**ПРОЕКТ**

**«Я и мое здоровье»**



**Вид проекта**:информационно-познавательно-речевой.

**Продолжительность проекта:**краткосрочный (1 месяц)

**Участники проекта:**дети средней группы №2 группы «Подсолнушки»,воспитатели,родители.

**Сроки реализации проекта:** с 2 мая по 31 мая

**Воспитатели:** Джанунц Е. А

Лясковец И. Н.

**г. Красноярск 2023**

**Цель проекта:** формировать у детей представления об основах здорового образа жизни.

**Задачи проекта:**

Образовательные:

- Научить элементарным приемам сохранения здоровья.

Воспитательные:

- Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.

Развивающие:

- Развивать у детей потребность в активной деятельности.

- Развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнении и игр на занятиях и в повседневной жизни.

**Актуальность проекта:**

В дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются культурно-гигиенические навыки, интерес к физическим упражнениям и спорту, культура питания и другие качества, необходимые для всестороннего, гармоничного развития личности.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации, поэтому нет необходимости убеждать кого-либо в актуальности проблемы здоровья детей. На фоне экологической и социальной напряжённости в стране, на фоне небывалого роста болезней цивилизации, чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления.

Одной из важных задач, стоящих перед педагогами ДОУ, является формирование ценностного отношения к собственной жизни и жизни окружающих людей, воспитание потребности в здоровом образе жизни детей. При этом очень важно поддержание интереса и создание условий для накопления первичных представлений о себе и своем организме.

В преддверии Олимпиады 2014 года в России активизировался интерес к олимпийскому движению и зимним видам спорта, возникло желание быть причастным к этому важному событию. Таким образом, актуальность проекта обусловлена необходимостью создания предпосылок для здорового образа жизни подрастающего поколения.

**Этапы реализации проекта.**

**1 этап (постановка проблемы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятие** | **Цель** | **Сроки проведения** | **Ответственный** | **Выход документа** |
| Мониторинг знаний детей | Выяснить, что знают, что хотят узнать, что умеют | С 02 по 05 мая | Воспитатели | Сбор информации |
| Изучение литературы | Изучение, рассмотрение и предоставление детям необходимого материала | С 02 по 05 мая | Воспитатели |  |
| Разработка консультаций для родителей |  | С 02 по 05 | Воспитатели |  |
| Создание картотек: дидактических игр, подвижных игр, сюжетно - ролевых игр. |  | С 02 по 12 мая | Воспитатели |  |
| Подбор  тематических плакатов, фотографий и иллюстраций  Подбор раскрасок по теме проекта. |  | С 02 по 12 мая | Воспитатели |  |
| Создание развивающей среды для изучения темы.  – оформление группы; |  | С 02 по 12 мая | Воспитатели |  |
| Подборка произведений художественной литературы, загадок; |  | С 02 по 12 мая | Воспитатели |  |

**2 этап Основной**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятие** | **Цель** | **Сроки проведения** | **Ответственный** | **Выход документа** |
| Рассматривание тематических плакатов, фотографий и иллюстраций. |  | С 15 по 19 мая | Воспитатель |  |
| Создать картотеку стихотворений и загадок по теме проекта. |  | С 15 по 19 мая | Воспитатель |  |
| Проведение бесед: беседа о продуктах питания; Правила личной гигиены; Таблетки растут на грядке; Полезная и вредная пища.  Знакомимся со своим организмом. Здоровье – главная ценность человеческой жизни. |  | С 15 по 26 мая | Воспитатель |  |
| Рисование: **-** Спорт для всех полезен.  Лепка: «Угощение для зверят».  Аппликация: - «Быть здоровыми хотим»  Продуктивная деятельность:  Раскраски, шаблоны, трафареты, схемы, образцы. |  | С 10 по 26 мая | Воспитатель |  |
| Просмотр презентации: «Если хочешь быть здоров!»  Продуктивная деятельность (Плакаты, рисунки, выполненные в любой технике) |  | С 10 по 30 мая | Воспитатель |  |
| «Развитие речи» - К. Чуковский. «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»; А. Барто. «Девочка чумазая», «Я расту»; Г. Остер. «Вредные советы»; С. Михалков. «Как у нашей Любы», «Не спать!», «Про девочку, которая плохо кушала» русские народные сказки о богатырях, загадки, потешки, пословицы и поговорки о здоровье и продуктах питания |  | С 10 по 30 мая | Воспитатель |  |

**План  
мероприятий на каждый день**

***(1 неделя) «День Победы»***

***Вторник 02.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Развитие речи:**  «Разучиваем стих «Светлый май» С.Васильева.  Цель: развивать связную речь детей, учить устанавливать причинно-следственные связи.  **аппликация:**  «Открытка к 9 мая»  Цель: закрепить у детей навыки работы с бумагой. Формировать умение составлять композицию. Воспитывать чувство уважения к старшему поколению и любовь к Родине.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Беседа | «День победы!» Цель: познакомить детей с историей праздника, его значимостью для молодого поколения, традицией его проведения |
| Дид игра | «Вспомни разные слова».  Цель: продолжать учить вслушиваться в звучание слов,  -упражнять детей в самостоятельном назывании слов и чётком произношении звуков. |
| С – р игра | «Санитары».  Цель: отражать в игре труд военных врачей, медсестер, санитарок; продолжать формировать умение объединяться в игре, выполнять взятые на себя роли; воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, умение считаться с интересами товарищей, оказывать им посильную помощь. Воспитывать уважение к военным врачам, благодарность за их тяжелый труд |
| Игровая ситуация | «Помощь детей взрослым в годы ВОВ»  Цель: рассказать о помощи детей на заводах и в поле в годы ВОВ.,  - воспитывать патриотические чувства. |
| Чтение | К. Паустовский. «Похождение жука-носорога» |

***Среда 03.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Основы науки и естествознания:**  «Детям о ВОВ»  Цель: Формирование у детей патриотизма, чувства гордости за свою Родину.  **Музыкальная деятельность:**  (по плану музыкального руководителя)  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Наблюдение | Наблюдение за посадкой рассады на огороде.  Цель: формировать систему представлений о росте и развитии растений «от семени до семени»,  - закрепить представление о том, что растение выращивают из семян,  - упражнять в навыках посева и посадки,  - вызвать радость от труда. |
| Беседа | «День Победы». Почему этот праздник является государственным праздником? Почему он считается одним из самых главных праздников нашей страны?  Цель: уточнить имеющиеся знания о Дне Победы, формировать знания детей о важности этого праздника и почему его чтут в нашей стране? |
| Дид игра | «Парочки»  Цель: развивать умение подбирать синонимы. |
| Чтение | Чтение Е. Благинина «Шинель» |
| Заучивание | «Светлый май» С.Васильева.  Цель: развивать связную речь детей, учить устанавливать причинно-следственные связи. |

***Четверг 04.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  №30«Повторение»  Цель: закрепление знаний детей о количественном и порядковом счете, названия геометрических фигур, временных представлений.  **Рисование:**  «Самолеты летят сквозь облака»  Цель: учить изображать самолеты, летящие сквозь облака, используя разный нажим на карандаш. Развивать образное восприятие, образные представления. Вызывать положительное эмоциональное отношение к созданным рисункам. |
| Наблюдение | Наблюдение за движением солнца.  Цель: обобщать и систематизировать представления о временах года; показать, что продолжительность дня зависит от времени года, от вращения Земли вокруг Солнца; закрепить знания о роли солнца в жизни растений, животных и человека. |
| Беседа | Что такое героизм? Памятники героям ВОВ»  Цель: формировать представление детей о героизме; уточнять и расширять представления о защитниках страны в годы ВОВ. |
| С – р игры | «Разведчики». Цель: распределение ролей; умение играть по правилам. |
| Чтение | В. Семенцова; «Вот как это было», |
| Другие формы работы | Рассматривание фотографий, иллюстраций на военную тему.  Цель: познакомить детей с историей нашей Родины. Уточнить, какую роль сыграла страна в освобождении мира от фашизма. |
| Дид игры | «Собери и посмотри, что получилось»  Цель: развивать умение собирать разрезные части в единую целую картинку. |

***Пятница 05.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Музыкальная деятельность:**  (по плану музыкального руководителя) |
| Беседа | «9 мая – День Победы, гордимся и помним!»  Цели: познакомить детей с историей праздника 9 Мая; рассказать о Великой Отечественной войне; воспитывать чувство патриотизма; формировать умение уважительно относиться к подвигу наших солдат, к ветеранам. |
| Дид игры | Дид.игра. «А что потом?»  Цель: закрепить знание детей о частях суток, о деятельности людей в разное время. |
| С – р игры | «Пограничники»  Цель: расширение гендорных представлений. |
| Игровая ситуация | «Спасибо деду за Победу»  Закрепить знания детей о том, как защищали свою страну русские люди в годы Великой Отечественной войны, как живущие помнят о них. |
| Чтение | Л.Кассиль. «Памятник советскому солдату»  Цель: расширять представление о празднике «День Победы». |
| Другие формы работы | Просмотр презентации «День победы» |
| Двигательная активность | «Переправа».  Труд в природе. Сбор упавших веток.  Цель: воспитывать желание трудиться. |
| Работа с родителями | Консультация для родителей старших дошкольников «Компьютерная зависимость» |

***2 неделя «Виды спорта»***

***Среда 10.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Основы науки и естествознания:**  «Спорт»  Цель: формировать представления детей о разных видах спорта, спортсменах, спортивных сооружениях и спортивных атрибутах. Познакомит с олимпиадой и ее символами.  **Музыкальная деятельность:**  (по плану музыкального руководителя)  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Наблюдение | «Наблюдение за прохожими»  Цель: формировать у детей представления о сходстве и различиях людей по внешнему виду. Учить определять, в чем изменилась одежда осенью по сравнению с летом, почему? Учить определять людей по возрасту, полу, росту и т. д. |
| Беседа | «Витамины и здоровый организм»  Цель: рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека. Познакомить детей с назначением витамина А, В, С. Активизировать названия овощей и фруктов. Познакомить с продуктами, которые можно употреблять в небольшом количестве. |
| Дид игра | «Найди пару»  Цель: уметь находить пару картинке, закрепить название спортивного инвентаря. |
| Чтение | С. Могилевская «Про Машеньку и зубную щетку» Учить слушать литературные произведения, отвечать на вопросы по содержанию сказки: - «Кто помнит, что ответил один персонаж другому?» «Кто знает, что произошло дальше?» |
| Заучивание | Стихотворение А. Барто «Зарядка».  Цель: учить детей эмоционально воспринимать образное содержание поэтического текста, понимать средства выразительности. |

***Четверг 11.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  №30 «Повторение»  Цель: закрепление знаний детей о количественном и порядковом счете, названия геометрических фигур, продолжать закреплять знания детей соотносить цифру с количеством предметов.  **Рисование:**  «Олимпийские кольца».  Цель: закреплять умение рисовать цветными карандашами красивые круги, раскрашивая их нужным цветом. Объяснить, почему пять колец имеют разные цвета. |
| Беседа | «Тело человека»  Цель: уточнить знания детей, из каких частей состоит тело человека, рассказать о роли органов чувств. Учить понимать значение определенных частей тела: рук, ног, головы, туловища. Понятно отвечать на вопросы воспитателя. Воспитывать желание вырасти сильными и здоровыми. |
| Дид игра | «Угадай вид спорта»  Цель: закрепит название видов спорта с помощью картинки |
| С – р игра | «Магазин одежды для спортсменов»  Цель: ознакомление с трудом взрослых в магазине одежды. Учить распределять роли и ладить в совместной игре. Развитие интереса в игре. |
| Двигательная активность | п.и «Наседка и цыплята»  Цель: Обучение в игровой форме основным видам движения (ходьба, прыжки) развитие воображения детей. |
| Чтение | Загадывание загадок о видах спорта, спортивном инвентаре, символах.  Цель: продолжать обучать детей отгадыванию описательных загадок; умение внимательно слушать воспитателя, активизировать словарный запас. |
| Другие формы работы | Просмотр презентации: «Что такое олимпийские игры?»  Цель: познакомить детей с историей возникновения Олимпийских игр и олимпийской символикой. Дать понятие, что олимпийские игры бывают зимние и летние. |

***Пятница 12.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Музыкальная деятельность:**  (по плану муз. руководителя) |
| Беседа | Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья.  Цели: закреплять, уточнять и пополнять знания о значении физкультуры и спорта; укреплять потребность в занятиях физкультурой; вызвать уважение к людям, занимающимся физкультурой. |
| Дид игра | «Четвертый лишний»  Цель: уметь находить лишнею картинку, обосновывая почему именно эта картинка; называть спортивные атрибуты |
| С – р игра | «Магазин для спортсменов» Ознакомление с трудом взрослых в магазине. Учить распределять роли. Воспитывать дружелюбие в совместной игре. Развитие интереса в игре. |
| Игровая ситуация | одень куклу на прогулку-закрепить алгоритм одевания на прогулку. |
| Двигательная активность | «Зайцы и волк»  Цель: развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, упражнять в беге, в прыжках на обеих ногах, в приседании, ловле. |
| Чтение | В. Голявкина «Про Вовкину тренировку»  Цель: слушать внимательно произведение, отвечать на вопросы по тексту полным предложением. |
| Другие формы работы | Просмотр мультфильмов об олимпийских играх («Ну погоди!»-выпуск№13; «Смешарики» - Чистый спорт)  Цель: развивать интерес к событиям, которые происходят в нашей стране. На доступном для детей уровне объяснять и закреплять понятие – олимпиада. |
| Работа с родителями | Индивидуальные беседы по вопросам родителей. |

***3 неделя «Я и мое здоровье»***

***Понедельник 15.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  31 «Повторение»  Цель: соотносить форму предметов с геометрическими фигурами: шаром и кубом.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Рассматривание | Картин, изображающих здоровый образ жизни. |
| Беседа | Роль лекарств и витаминов.  Цели: уточнить и закрепить знания детей о лекарствах и витаминах; дать понятие об осторожности при использовании лекарств и витаминов; подкреплять уверенность в необходимости ведения здорового образа жизни. |
| Дид игры | «Три круга» Цель: научить детей соотносить по величине три предмета и обозначить их отношения словами: «большой», маленький», «средний», самый большой», «самый маленький» |
| Двигательная активность | «Охотники и зайцы» |
| С – р игра | «Магазин полезных продуктов»  Цель: учить использовать в игре знания, полученные на занятиях и в повседневной жизни. Самостоятельная деятельность в центре двигательной активности; |
| Игровая ситуация | «Береги зрение»;  Цель: знакомство с правилами охраны зрения; |
| Чтение | М. Яснов «Я мою руки».  Цель: развивать интерес художественной литературе; |
| Работа с родителями | Индивидуальные беседы и консультации по запросам родителей. |

***Вторник 16.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Развитие речи:**  «Витамины и здоровье»  Цель: закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах.  **Аппликация:**  «Блюдо с фруктами и ягодами»  Цель: Программные задачи: продолжать отрабатывать приемы вырезывания предметов круглой и овальной формы. Учить делать ножницами на глаз небольшие выемки для передачи характерных особенностей предметов. Закреплять приемы аккуратного наклеивания. Развивать чувство композиции.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Беседа | Мои помощники.  Цели: уточнять и закреплять знания детей о внешнем строении человеческого тела; дать понятие о назначении и важности органов чувств; вызвать желание бережно относиться к жизненно важным органам. |
| Дид игра | «Покажи части тела»  Цель: обогащение словаря, продолжать знакомство с частями тела, показывать и называть их. |
| С – р игра | «Больница».  Практическое закрепление полученных знаний. Воспитывать уважение к профессии врача, понимать ее огромную важность для каждого из нас. |
| Игровая ситуация | «Как избежать опасностей на улице»  Цель: продолжать формировать осознанно- правильное отношение к соблюдению ПДД в качестве пешехода; Самостоятельная игровая деятельность; |
| Чтение | Э. Мошковская «Даже болеть надо уметь»;  Цель: развивать интерес к художественной литературе; |

***Среда 17.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Основы науки и естествознания:**  «Здоровье и болезнь. Зеленая аптека»  Цель: дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах); научить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью. уточнить и расширить представления о лекарственных растениях, закрепить понятие о взаимосвязи растительного мира и человека; рассказать детям о правилах сбора и сушки лекарственных.  **Музыкальная деятельность:**  (по плану музыкального руководителя)  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Наблюдение | за погодой. Закреплять знания о сезонных изменениях в природе. |
| Беседа | Правила личной гигиены.  Цель: закрепить последовательность действий при умывании и знаний о назначении предметов туалета; воспитывать желание быть чистым и аккуратным; развивать диалогическую речь, учить доброжелательному общению друг с другом и со взрослыми. |
| Дид игра | «Найти такой же»  Цель: способствовать освоению сенсорных эталонов |
| Чтение | Д. Мамина-Сибиряка «Сказка про Комара Комаровича- Длинный нос и про Мохнатого Мишу- Короткий хвост»  Цель: познакомить детей с литературной сказкой; |
| Заучивание | Н. Ярославцев «Мы здоровы» |

***Четверг 18.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  31 «Повторение»  Цель: продолжать закрепить знания об образе цифр, упражнять в их различении; развивать мелкую моторику рук.  **Рисование:**  «Будь здоров»  Цель: создание условий для развития творческих способностей в процессе продуктивной деятельности. |
| Беседа | Таблетки растут на грядке.  Цель: дать знания об овощах, познакомить с понятием витамины, вырабатывать заботливое отношение к близким и желание им помочь. |
| Дид игра | «Третий лишний»  Цель: закреплять знания детей о многообразии птиц; Игровое упражнение |
| С – р игра | «Больница для зверят»;  Цель: развивать умение брать на себя роль, вести ролевые диалоги, пользоваться предметами заместителями; |
| Двигательная активность | «Запомни своре место»  цель: развивать моторно- слуховую память; Игровое упражнение «По узенькой дорожке» - упражнять в ходьбе по прямой. |
| Чтение | К. Чуковский «Мойдодыр»;  Цель: развивать интерес к художественной литературе, воспитывать привычку к ежедневным гигиеническим процедурам; |
| Другие формы работы | Рассматривание альбома «Правила гигиены» (чтение правил) |

***Пятница 19.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Музыкальная деятельность:**  (по плану муз. руководителя) |
| Беседа | Полезная и вредная пища.  Цель: дать понятие о правильном питании; закрепить знания о продуктах питания; вызвать желание заботиться о своем здоровье; учить проявлять заботу. |
| Дид игра | Д.И. «Кого позвали, тот и ловит мяч»  Цель: продолжать учить ловить мяч двумя руками; |
| С – р игра | «Семья»-формировать представления о семье. Самостоятельно распределять роли. Развивать дружеские взаимоотношения. |
| Игровая ситуация | «Зачем мыть руки перед едой?»  Цель: продолжать прививать детям культурные навыки;  Разместить на магнитной доске картинки «Гигиена и здоровье»; |
| Двигательная активность | «Догони свою пару».  Цели: учить бегать в заданном направлении; |
| Чтение | «Как стать неболейкой» И. Семенов |
| Другие формы работы | Посмотреть мультфильм «Ох и Ах», провести беседу по просмотренным мультфильмам. |
| Работа с родителями | Консультация: «здоровье всему голова» |

***4 неделя «Моё тело»***

***Понедельник 22.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  32 «Повторение»  Цель: Закрепление пройденного материала.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Рассматривание | Картин, изображающих человека. |
| Беседа | «Как организм человека перерабатывает пищу»  Цель. Познакомить с пищеварительным трактом; воспитывать осознанное отношение к потреблению пищи; закрепить представление о здоровой пище; учить сервировать стол. |
| Дид игры | «Кто что делает»  -учить детей, рассматривая картинку, называть изображенные на ней предметы и их действия; выполнять действия, которые они видят на картинке; развивать игровые навыки. |
| Двигательная активность | «Ловишки»  - развивать ловкость, быстроту. |
| С – р игра | «Терем»  Цель: развивать конструктивные навыки. |
| Игровая ситуация | Вежливая просьба  Цель: Знакомство детей с формами выражения просьбы, адресованными старшему незнакомому, старшему близкому, а также ровеснику в разных ситуациях: дома, на улице, в общественных местах. |
| Чтение | худ. лит. - «Мойдодыр». К. Чуковского. |
| Работа с родителями | Беседа с родителями о самочувствии детей. |

***Вторник 23.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Развитие речи:**  «Наше тело»  Цель. развивать умение ориентироваться в схеме собственного тела, различать и называть части тела; развивать местную и общую моторику; пополнять активный словарь.  **Ручной труд:**  «Зубная щетка»  Цель: изготовление зубной щетки в технике бумаг пластика.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Беседа | «Здоровье – главная ценность человеческой жизни»  Цель: воспитывать потребность в организации правильного образа жизни; способствовать формированию желания сохранять и укреплять свое здоровье путем выполнения физических упражнений, соблюдения режима дня и т.п. |
| Дид игра | «Как тебя зовут, где ты живешь?»  Цель: упражнять слуховой анализатор, развивать произвольное внимание, память, дружеские отношения, культуру поведения. Формировать монологическую речь дошкольника. |
| С – р игра | «Дом».  Цель: закреплять умения передавать в игре действия библиотекаря. Создание условий для развития сюжета. Воспитывать умение договариваться во время игры. |
| Игровая ситуация | Об уступчивости  Цель: объяснить детям, как важно в игре и в серьезных делах не быть грубым, уступать друг другу. |
| Чтение | А. Барто «Девочка чумазая» |

***Среда 24.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Основы науки и естествознания:**  «Части тела человека»  Цель: формировать представление детей о строении человека. Закрепить знания о назначении отдельных частей тела. Учить детей любить себя, свое тело и свой организм.  **Музыкальная деятельность:**  (по плану музыкального руководителя)  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Наблюдение | за ветром (влияние ветра на одежду людей)  Цели: закрепить умение детей определять ветряную погоду по внешним проявлениям (люди одеваются тепло – холодный ветер, люди одеваются легко – теплый ветер); развивать наблюдательность. |
| Беседа | Знакомимся со своим организмом.  Цель: закрепить элементарные знания об органах человеческого тела и их функционировании. |
| Дид игра | «Я умею одеваться»  - Поощрять желание соблюдать правила последовательности одевания, учить обращаться за помощью к взрослым. |
| Чтение | В. Сутеев «Умелые руки» |
| Заучивание | М. Ефремов «Тело человека» |

***Четверг 25.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  32 «Повторение»  Цель: закреплять знания в счете до 8; уточнить знания детей о геометрических фигурах; учить уравнивать группы предметов по количеству;  **Рисование:**  «Рисование фигуры человека»  Цель. научить детей рисовать фигуру человека. |
| Беседа | Как организм человека перерабатывает пищу.  Цель: познакомить с пищеварительным трактом; воспитывать осознанное отношение к потреблению пищи; закрепить представление о здоровой пище; учить сервировать стол. |
| Дид игра | «Угадай, что делать»  Цель. Развитие слухового внимания и координации движений. |
| С – р игра | «Оденем куклу на прогулку»  Цель: учить воплощать в игре свои идеи, использовать полученные знания и умения. |
| Двигательная активность | «Не попадись!»  - учить правильно прыгать на двух ногах; развивать ловкость. |
| Чтение | отгадывание загадок про части тела |
| Другие формы работы | Просмотр мультфильма: «Чуня» |

***Пятница 26.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Музыкальная деятельность:**  (по плану муз. руководителя) |
| Беседа | Полезные продукты»  Цель: уточнить знания детей о полезных продуктах, их назначении для здоровья и хорошего настроения. Закрепить названия овощей, их вкусовые качества. Воспитывать желание употреблять в пищу фрукты. |
| Дид игра | «Угадай предмет для гигиены»  - обобщить и закрепить знания детей о гигиене, упражнять в умении определять на ощупь |
| С – р игра | «Больница»  Цель: создавать условия для развития сюжета игры, развивать умение договариваться между собой. |
| Игровая ситуация | «Лекарственные растения»  Незнайка в лесу поранил ногу, а аптечки нет. Что можно сделать. |
| Двигательная активность | «Карусель»  - учить одновременно двигаться и говорить, быстро действовать после сигнала. |
| Чтение | Чтение сказки К. Чуковского «Телефон» |
| Другие формы работы | Рассматривание презентации «Части тела». Цель. Расширение кругозора детей, уточнение и закрепление с детьми понятие «тело». |
| Работа с родителями | Памятка для родителей «Профилактические прививки» |

***5 неделя «Лето безопасности»***

***Понедельник 29.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Математическое и сенсорное развитие:**  «Повторение»  Цель: создать условия для закрепления порядкового счета до 8.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Рассматривание | Рассматривание иллюстраций по теме «Как общаться с незнакомыми людьми»  Цель: развивать знания детей о правилах поведения с незнакомыми людьми. |
| Беседа | Травма: как ее избежать.  Цели: продолжать учить оказывать посильную помощь при травме; воспитывать чувство милосердия и сострадания; учить правильно вести себя дома и на улице; избегать получения травмы. |
| Дид игры | "Возьми и передай"  Цель: достижение взаимопонимания и сплоченности в коллективе детей. |
| Двигательная активность | «Прыжки с преодолением препятствий»  Цель: развивать умения перепрыгивать препятствия. |
| С – р игра | «Больница»  Цель: развивать умения детей в оказание первой помощи. |
| Игровая ситуация | «Спички детям не игрушка»  Цель: дать детям представление об опасных для жизни и здоровья предметах, с которыми они встречаются в быту, об их необходимости для человека, о правилах пользования ими. |
| Чтение | худ. лит. С. Михалков «Светофор»  Цель: закреплять знания о значении сигналов светофора. |
| Работа с родителями | Консультация:  «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья». |

***Вторник 30.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Развитие речи:**  «Моя улица»  Цель: знакомить детей с предметами ближайшего окружения; активизировать словарь детей названиями предметов, использовать в речи наиболее употребительные прилагательные, глаголы, предлоги, наречия; развивать наблюдательность, память, умение определять место положение предметов, учить активно участвовать в беседе; воспитывать интерес к объектам ближайшего окружения.  **Ручной труд:**  «Спасательный круг»  Цель: систематизировать знания детей о безопасности детей на воде в летний период. Обеспечить развитие умения раскатывать пластилин прямыми движениями, создавая длинный жгутик. Воспитывать желания заботиться о людях.  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Беседа | «Личная гигиена»  Цель: развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. Уточнить, какими принадлежностями пользуются дети при умывании. Учить эмоционально, четко читать чистоговорку. |
| Дид игра | " Встречи в лесу "  Цель: уточнить представление о внешнем виде диких животных их повадках. |
| С – р игра | «Водители»  Цели: развивать умения детей распределять роли и действовать согласно принятой на себя роли, воспитывать интерес и уважение к труду транспортников, побуждать желание работать добросовестно, ответственно, заботиться о сохранности техники, закреплять знание правил дорожного движения. |
| Игровая ситуация | «Безопасность».  Цель. Предупредить возможные негативные ситуации для ребенка, если он находится один в доме или на улице, содействовать формированию у детей навыков правильного поведения при встрече с незнакомыми людьми. |
| Чтение | «Бездельник – светофор» С. В. Михалков, беседа по содержанию. |

***Среда 31.05.23***

|  |  |
| --- | --- |
| Занятия | **Основы науки и естествознания:**  «Солнце друг и враг»  Цель: способствовать закреплению имеющих знаний у детей о солнце.  **Музыкальная деятельность:**  (по плану музыкального руководителя)  **Двигательная деятельность:**  (по плану инструктора) |
| Наблюдение | «За подорожником».  Цель: продолжать знакомить детей с лекарственным растением — подорожником. |
| Беседа | «Всем ребятам надо знать, как по улице шагать»  Цель: закрепить правила поведения на улице: ПДД, понятие о светофоре и его назначении. Воспитывать правила безопасного поведения на улицах. Способствовать формированию культуры речевого общения в транспорте. |
| Дид игра | «Это я, это я и со мной мои друзья».  Цель: стимулировать внимание; развивать память и речь. |
| Чтение | чт. стихотворения С. Я. Маршака «Наша улица». |
| Заучивание | Наталья Третяк «Много правил есть на свете» |

**3 этап Заключительный**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятие** | **Цель** | **Сроки проведения** | **Ответственный** | **Выход документа** |
| Викторина «Я и мое здоровье» |  | С 29 по 31 мая | Воспитатели | Развлечение |
| «Марафон здоровья» - | создание стенгазеты по итогам месяца, беседа с детьми о том, что больше понравилось, что запомнилось. | С 29 по 31 мая | Воспитатели | стенгазета |

**Работа с родителями:**

- оформление папок-передвижек, памяток для родителей на тему значения личной гигиены, правильного питания, закаливания, занятий физкультурой и спортом для всестороннего развития детей;

- разработка маршрутов выходного дня (посещение бассейна, спортивных площадок, семейные прогулки на свежем воздухе, спортивные игры и развлечения);

- использование семейных фото для оформления тематических фотогазет и коллажей;

- оформление выставок детских работ по художественному творчеству.

**Результат проекта:**

В результате реализации проекта «Я и моё здоровье» был получен хороший результат, мы добились того, что ожидали от проекта, то есть:

Дети:

- получили знания об основах здорового образа жизни;

- познакомились с зимними видами спорта;

- узнали историю Олимпиады;

- расширили представления о полезных для здоровья продуктах питания;

Педагоги:

- подобрали методическую и детскую литературу;

- наработали картотеку стихов, песен, пословиц, поговорок, загадок, прогулок, подвижных и пальчиковых игр;

-подготовили мультимедийные игры и обучающие презентации по теме;

- наработали рекомендации для родителей, посвященные здоровому образу жизни.

**Взаимодействие с семьями воспитанников**

- проявили интерес и активно участвовали в реализации проекта;

- предоставили фотографии о семейном досуге и занятии спортом.

**Приложение 1**

**Физкультминутки по теме недели «Здоровье и спорт»**

**Чтобы сильным стать и ловким**

1.Чтобы сильным стать и ловким, *(Сгибание-разгибание рук к плечам в стороны.)*

Приступаем к тренировке. *(Шагаем на месте.)*

Носом вдох, а выдох ртом. *(Руки на поясе, вдох-выдох.)*

Дышим глубже, *(Руки вверх-вдох; руки вниз-выдох.)*

А потом шаг на месте, не спеша. *(Шагаем на месте.)*

Как погода хороша! *(Прыжки на месте.)*

Не боимся мы пороши, *(Шагаем на месте.)*

Ловим снег — хлопок в ладоши. *(Хлопаем в ладоши.)*

Руки в стороны, по швам, *(Руки в стороны.)*

Хватит снега нам и вам. *(Хлопаем в ладоши.)*

Мы теперь метатели, *(Изображаем метание левой рукой.)*

Бьем по неприятелю. *(Изображаем метание правой рукой.)*

Размахнись рукой - бросок! (Изображаем метание левой *(правой)* рукой).

Прямо в цель летит снежок. *(Хлопаем в ладоши.)*

2.Ручки потянули вверх,

Словно там висит орех. (Потягивания — руки вверх.)

Тянем в стороны потом,

Словно обнимаем дом. (Потягивания — руки в стороны.)

Ноги врозь, на пояс руки.

Влево плечи разверни.

А теперь направо. Ну-ка!

Упражненье повтори. (Вращение туловищем в стороны.)

А теперь пора попрыгать,

Как лягушка: прыг-прыг-прыг.

Кто устать боится мигом,

Кто к зарядке не привык? (Прыжки на месте.)

**Самомассаж «Взяли ушки за макушки»**

Взяли ушки мы за мочки, вниз потяним их,

А теперь потрём немножко раз, два, три.

Взяли ушки за макушки вверх потянем их,

Вниз по ушкам побежали хорошенько всё размяли». (нажать звук)

**Пальчиковая игра «Замок».**

На дверях висит замок. – (пальцы в «замочек»)

Кто его открыть не смог?

Мы замочком постучали, - (стучим «замочком по коленям»)

Мы замочек повертели, - (затем круговые движения «замочком»)

Мы замочек покрутили

И открыли! - и (показали ладошки)

**Приложение 2**

**Стихотворения для детей среднего возраста**

**Стих о здоровье для детей**

Тот, кто с солнышком встаёт,

Делает зарядку,

Чистит зубы по утрам

И играет в прятки, —

Тот спортивный человек,

И вполне весёлый.

Постарайся быть таким

В детсаду и дома.

Болюбаш Анастасия

**Стих о здоровье для детей**

Хорошо здоровым быть!

Соков надо больше пить!

Гамбургер забросить в урну,

И купаться в речке бурной!!!

Закаляться, обливаться,

Спортом разным заниматься!

И болезней не боясь,

В тёплом доме не таясь,

По Земле гулять свободно,

Красоте дивясь природной!!!

Вот тогда начнете жить!

Здорово здоровым быть!!!

**Стих о здоровье для детей**

Со здоровьем дружен спорт.

Стадион, бассейны, корт,

Зал, каток — везде вам рады.

За старание в награду

Будут кубки и рекорды,

Станут мышцы ваши тверды.

Только помните: спортсмены

Каждый день свой непременно

Начинают с физзарядки.

Не играйте с дремой в прятки,

Быстро сбросьте одеяло,

Встали — сна как не бывало!

**Стихи о здоровье для детей**

В жизни главное — здоровье,

Согласитесь, господа.

И к нему с большой любовью

Мы относимся всегда.

Вам расскажем по порядку

Как здоровье сохранить.

Нужно день начать с зарядки,

Вслед за нами повторить:

Ноги шире, руки шире —

Три-четыре, три-четыре.

Начинаем приседать —

Раз-два-три-четыре-пять.

И с особым вдохновеньем

Дружно делаем вращенья:

Раз-два-три-четыре.

Не мешает нам порой

Поработать головой,

А еще точнее —

Поработать шеей.

Раз-два-три-четыре...

В заключении все вместе

Совершаем бег на месте.

Ноги в руки дружно взяли —

Побежали, побежали!

На месте стой, раз-два!!!

Вот окончена зарядка,

Обливаемся водой,

И бегом бежим на грядку

За полезною едой!

Все знают, что питание

Здоровье сохраняет,

Когда оно полезное

И легкое бывает.

**Закалка**

По утрам ты закаляйся,

Водой холодной обливайся.

Будешь ты всегда здоров.

Тут не нужно лишних слов.

**Если будешь унывать,**

Плакать, ныть, скучать, страдать,

Можешь даже очень быстро

Ты здоровье потерять.

**Чтобы быть всегда здоровым,**

Нужно бегать и скакать.

Больше спортом заниматься,

И здоровым не скучать.

**Чтобы мне здоровым быть,**

Надо овощи любить.

Свёкла, репка, лук, морковь —

Моя первая любовь.

**Список литературы:**

1. Баль Л. В. «Букварь здоровья» Москва, 1995г.
2. Белая К. Ю. Как обеспечить безопасность дошкольников». Москва, «Просвещение», 1998г.
3. Журавлёва В. Н. «Проектная деятельность старших дошкольников» Волгоград, «Учитель», 2011г.
4. Голицына Н. С., Люзина С. В., Бухарова Е. Е. «ОБЖ для старших дошкольников. Система работы» Москва, ООО «Издательство «Скрипторий 2003», 2012г.
5. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье», Москва, 2005г.