

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение – детский сад №18 г.Сегежа

ПРОЕКТ

«Если хочешь быть здоров...»

(Познавательно-игровой проект для воспитанников средней группы)

Разработали:
Воспитатели: Кадочникова Е.Ан.
Семакович А.Н.

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Вид проекта: Познавательно – игровой, творческий, групповой.

Срок реализации: с 15.09.25-26.09.25 г.

Участники проекта: дети средней группы, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители.

Актуальность проекта Дети не имеют четкого представления о том, что такое «здоровье» и что нужно делать, чтобы его сохранить. Часто неохотно выполняют гигиенические процедуры, не любят полезную еду.

Цель проекта: Формирование у детей первоначальных представлений о здоровом образе жизни и воспитание осознанного отношения к своему здоровью.

Задачи проекта:

Образовательные: Дать детям представления о том, что такое здоровье, зачем нужно мыть руки, чистить зубы, зачем делать зарядку и гулять. Познакомить с понятием «полезные продукты».

Развивающие: Развивать культурно-гигиенические навыки. Развивать любопытство, наблюдательность Двигательную активность.

Воспитательные: Воспитывать желание заботиться о свое здоровье, привычку к чистоте, аккуратности, опрятности. Формировать положительное отношение к здоровой пище и физическим упражнениям.

Ожидаемые результаты реализации проекта:

- Сформированы представления о **здоровом образе жизни**, о полезной и вредной пище, личной гигиене, КГН.

- Даны представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения, крепкий сон не только укрепляют физическое **здоровье**, но и вызывают хорошее настроение и положительные эмоции.

- Родители приняли активное участие в реализации **проекта**.

Планирование работы над проектом

по разным видам деятельности.

Виды деятельности.	Содержание деятельности.
«Познавательное развитие»	Беседы: «Для чего мы моем руки?», «Зачем нужна зарядка», «Какие бывают витамины», «Кто такие микробы», «Мой день», «О пользе занятий физкультурой для здоровья» НОД: «Витамины и полезные продукты», «Личная гигиена», «Режим дня», «Утренняя зарядка. Физкультура. Прогулка.» Дидактические игры: «Что сначала- что потом», «Исправь ошибку», «Витаминные продукты», «Чудесный мешочек», «Узнай и назови». Настольно-печатные игры: домино «Овощи», «Фрукты».
Развитие речи	- дыхательная гимнастика: «Водичка», «Подуем на цветочек» - пальчиковые игры : «Апельсин», «Мы капусту рубим» - отгадывали загадки на тему частей тела, гигиены, спорта. - рассматривание иллюстраций в книгах; - чтение художественной литературы: К. И. Чуковский «Мойдодыр», Г. Зайцев «Крепкие-крепкие зубы», Л. Зильберг «Полезные продукты», С. Я. Маршак «Вот какой рассеянный». - составление рассказов по серии картинок «Как Маша правильно собралась на прогулку» - Разучивание песенки «Зарядка», «Если хочешь быть здоров»
«Художественное эстетическое развитие».	Раскрашивание «Предметы личной гигиены». Лепка «Спортивный инвентарь» Творческие работы детей совместно с родителями «Быть здоровыми хотим!» Аппликация «Корзина с витаминами»
«Физическая культура»	«Утро, день, ночь», «Вредно - полезно», «Море волнуется раз», «Пузырь», упражнение обгони ветер, утренняя зарядка с участием родителей.
Работа с родителями.	Консультации: «Значение режима дня для детей», «Здоровье детей в ваших руках» Организация выставки творческих работ детей . Утренняя зарядка.

Продукт проектной деятельности:

Оформление выставки творческих работ детей.

Конкурс рисунков (творческие работы совместно с родителями) «Быть здоровыми хотим!»

Результат проекта:

В ходе реализации проекта были сформированы начальные представления о здоровом образе жизни: Дети понимают, что такое здоровье, и знают основные правила его сохранения (нужно мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять, есть полезные продукты).

Развиты культурно-гигиенические навыки: Дети стали более самостоятельными и осознанно выполняют гигиенические процедуры (моют руки перед едой и после прогулки, пользуются носовым платком).

Сформировано положительное отношение к здоровой пище: Дети знают о пользе фруктов и овощей, с меньшим сопротивлением едят их во время приемов пищи.

Повышена двигательная активность: Дети с удовольствием участвуют в утренней гимнастике, подвижных играх и физических упражнениях.

Обогащен словарный запас: В активной речи детей появились новые слова: витамины, микробы, полезное/вредное, закаливание, органы чувств.

Для родителей: Повышена педагогическая грамотность: родители узнали новые методы и приемы формирования ЗОЖ в домашних условиях.

Активизировано участие в жизни группы: Родители стали более вовлеченными, охотнее участвуют в совместных мероприятиях.

Внимание к здоровью детей: Родители стали более осознанно относиться к режиму дня, питанию и физическому развитию детей.