

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому  
развитию воспитанников № 121

МБДОУ – детский сад № 121

---

620085, г. Екатеринбург, ул. Братская, 16а тел/факс (343) 297-20-14

**ПРОЕКТ:  
«В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ ЗДОРОВЫЙ ДУХ»**



**РАЗРАБОТАЛА ВОСПИТАТЕЛЬ 1 КАТЕГОРИИ  
РОМАНОВА НАТАЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА**

**Г. ЕКАТЕРИНБУРГ**



### **Актуальность:**

С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье. Непрерывно возрастает уровень заболевания среди детей дошкольного возраста. Факторы, влияющие на негативный уровень развития детей: экологические, социальные, генетические, медицинские.

Именно детский сад вместе с семьёй помогут ребёнку понять ценность здоровья, помогут осознать цель жизни, помогут побудить самостоятельно сохранять и укреплять свое здоровье. Так как привычки, закрепленные и полученные в детстве, остаются на всю жизнь.

**Тип проекта:** практико-ориентированный, групповой, краткосрочный.

**Участники проекта:** дети, воспитатели, родители, педагоги дополнительного образования, медицинский работник.

**Сроки реализации проекта:** 1 месяц.

**Цель проекта:** сформировать у детей и их законных представителей правила к ведению здорового образа жизни.

**Интеграция образовательных областей:** «Познавательное развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Физическое развитие», «Художественное – эстетическое развитие», «Речевое развитие».

### **Задачи познавательного развития:**

- формирование представлений детей о здоровом образе жизни;
- знакомство детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма;
- помочь детям узнать и понять о пользе продуктов, уметь включать их в свой рацион;
- расширять у детей представления в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья;
- повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.

### **Задачи социально – коммуникативного развития:**

- сформировать привычку следить за чистотой тела, одежды, волос;
- учить ежедневно следить за чистотой зубов, ногтей;
- закреплять знания о правильном использовании столовых приборов;
- совершенствовать навыки приема пищи;
- воспитывать уравновешенное активное поведение.

### **Задачи физического развития:**

- развивать знания детей по укреплению своего здоровья: закаливание, физические упражнения, утренняя гимнастика.
- прививать гигиенические навыки;
- развивать самостоятельность, выразительность, грациозность движений;
- воспитывать желание детей активно участвовать в коллективных играх, развлечениях, спортивных мероприятиях;
- знать значение о необходимости проведения закаливающих процедур;
- формировать осмысленное отношение к необходимости занятий физкультурой и спортом.

### **Задачи художественно - эстетические:**

- изучить совместно с детьми литературу по теме проектной деятельности;
- развивать воображение и творческие способности детей;

- способствовать проявлению интереса у детей в изо-деятельности по данной тематике;
- развивать эстетические чувства, эмоции, эстетический вкус.

### Задачи речевого развития:

- формировать умение составлять рассказы по теме;
- информировать детей и родителей по укреплению своего здоровья;
- способствовать обогащению словаря;
- совершенствовать диалогическую форму речи, уметь высказывать свою точку зрения.

### Методы и приёмы:

- **Наглядные:** наблюдение, просмотр видеоматериалов, мультимедийных презентаций, иллюстраций, личный пример.
- **Словесные:** рассказы педагога, родителей, беседы, объяснения, чтения художественной литературы.
- **Практические:** предметно-практическая деятельность, продуктивная деятельность, исследовательская и игровая деятельность.

### Прогнозируемый результат:

- снижение заболеваемости детей;
- желание заботиться о своем здоровье;
- применение знаний, правил на практике;
- умение детей в выборе поведения, приносящих пользу здоровью;
- сохраняют и укрепляют все участники проекта собственное здоровье, создают условия.

Время проведения	Формы работы	Срок реализации	Время в режиме дня	Участники проекта
1 неделя	Проведение утренней, дыхательной, пальчиковой гимнастики. Физминутка		Ежедневно	Воспитатель, физ. Инструктор, Дети.
	<b>Тема: «Я – и моё тело»</b>			
	Рассматривание иллюстраций, фотографий о строении человека.	1 день	Свободная деятельность	воспитатель, родители, дети
	Беседы на тему: «Как устроен человек?» «Почему мы не похожи» «Глазки, глазки, что вы видели?» «Язычок и зубки мои	В течение недели	первая – вторая половина дня	Воспитатель Мед.работник., дети

	лучшие подружки»			
	Рисование: «Я - Личность»	2 день	первая половина дня	Воспитатель, дети
	Чтение художественной литературы, сказок, пословиц и поговорок на данную тематику	в течение недели	Вторая половина дня	воспитатель, дети
	Дидактические игры: «Наше тело», «Собери человека», «Сложи картинку» Словесные игры: «Что лишнее», «Чего не стало?»	в течение недели	Свободная деятельность	воспитатель, дети
	Пальчиковая гимнастика: «Этот пальчик...», «Весёлые зверюшки», «Мнём, печём».	в течение недели	первая – вторая половина дня	Воспитатель Логопед, родители, дети
	Сюжетно – ролевая игра: «Будем здоровы»	в течение недели	Свободная деятельность	воспитатель, дети
	Решение ситуативных задач: «А что будет если...», «Мы попали в прошлое, как сохранить здоровье?»	3 – 4 день	вторая половина дня	воспитатель, дети
	Сотворчество родителей и детей мини-плакатов на тему: «Я – здоровый человек»	в течение недели		воспитатель родители, дети

2 неделя

**Тема: «Гигиена, чистота»**

Беседы, рассуждение, проблемные ситуации: «Гигиена, чистота », «Надо, надо умываться», «Чистая одежда, обувь», «Предметы гигиены», «Хочу быть здоровым»	в течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, родители, дети
Игровая – ситуация: «Свет мой, зеркальце, скажи?»	1 день	первая половина дня	Воспитатель родители, дети
Разработка правил «Радуем Мойдодыра»	2 день	вторая половина дня	Воспитатель родители,

				дети
	Сюжетно – ролевые игры: «Химчистка», «Больница», «Промтовары»	В течение недели	вторая половина дня	воспитатель, дети
	Дидактические игры: «Хорошо – плохо», «Чего не стало»	В течение недели	Свободная деятельность	воспитатель, дети
	Совместная продуктивная деятельность: создание коллажа из бумаги: «Правила личной гигиены»	3 день	Свободная деятельность	воспитатель родители, дети
	Чтение рассказа: К. Чуковского «Мойдодыр», В. Маяковский «Что такое хорошо, что такое плохо» (отрывок), Р. Куликова «Мыло»	В течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, родители, дети
	Познавательная игра: «В гостях у Мойдодыра»	5 день	первая половина дня	воспитатель, дети
3 неделя	<b>Тема: «Правильное питание»</b>			
	Беседы на тему: «Полезные продукты», «Правила этикетки», «Где содержаться витамины», «Для чего нужны столовые приборы», «Хлеб всему голова» и т.д.	в течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, родители, дети
	Опытно – экспериментальная деятельность с картофелем и фруктами.	1 день	вторая половина дня	воспитатель, дети
	Продуктивная деятельность: приготовление полезных салатов из овощей и фруктов.	2 день	первая половина дня	воспитатель, дети
	Викторина: «Кушаем, что полезно?»	3 день	вторая половина дня	воспитатель, медицинский работник,



				дети
	<p>Дидактические игры: «Овощи и фрукты», «Полезно – вредно», «Лекарственные растения»</p> <p>С/р: «Продаём, покупаем», «Ресторан или кафе», «Званный ужин»</p> <p>Подвижные игры на свежем воздухе: «Самые быстрые», «Скок, перескок»</p>	в течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, дети
	Разучивание стихотворения М. Силинской «Радость вовсе не в еде!»	4 день	вторая половина дня	воспитатель, родители, дети
	Музыкально – ритмические движения: «Виноград мой, виноград»	3 день	первая половина дня	физ. инструктор, воспитатель, муз. руководитель, дети
	Лепка из пластилина: «Хлеб всему голова»	5 день	первая половина дня	воспитатель, дети
	Конкурс фотографий с родителями «Мой домашний обед»	в течение недели		воспитатель, родители, дети
4 неделя	<b>Тема: «В здоровом теле – здоровый дух»</b>			
	Беседа: «Как сохранить свое здоровье?», «Чем полезен спорт?», «Почему люди болеют?» «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Кто поможет быть здоровым?», «Что опасно для человека?»	в течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, родители, дети
	С/р игра: «А мы спортсмены», «Скорая помощь», «Лекари-Аптекари.	в течение недели	вторая половина дня	воспитатель, дети

Дидактические игры: «Часы здоровья», «Мой день», «Хорошо или плохо»	в течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, дети
Подвижные игры: «Солнышко лучистое». «Зеркало». «Угадай – повтори»	в течение недели	первая – вторая половина дня	воспитатель, дети
Заучивание стихов, пословиц, поговорок о здоровье.	первый, третий, пятый день.	Первая и вторая половина дня	воспитатель, дети
Закаливающие процедуры массаж стоп «Поиграем с ножками». Контрастное умывание. Игровой массаж кистей рук.	в течение недели	вторая половина дня	воспитатель, дети
Просмотр презентации « У микроба есть друзья? это ты и мы и я?».	2 день	первая половина дня	воспитатель, дети
Досуг «Проложим дорожку к здоровью»	5 день	первая половина дня	воспитатель, физ. инструктор, муз. работник, дети
Продуктивная совместная деятельность: создание проекта с родителями: «Буде, будем мы здоровы »	В конце недели	Вторая половина дня	воспитатель, родители, дети
<b>Итоговое мероприятие: Спортивное развлечение «В здоровом теле здоровый дух»</b>			