



**Педагогический проект  
для детей дошкольного  
возраста  
на тему «Как быть  
здоровым?»** в условиях  
реализации ФГТ

*Автор и руководитель проекта:  
Акинина Наталья Васильевна.*

Проект направлен на формирование у детей положительного отношения к здоровому образу жизни.

В ходе проекта дети узнают о том, как устроено тело человека, задумаются над вопросом, как сохранить здоровье; составят правила сохранения здоровья, станут соблюдать правила личной гигиены.

Участники проекта: дети средней группы, педагоги, родители.

Проект средней продолжительности.

Продукт проектной деятельности: альбом «В здоровом теле – здоровый дух», познавательный досуг «Если хочешь быть здоров».

## Оглавление

1. Введение. Постановка проблемы.
2. Литературный обзор, теоретическая часть
3. Практическая часть
4. Заключение
5. Список литературы

«Здоровье- это то, что нужно беречь».

*Из высказываний детей*

## **Введение**

Воспитание здорового поколения-одна из задач дошкольного учреждения. Здоровый человек наиболее успешен в жизни, у него больше возможностей реализовать свои способности. Однако, на сегодняшний день все еще не достаточно разработана система мероприятий с часто болеющими детьми по укреплению и сохранению здоровья подрастающего поколения.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья, число здоровых дошкольников за пару десятилетий уменьшилось в 5 раз. Не следует забывать, что именно в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Детей, начиная с раннего дошкольного возраста необходимо приучать соблюдать элементарные культурно-гигиенические навыки, учить правильно питаться, формировать привычку заботиться о своем здоровье.

Подробный анализ и изучение состояния здоровья воспитанников моей группы показал, что из 25 детей, с первой группой здоровья 7 человек (28%), со второй группой 7 человек (28 %), с третьей группой 11 человек (44%). Количество детей группы ДЧБ и прочими заболеваниями 6 чел (24%). Поэтому одним из важнейших направлений в работе педагогов по улучшению состояния здоровья детей является формирование ценностных установок к своему здоровью, заботы и потребности в здоровом образе жизни.

Выдающийся педагог В.А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье-это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

По мнению Н.А.Ноткиной, М.И.Антроповой и С.В. Поповой, в понятие «здоровый образ жизни» входит воспитание у детей основ двигательной культуры, привычки к рациональному питанию, отказ от вредных привычек, выработка потребности получения положительных эмоций. В связи с этим мною разработан проект «Как быть здоровым?». Главное направление проекта – формирование у детей положительного отношения к здоровому образу жизни.

### **Цель проекта**

Создание условий для усвоения и закрепления знаний детей среднего дошкольного возраста о компонентах здорового образа жизни, формирование привычки заботиться о своем здоровье.

Для реализации поставленной цели были определены следующие **задачи**:

- развивать познавательный интерес воспитанников к компонентам здорового образа жизни;
- обобщать и расширять знания детей о своем теле, работе внутренних органов и систем;
- совершенствовать навыки поисково-исследовательской деятельности воспитанников;
- повышать двигательную и речевую активность детей.

### **Предполагаемые результаты:**

- ✓ развитие познавательной активности, творческих способностей, коммуникативных навыков;
- ✓ сформированность умений осуществлять поисково-исследовательскую деятельность;
- ✓ понимание детьми необходимости правильного питания, выполнения гигиенических процедур, занятий спортом для сохранения и укрепления здоровья;
- ✓ повышение речевой активности, активизация словаря.

### **Предварительная работа:**

- изучить методическую, научно-популярную и художественную литературу;
- подобрать иллюстрированный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой и театрализованной деятельности.

- Подобрать и изготовить материалы для осуществления продуктивной деятельности.

### Взаимодействие с родителями

Содержание деятельности	Практический материал
<p>1.Познакомить с примерным планом работы по проекту.</p> <p>2.Подготовить приглашения на родительское собрание.</p> <p>3.Провести родительское собрание на тему «Азбука здоровья»</p> <p>4.Анкетирование родителей на тему: «Физкультура в вашей семье».</p> <p>5.Подготовить консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ «Помогите ребенку сохранить свое здоровье»;</li> <li>❖ «Компьютер – за и против»;</li> </ul> <p>6.Провести индивидуальные беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ «Организация рационального двигательного режима ребенка в семье»;</li> <li>❖ «Соблюдение формулы здоровья: сон- движение-отдых-питание»</li> </ul> <p>7. Готовить информационные стенды, папки-передвижки, памятки.</p> <p>8. Привлечь родителей к участию в проекте.</p> <p>9. Организация серии открытых занятий по теме проекта.</p> <p>10. Организовать праздник «Как мы победили Грипп» с участием родителей.</p> <p>11. Участие в презентации проекта.</p>	<p>1.План – схема по реализации проекта «Как быть здоровым!»</p> <p>2.Родительское собрание «Азбука здоровья».</p> <p>3.Анкета «Физкультура в вашей семье».</p> <p>4.Консультации</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Помогите ребенку сохранить свое здоровье»;</li> <li>❖ «Компьютер – за и против»;</li> </ul> <p>5.Индивидуальные беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ «Организация рационального двигательного режима ребенка в семье»;</li> <li>❖ «Соблюдение формулы здоровья: сон- движение-отдых-питание».</li> </ul> <p>6.Папка-передвижка «За здоровый образ жизни».</p> <p>Памятки «Семейный кодекс здоровья», «Закаливание» и др.</p> <p>7. Семейные плакаты «Малыш-крепыш», «Полезные продукты», «Наш режим дня».</p> <p>8. Поделки совместно с детьми «Микробы глазами детей»,</p> <p>9. Папка-передвижка «Загадки с грядки».</p> <p>10. Альбом «В здоровом теле – здоровый дух», познавательный досуг «Если хочешь быть здоров».</p>

## Этапы работы над проектом

Этапы работы над проектом	Цели и задачи	Деятельность воспитателя	Деятельность детей	Деятельность родителей
1. Погружение в проект	<p><i>Цель</i> – подготовка детей к проектной деятельности.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <p>– определение проблемы, темы и целей проекта в ходе совместной деятельности педагога и детей.</p>	<p>Моделирование игровой ситуации «Сказка о потерянном здоровье».</p> <p>Рассматривание иллюстраций и плакатов «Наше тело», «Правила личной гигиены», «Спортивные игры», «Полезная и вредная еда».</p> <p>Беседа «Здоровье и болезнь».</p> <p>Дидактическая игра «Что полезно, а что нет».</p> <p>День открытых дверей «Что нам</p>	<p>Дети осуществляют вживание в ситуацию.</p> <p>Обсуждают тему проекта.</p> <p>Получают дополнительную информацию.</p> <p>Определяют свои потребности</p>	<p>Помогают в выборе тематического поля, темы; в формулировке проблемы, цели и задач проекта.</p> <p>Подбирают познавательную и художественную литературу, семейные фотографии.</p> <p>Мотивируют детей.</p>

		<p>нужно для здоровья».</p> <p>Чтение познавательной литературы (энциклопедия), просмотр презентации «Азбука здоровья».</p>		
<p>2. Планирование деятельности</p>	<p><i>Цель</i> – пооперационная разработка проекта с указанием перечня конкретных действий и результатов, сроков и ответственных.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <p>– определение источников информации, способов сбора и анализа информации,</p>	<p>Направляет процесс поиска информации.</p> <p>Предлагает воспитанникам организовать группы.</p>	<p>Осуществляют поиск и сбор, систематизацию информации.</p> <p>Участвуют в планировании работы.</p> <p>Продумывают продукт групповой и индивидуальной деятельности на данном этапе.</p>	<p>Консультируют в процессе поиска информации.</p> <p>Оказывают помощь в выборе и способе хранения информации, в составлении плана предстоящей деятельности.</p>

	<p>вида продукта и возможных форм презентации результатов проекта.</p>			
<p>3. Осуществление деятельности по решению проблемы</p>	<p><i>Цель</i> – разработка проекта.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <p>– самостоятельная работа детей.</p> <p>– промежуточные обсуждения полученных данных .</p>	<p>Беседы на темы: «Что такое здоровье и как его сохранить и преумножить», «Личная гигиена», «Спорт - здоровье», «Здоровая пища», «Как устроено тело человека».</p> <p>Игра-драматизация по сказке «Айболит»</p> <p>Рисование, лепка, аппликация, конструирование по теме проекта.</p> <p>Подготовка к досугу «Если хочешь быть здоров».</p> <p>Сюжетно-ролевые игры: «В гостях у Мойдодыра», «Мы-спортсмены», «Магазин», «Путешествие в страну</p>	<p>Дети рисуют, лепят, конструируют на темы: «Мама, папа, я-спортивная семья», «Микробы и бактерии», «Полезные продукты», «Предметы гигиены».</p> <p>Заучивают потешки, пословицы и поговорки, стихотворения.</p> <p>Участвуют в подвижных играх, играх-драматизациях, досугах.</p>	<p>Совместные работы детей и взрослых «Микробы и бактерии глазами детей», семейные плакаты «Малыш крепыш», «Наш режим дня».</p> <p>Выпуск газеты «Рассуждалки» (рассуждения детей о здоровье).</p>



		<p>Здоровья».</p> <p>Чтение художественной литературы и заучивание стихотворений, пословиц и поговорок.</p> <p>Составление коллажа</p> <p>«Полезные продукты».</p> <p>Развлечение «Как мы победили грипп».</p> <p>Подвижные игры, физминутки, самомассаж и др.</p> <p>Загадки о частях тела и предметах ухода за ними.</p> <p>Дидактические игры: «Что есть у куклы», «Мы разные», «Умею-не умею», «Правила гигиены» и др.</p> <p>Просмотр видеофильмов, презентаций, журналов</p>		
4. Оформление результатов	Цель – структурирование полученной информации и	<p>Наблюдает, советует, направляет .</p> <p>Помогает в обеспечении</p>	<p>Дети готовят атрибуты, рисуют рисунки к досугу «Если хочешь быть</p>	<p>Наблюдают, советуют.</p> <p>Помогают в обеспечении проекта.</p>

	<p>интеграции полученных знаний, умений, навыков.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализ и синтез данных;</li> <li>– формулирование выводов.</li> </ul>	<p>проекта.</p> <p>Мотивирует детей, создает чувство успеха; подчеркивает социальную и личностную важность достигнутого.</p>	<p>здоров», учат стихи и песни.</p> <p>Оформляют альбом «В здоровом теле – здоровый дух»,</p>	<p>Мотивируют детей, создают чувство успеха.</p>
<p>5. Презентация результатов</p>	<p><i>Цель</i> – демонстрация материалов, представление результатов.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– подготовка презентационных материалов;</li> <li>– презентация проекта.</li> </ul>	<p>Познавательный досуг «Если хочешь быть здоров!»</p> <p>Альбом «В здоровом теле – здоровый дух»</p> <p>Размещение газеты «Рассуждалки» и коллажа «Полезные продукты».</p> <p>Конкурс семейных плакатов «Малыш-крепыш».</p>	<p>Закрепляют полученные в процессе реализации проекта знания, развивают выразительность речи.</p>	<p>Оказывают помощь в подготовке презентации.</p> <p>Выступают в качестве эксперта.</p>

<p>6. Оценка результатов и процесса проектной деятельности</p>	<p><i>Цель</i> – оценка результатов и процесса проектной деятельности.</p> <p><i>Задачи:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– коллективное обсуждение результатов проекта;</li> <li>– самоанализ проектной деятельности.</li> </ul>	<p>Оценивает усилия воспитанников, креативность, использование источников, неиспользованные возможности, потенциал продолжения, качество отчета, мотивирует детей.</p> <p>Наблюдает, направляет процесс.</p>	<p>Осуществляют оценивание деятельности и ее результативности в ходе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• коллективного обсуждения;</li> <li>• самоанализа.</li> </ul>	<p>Консультируют в оформлении отчета.</p>
--	---	--	---	---

## Список литературы

- Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста».-СП.б: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2005.-123с.
- Веракса Н.Е., Веракса А.Н. проектная деятельность дошкольников: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.: Мозаика-Синтез, 2010.-212с.
- Гаврючкина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУМетодическое пособие.-М.:ТЦ Сфера, 2010.-160с. (Здоровый малыш).
- Крылова Н. И. «Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения». - Волгоград: Учитель, 2011.-104с.
- Кулик Г.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ.- М: ТЦ СФЕРА, 2006.- 112с. – (Программа развития).
- Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2011.- 64 с.

Сайты интернета:

- <http://www.o-detstve.ru/forteachers/kindergarten/Physical-development/12005.html>
- <http://www.belfamily.by/detyam-o-zdorove.html>
- <http://supercook.ru/2-vitamin.html>
- [http://malenkajastrana.my1.ru/load/zanjatija\\_v\\_detskom\\_sadu](http://malenkajastrana.my1.ru/load/zanjatija_v_detskom_sadu)
- <http://alalia.ru/blog/2009/06/17/formirovanie-predstavleniy-o-zdorovom-obraze-zhizni-u-detey-s-narusheniyami-rechi/#more-396>

Картинки - <http://images.yandex.ru/>