

# Проект в старшей группе «БЫТЬ здоровым я хочу!»



Авторы проекта:  
воспитатель МАДОУ № 133  
высшей квалификационной категории  
Рахматиева Эльза Фаритовна

педагог-психолог МАДОУ № 133  
высшей квалификационной категории  
Тюш Наталья Анатольевна

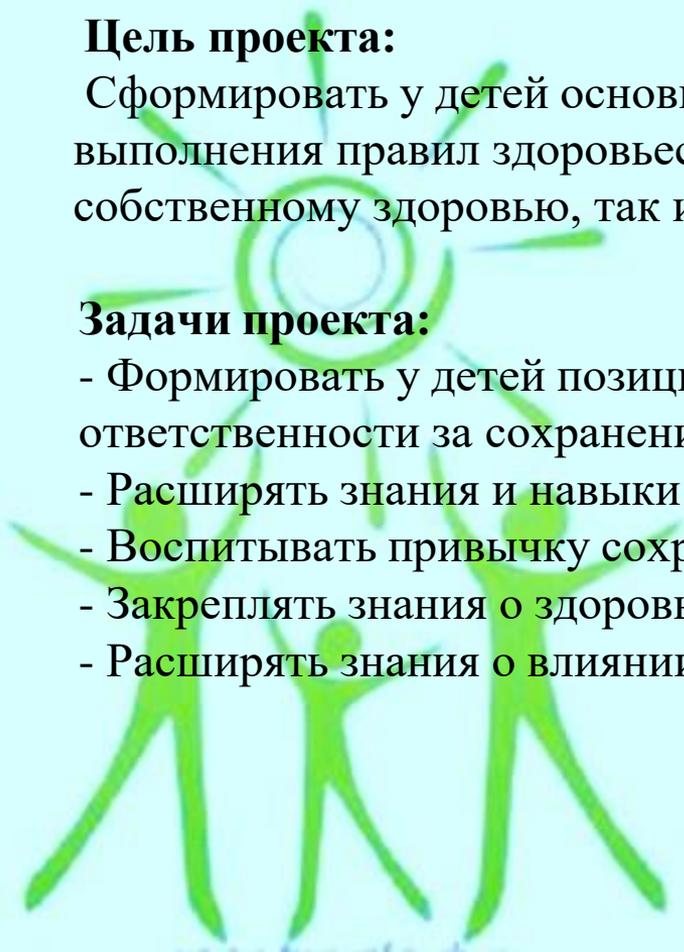
**Актуальность:** тема здоровья в современном обществе обусловлена необходимостью формирования у детей творческих, гармонично развитых, активных и здоровых личностей. В процессе воспитания дошкольников важно прививать им понимание здоровья как одной из ключевых ценностей жизни. Это способствует не только осознанию значимости сохранения и укрепления собственного здоровья, но и формированию ответственного отношения к своему физическому и психическому состоянию.

### **Цель проекта:**

Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

### **Задачи проекта:**

- Формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре.
- Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.



## **Предполагаемые результаты:**

- Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
- Сформированность гигиенической культуры;
- Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.
- Воспитанники актуализируют полученный опыт в повседневной жизни.

**Вид проекта:** практико – ориентированный

**Срок проведения:** среднесрочный

**Участники проекта:** воспитатели, инструктор по физическому воспитанию, родители (законные представители), дети старших групп



## Этапы проекта:

### 1 этап – подготовительный:

- Разработка перспективного плана;
- Подготовка цикла тематических мероприятий;
- Подбор наглядных и дидактических пособий;

### 2 этап – практический:

- Проведение цикла тематических мероприятий;
- Подвижные игры на улице и в группе;
- Проведение физкультурного досуга;

### 3 этап – заключительный:

- Оформление центра по физическому развитию;
- Оформление центра «Кафе здоровья»;
- Оформление презентации: «Быть здоровым я хочу!»



**Виды деятельности:** игровая, продуктивная, познавательная, конструктивная деятельность; рассматривание иллюстраций, книг; дидактические игры, беседы с детьми, решение проблемных игровых ситуаций, художественное творчество и др.

**Интеграция по областям:**

- «Физическая культура»
- «Здоровье»,
- «Познание»
- «Художественное творчество»
- «Чтение художественной литературы»



## План реализации проекта

Этапы	Виды деятельности	Содержание деятельности		
		Педагогические работники	Воспитанники	Родители (законные представители)
1 - этап подготовительный, 1 неделя	Информационный	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формулировка проблемы, цели и задач проекта</li> <li>• Разработка перспективного плана</li> <li>• Информирование родителей (законных представителей) о реализации проекта</li> <li>• Поиск художественной литературы, музыкальных произведений, по данной теме</li> <li>• Подборка демонстрационного материала, дидактических игр, презентаций по теме ЗОЖ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формулируют проблему: «Что мы знаем о своем здоровье?» через свободное общение с педагогами, игровые ситуации, рассматривание и обсуждение видеофильмов, мультимедийных презентаций, фотографий, альбомов.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информирование о предстоящем проекте, с целью вовлечения</li> <li>• Помощь в подборке литературы</li> </ul>

Этапы	Виды деятельности	Содержание деятельности		
		Педагогические работники	Воспитанники	Родители (законные представители)

Этапы	2 - этап практический, 2 - 4 неделя	Вид	Познавательно-исследовательский, практико-ориентированный, творческий		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение бесед</li> <li>• Дидактических игр</li> <li>• Чтение художественной литературы</li> <li>• Просмотр мультимедийных презентаций</li> <li>• Развлечение «Мы со спортом дружим»</li> <li>• Оформление и пополнение центра по физическому воспитанию</li> </ul>	Содержание деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседы: «Спорт – это здоровье»; «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»; «Витамины и полезные продукты»; «Что может произойти, если не мыть руки»</li> <li>• НОД: «Польза молока»; «Микробы и вирусы»; «Спорт – это здоровье»; «Мир полезных продуктов»; «Где живут витамины»; «Здоровые зубы»</li> <li>• Рисование: «Овощи и фрукты»; коллективная работа - плакат «Береги свое здоровье»; «Люблю спортом заниматься»</li> <li>• Конструирование: «Спортивная площадка»</li> <li>• Лепка: «Мой любимый вид спорта»</li> <li>• Сюжетно-ролевые игры: «Овощной магазин»; «Поликлиника»; «К стоматологу в гости»; «Я – инструктор по спорту»; «Угощаем гостей полезными блюдами»</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Чтение художественной литературы по теме проекта</li> <li>• Просмотр мультфильмов</li> <li>• Соревнование «Веселые старты»</li> <li>• Поход</li> <li>• Кулинарный поединок</li> <li>• Лыжня России</li> <li>• Помощь в пополнении центра по физическому воспитанию «Нетрадиционное оборудование»</li> <li>• Консультации «ЗОЖ семьи – залог здоровья»</li> <li>• Оформление стенгазеты «Мы со спортом дружим»</li> <li>• «Тропа здоровья» на прогулочном участке</li> </ul>
-------	-------------------------------------	-----	---	--	--	-------------------------	--	--	--

		Педагогические работники	Воспитанники	Родители (законные представители)
--	--	--------------------------	--------------	--------------------------------------

2 - этап практический, 2 - 4 недели

Познавательно-исследовательский, практико-ориентированный,  
творческий

- Дидактические игры: «Полезные продукты»; «Виды спорта»; «Кому что нужно?»; «Чья тень?»; «Предметы личной гигиены»
- Подвижные, спортивные игры, игры-эстафеты в группе и на свежем воздухе.
- Спортивное развлечение «Веселые старты.»
- Чтение художественной литературы: С.Михалков» Про мимозу», И.Семёнов « Как стать Неболейкой»; К. И. Чуковский «Айболит»; «Мойдодыр»; Л.Л. Яхнина "Очень правдивая история»; чтение стихов; разучивание пословиц и поговорок; отгадывание загадок
- Выставка книжек-малышек «Здоровое питание»
- Мини-музей «Молочные продукты»
- Спортивные развлечения



Этапы	Виды деятельности	Содержание деятельности		
		Педагогические работники	Воспитанники	Родители (законные представители)
3 - этап заключительный	Контрольно - оценочный	<ul style="list-style-type: none"> <li>Анализ проведения проекта в группе и его результативность</li> <li>Центр по физическому развитию «Я со спортом дружу»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Викторина «Что я знаю о здоровье»</li> <li>Театрализация сказки «В деревне Неболейкино»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Совместно с педагогами определяют перспективы развития проекта</li> </ul>



# Содержание работы в процессе реализации проекта «На зарядку становись!»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Кулинарный поединок»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Здоровые зубы»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Продуктивная деятельность»



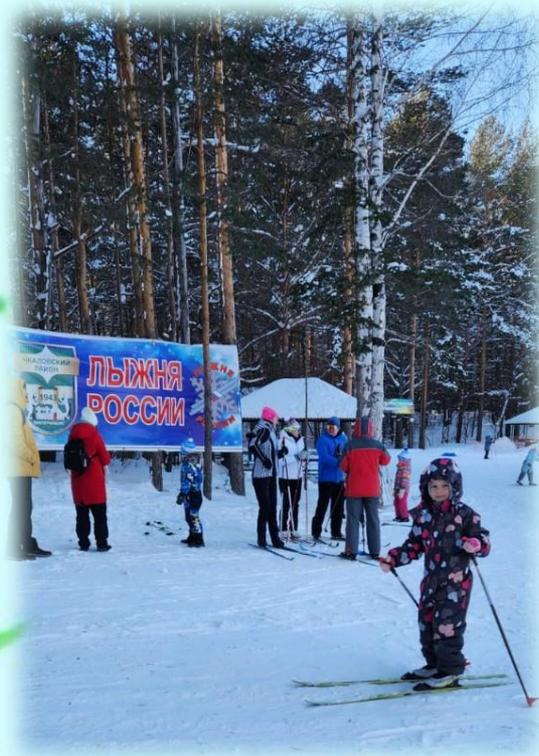
# Содержание работы в процессе реализации проекта «Поход»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Веселые старты»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Лыжня России»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Закаливание и игры на улице»



# Содержание работы в процессе реализации проекта «Центр физического развития и «Кафе здоровья»



## Результаты

- Расширились знания детей о здоровье , о своем организме.
- Повысился интерес к ведению здорового образа жизни.
- В группе создана предметно – развивающая среда.
- Дети приобрели опыт самостоятельного использования упражнений для укрепления здоровья.
- Воспитанники актуализируют полученный опыт в повседневной жизни.
- Повысился уровень информированности родителей об оздоровительной работе ДОУ.

