooden bench reading an open book. On the right, a girl with red hair in a ponytail, wearing a pink long-sleeved shirt and a blue skirt, stands holding a camera up to her eye as if taking a picture. The background features several houses with different colored roofs (orange, green, blue, yellow) and windows, set against a light blue sky with white clouds. The ground is a light green field.

### 3 этап: Заключительный

Проведение спортивного досуга  
«Путешествие в страну здоровья»

# Интеграция образовательных областей

## Социально-коммуникативное развитие:

Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «Поликлиника», «Вылечим куклу», «Мишка заболел», «Научим куклу мыть руки», «Доктор Айболит в гостях у ребят», «Аптека».

Дидактические игры: «Полезные и вредные привычки», «Собери картинку», «Съедобное-несъедобное», «В страну здоровяков», «Азбука здоровья», «Магазин», «Полезно-неполезно».

## Познавательное развитие:

Беседы с детьми по темам: «Мое тело», «Полезная пища», «Грязные руки грозят бедой», «Береги зрение с детства», «Чтобы зубы не болели», «Что такое здоровье», «О полезных и вредных привычках», «Откуда берутся болезни», «Почему случаются опасные травмы», «Опасные домашние предметы».

Беседа-размышление с детьми «Что такое здоровый образ жизни»

## Речевое развитие:

Чтение рассказов Т.А. Шорыгиной «Про девочку Таню и о её режиме дня», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «Чистота-залог здоровья», «Полезные и вредные привычки».

Чтение произведений К.И. Чуковского «Мойдодыр», «Айболит».

Чтение стихотворения А. Барто «Девочка чумазая».

Рассматривание иллюстраций о здоровом образе жизни.

### **Просмотр и обсуждение мультфильмов:**

«Мойдодыр», «Айболит»;

«Смешарики» из серии «Азбука здоровья»: «Распорядок», «Быть здоровым здорово», «Личная гигиена», «Кому нужна зарядка», «Горький вкус справедливости», «Скажи микробам «Нет!», «Если хочешь быть здоров»;  
«Королева зубная щётка», «Здоровый образ жизни», «Митя и микробус».

### **Художественно-эстетическое развитие:**

Рисование «Дети делают зарядку», «Мойдодыр»

Аппликация коллективная коллаж «Дерево здоровья»

Конструирование «Больница для кукол».

### **Физическое развитие:**

Физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация;

Утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика;

Закаливание: принятие воздушных ванн, хождение босиком по полу и гимнастическому коврику;

Физкультурные занятия, комплексы по профилактике плоскостопия и нарушения осанки, подвижные игры и игровые упражнения по желанию детей;

Спортивный досуг «Путешествие в страну здоровья»

## Совместная работа с родителями:

Оформление родительского уголка папками-передвижками по теме ЗОЖ:  
«Подвижные игры - залог здоровья малышей», «Закаливание детей»,  
«Воспитание навыков здорового образа жизни в семье», «Физическая  
готовность ребёнка к школе»

Привлечение родителей к показу театрализованного представления «О  
пользе витаминов»

Привлечение родителей к изготовлению нетрадиционного физкультурного  
оборудования из бросового материала

Организация детского спектакля о здоровом образе жизни с участием специалистов  
и родителей ДО

# Продукт проектной деятельности.

Картотека подвижных и малоподвижных игр для детей подготовительной к школе группы

Картотека поговорок, пословиц и загадок о здоровье, полезных продуктах, частях тела

Выставки детских рисунков « Дети делают зарядку», «Мойдодыр»

Информационный материал в родительские уголки: папки–передвижки «Подвижные игры - залог здоровья малышей», «Закаливание детей», «Воспитание навыков здорового образа жизни в семье», «Физическая готовность ребёнка к школе»

Коллаж «Дерево здоровья».

Нетрадиционное физкультурное оборудование.

Мини проекты детей «Как заботятся о своем здоровье в нашей семье»

«Книга рецептов полезных блюд»