



Тема проекта:
«Я здоровье сберегу»
(проблема – «Почему мы
болеем?»)»



Возраст детей: 4 – 5 лет (средняя группа)

Тип проекта: информационно-практический

Участники проекта: воспитатели, дети, родители средней группы, музыкальный руководитель, медсестра.

Продолжительность: долгосрочный.



Цель: Знакомство со строением организма и элементарными приемами сохранения здоровья.

Задачи:

Дать детям представление о себе: о своем теле, здоровье, безопасности.

Закрепить знания о необходимых культурно-гигиенических навыках.

Расширять представления о пользе здорового питания и витаминов.

Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни.

Воспитывать умение бережного отношения к своему организму, оценивать себя и свое состояние.

Создать условия по формированию у дошкольников и их родителей ценностного отношения к своему здоровью.

Привлечение родителей к активному участию в жизни детского сада.

Итоговое мероприятие: Викторина «Я здоровье сберегу. Сам себе я помогу».



Этапы проекта:

- 1 Этап: Подготовительный
 - 2 Этап: Основной
 - 3 этап: Итоговый.
- 



Подготовительный этап:

- -предварительные беседы с детьми о своем теле - начальный мониторинг
- - формулировка проблемы проекта,
- - подбор по теме проекта: Иллюстраций, книг, видео, настольно-печатные книги, дидактические игры; аудиозаписи

Основной этап:





Социализация

Сюжетно-ролевые игры

Дидактические игры

НОД «Это я!» (Цель: Дать ребенку знание о себе, о своем теле, формировать любовь к жизни, чувство радости существования).

НОД «Моя одежда» (зима, весна, лето, осень). Занятия проводятся по временам года. (Цель: Учить детей правильно одеваться, учитывая природные особенности).

Познание

- Знакомство со строением организма; Правила гигиены, - картинки;
- Здоровое питание – книга; Дидактические игры;
- Загадки по теме проекта; Разрешение проблемных ситуаций;
- Экскурсии в медицинский кабинет, на кухню;
- Плакат «Мое тело»;
- Экспериментирование «Позвоночник», «Зачем нужен кальций костям», «Что есть в легких»;
- Работа с энциклопедиями.
- М/Ф Смешарики- Азбука здоровья
- НОД «Органы чувств (глаза, уши, нос). Общее понятие.» (Цель: Закреплять знания детей о своем теле. Рассказать детям, что на голове у человека много нужных и полезных органов).
- НОД «Органы слуха, вкуса, обоняния (уши, рот – язык, нос)». (Цель: Познакомить детей с тем, что такое нос, рот и для чего они нужны. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).
- НОД «Для чего нужны зубы?» (Познакомить детей с тем, что такое зубы и для чего они нужны. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).

Коммуникация

Беседы о себе, о своем теле, гигиене, питании, как быть здоровым, с использованием наглядного материала

Ситуативные разговоры

Заучивание стихотворений, потешек,

пальчиковая гимнастика

Пословицы и поговорки про здоровье и спорт

Труд

Изготовление с родителями книжек-малышек,

Создание книги сказок

Помощь помощнику воспитателя в наведении чистоты в группе,

Обрызгивание комнатных растений

Выращивание зеленого лука

Чтение художественной литературы

- Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр»; Тувим Ю. «Овощи»
 - Шалаева Г.П., Журавлёва О.М., Сазонова О.Г. « Правила поведения для воспитанных детей»
 - Михалков С. «Про девочку, которая плохо кушала»
 - Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной»
 - Крылов А. «Как лечили петуха»; Маяковский в. «Что такое хорошо и что такое плохо»; «Ладушки» (Русские народные песенки)
 - Прокофьев А. «Как на горке, на горе»
- Потешки, загадки

Безопасность

Беседы о микробах, О бережном отношении к своему здоровью,
Забота об ушах, глазах,
Осторожное обращение с ножницами, клеем ПВА.
Просмотр м/ф «Уроки осторожности: микробы», «Уроки
осторожности: лекарства»

Физическая культура

Физкультурный досуг для детей «Мой веселый звонкий мяч»

Подвижные игры по теме; Игры малой подвижности

Физкультминутки; Утренняя гимнастика

Здоровье

Настольно-печатные игры: «Валеология», «Что хорошо?», «Первая помощь», «Основы безопасности», «Наши чувства и эмоции», «Режим дня», «Полезные привычки», «Овощи и фрукты» и др.

Плакат «Мое тело», книги «Маленький доктор», «Как устроен человек». НОД «Я здоровье берегу. Сам себе я помогу».

НОД Где живет витаминка? (Рассказать детям о пользе овощей и фруктов для здоровья человека. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).

Закаливающие мероприятия.

Художественное творчество

Аппликация : «В гостях у Мойдодыра», «Грустный зайка»

Рисование: «Полезный натюрморт»

«Расческа для мамы», «Нарисуй что хочешь для здоровья»,
коллективная работа «Если хочешь быть здоров», раскраски по теме.

Лепка: «Зайкин огород», «Овощи и фрукты на тарелочке», «Зубная щетка», «Что надо, чтобы быть здоровым?»

Конструирование: «забавные человечки», «Заборчик»

Раскраски, штриховки

Музыка

Танец «Поссорились-помирились»; П.И. Чайковский «Болезнь куклы»

Гречанинов «Котик заболел», «Котик выздоровел»

Утренняя гимнастика; Детские песенки

Диски, рекомендованные программой «К здоровой семье через детский сад»



Итоговый этап:

Викторина «Я здоровье сберегу. Сам себе я помогу»

Цель: углублять и систематизировать представления детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и окружающих.

Задачи: формировать представление детей о здоровье и здоровом питании; закреплять знания о витаминах и продуктах питания, и их полезных свойствах; развивать мотивы самосохранения в отношении культуры гигиены; воспитывать привычку думать и заботиться о своем здоровье.



Спасибо за
внимание!