

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №2 г. Нижний Ломов

**Проект
по здоровьесбережению
в средней группе «Т»
«Азбука здоровья»**

Авторы проекта:
воспитатели группы:
Шачнева Ю.П.
Токарева О.Н.

Проект «Азбука здоровья»

Участники проекта: дети группы, родители, воспитатели

Вид проекта: краткосрочный.

Время реализации проекта: 01.02.2022-28.02.2022г.

Цель проекта:

формировать у родителей и детей ответственность за своё здоровье и здоровье окружающих, мотивация на здоровый образ жизни.

Задачи:

- дать детям знания о здоровье.
- уточнить их представления о том, что полезно, а что вредно для их здоровья.
- формировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять своё здоровье.
- повышение педагогического мастерства родителей по данной теме

Актуальность:

Человек – совершенство природы. Но для того, чтобы он мог пользоваться благами жизни, наслаждаться её красотой, очень важно иметь здоровье. «Здоровье – не всё, но без здоровья – ничто», - говорил мудрый Сократ.

Здоровье детей и их развитие – одна из главных проблем семьи и детского сада. Здоровье детей за последние годы имеет устойчивую тенденцию к ухудшению. И речь идёт не только о физическом, но и психическом здоровье. Неблагоприятное экологическое состояние окружающей среды, предельно низкий социально-экономический уровень жизни населения страны привели к снижению защитно-приспособительных возможностей организма. Как сделать, чтоб ребёнок не терял здоровья? Как сделать, чтоб сохранить и укрепить здоровье детей? Здоровье детей – забота всех и надо её решать комплексно и сообща.

Тема здоровья особенно актуальна в наше время, ведь любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. И формируя у детей представление, что здоровье – одна из главных ценностей жизни. Мы учим их, беречь и укреплять своё здоровье.

I. Разработка проекта

- донести до участников проекта важность данной темы.
- создать развивающую среду: подобрать материалы, игрушки, атрибуты, для игровой, театрализованной деятельности; дидактические игры, иллюстрированный материал, художественную литературу по данной теме
- подобрать материал для продуктивной деятельности.
- составить перспективный план мероприятий.

II. Выполнение проекта

Схема реализации проекта

Раздел программы	Виды деятельности
Игровая деятельность	<ul style="list-style-type: none">· Сюжетно-ролевые игры «Больница», «Скорая помощь», «Детский сад», «Семья».· Дидактические игры «Малыши-крепыши. Физкультура, закаливание, здоровый образ жизни», «Наши чувства и эмоции», «Как избежать неприятностей», «Загадай, мы отгадаем», «Четвёртый лишний».· Двигательные упражнения со стихами по данной теме, дыхательные упражнения.· Подвижные игры Пензенской области.
Познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none">· Тематические занятия: «Здоровье-главная ценность человеческой жизни»; «Изучаем свой организм. Мои помощники»; «Навыки личной гигиены. Режим дня»; «Солнце, воздух и вода – друзья или враги?»; «Здоровая пища»; «Физкультура и спорт в жизни человека»; «Здоровье и болезнь»; «Почему нужно беречь природу?»; «Детские страхи и конфликты»; «Наши чувства и настроение»; «Если случилась беда».· Экспериментирование: «Поможем

	<p>воде стать чистой»); «Могучее дыхание»; «Почему молоко полезно?»; «Греет ли шуба?»; «Почему не спелые яблоки кислые?»</p> <p>мультсериалы: «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».</p>
<p>Речевое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> · Составление рассказов на тему «Чтобы быть здоровым...». · Чтение художественной литературы: «Как люди речку обидели» Н. Рыжковой; «Грибы» В.П. Катаева; «Айболит» К.И. Чуковского; «Что я видел» Б. Житков. · Пословицы и поговорки о здоровье. · Загадывание и разгадывание загадок по данной теме, придумывание своих загадок.
<p>Продуктивная деятельность</p>	<ul style="list-style-type: none"> · Фотовыставка «Со спортом дружить – здоровым быть». <p>Оформление папки – передвижки «Правила здорового образа жизни».</p> <p>Презентация «Если хочешь быть здоров».</p> <p>Оформление папки - передвижки «В каких продуктах «живут» витамины».</p> <p>Составление памятки «Растим здорового ребёнка».</p>
	<ul style="list-style-type: none"> · Анкетирование родителей по темам: «Состояние здоровья вашего ребёнка»; «Условия здорового образа жизни в семье».

<p>Работа с родителями</p>	<ul style="list-style-type: none"> · Встречи с врачом-педиатром, инструктором по физкультуре, психологом, социологом. · Консультации: «Больше внимания осанке»; консультация-практика «Двигательные игры-разминки», «Эмоционально-чувственное постижение мира», «Роль питания в профилактике и лечении ряда заболеваний детского возраста», «Компьютер - плюсы и минусы», «Дружеские отношения взрослых и детей в семье», «Закаливание, методика, противопоказания»
----------------------------	---

III. . Результаты. Презентация проекта

- Выставка семейных стенгазет «Если хочешь быть здоров».
- Развлечение с участием родителей «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»
- знание детьми информации о здоровье.
- понимание детьми значимости здоровья в жизни каждого человека.
- проявление заботы и уважения к своему здоровью и здоровью окружающих.