

**Муниципальное дошкольное образовательное  
автономное учреждение центр развития ребенка -  
детский сад  
«Аленький цветочек»**

**ПРОЕКТ**  
**«Я ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГУ**  
**— САМ СЕБЕ Я**  
**ПОМОГУ»**

**Выполнили:**  
**воспитатели**  
**старшей «Е» группы**  
**Алданова Х.М.**  
**Шокина Ю.Ю.**

# ПАСПОРТ ПРОЕКТА:

**"ЗДОРОВЬЕ — ЭТО ВЕРШИНА,  
КОТОРУЮ ДОЛЖЕН КАЖДЫЙ ПОКОРИТЬ  
САМ"**

( ВОСТОЧНАЯ МУДРОСТЬ.)



## Участники проекта

### Методическая служба

- оказывает методическую помощь в работе над проектом.
- осуществляет взаимосвязь и взаимодействие всех участников проекта.

### Администрация

- осуществляет руководство,
- создает условия для реализации проекта,
- контролирует его ход выполнения.

### Педагоги

- осуществляют педагогическое просвещение родителей по проблеме.
- организуют деятельность детей и родителей.

### Дети

- участвуют в разных видах деятельности: познавательной, игровой, практической

### Родители

- участвуют в совместной деятельности;
- делятся опытом с другими.

### Медицинские работники

- оказывают помощь в организации оздоровительных процедур детям.
- дают консультации для родителей.

## **Цель : ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВЬЕ КАК ОДНОЙ ИЗ ГЛАВНЫХ ЦЕННОСТЕЙ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЖИЗНИ.**

### **Задачи:**

- **1. РАСШИРЯТЬ И УТОЧНЯТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ О ФАКТОРАХ, ВЛИЯЮЩИХ НА СОСТОЯНИЕ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ И ОКРУЖАЮЩИХ.**
- **2. ФОРМИРОВАТЬ ОСОЗНАННОЕ ВЫПОЛНЕНИЕ ТРЕБОВАНИЙ К БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ, РАЗВИВАТЬ ИНТЕРЕС К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.**
- **3. АКТИВИЗИРОВАТЬ РАБОТУ С СЕМЬЁЙ ПО ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРИВЫЧКИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ.**
- **4. ОБОГАЩАТЬ ЗНАНИЯ ДЕТЕЙ О ВИТАМИНАХ И ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ, И ИХ ПОЛЕЗНЫХ СВОЙСТВАХ, ФОРМИРОВАТЬ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ О ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВОМ ПИТАНИИ.**
- **5. ФОРМИРОВАТЬ У РЕБЁНКА МОТИВЫ САМОСОХРАНЕНИЯ, ВОСПИТАНИЯ ПРИВЫЧКИ ДУМАТЬ И ЗАБОТИТЬСЯ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ.**



# АКТУАЛЬНОСТЬ:

**ПРОБЛЕМА РАННЕГО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ АКТУАЛЬНА И ДОСТАТОЧНО СЛОЖНА. ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ – ОДНА ИЗ ГЛАВНЫХ ЦЕННОСТЕЙ СЕМЬИ И ГОСУДАРСТВА. ПОДДЕРЖАНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ – ВАЖНЕЙШАЯ ЗАДАЧА РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ. К СОЖАЛЕНИЮ, В ПОСЛЕДНЕЕ ДЕСЯТИЛЕТИЕ КОЛИЧЕСТВО ДЕТЕЙ С ПРОБЛЕМАМИ СОМАТИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА ПОСТОЯННО УВЕЛИЧИВАЕТСЯ. ВЫРАСТИТЬ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА – ВОТ САМОЕ ГЛАВНОЕ, ЧТО НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ СОТРУДНИКАМ ДЕТСКИХ САДОВ. ПОЛНОЦЕННОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА – ЭТО ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ.**



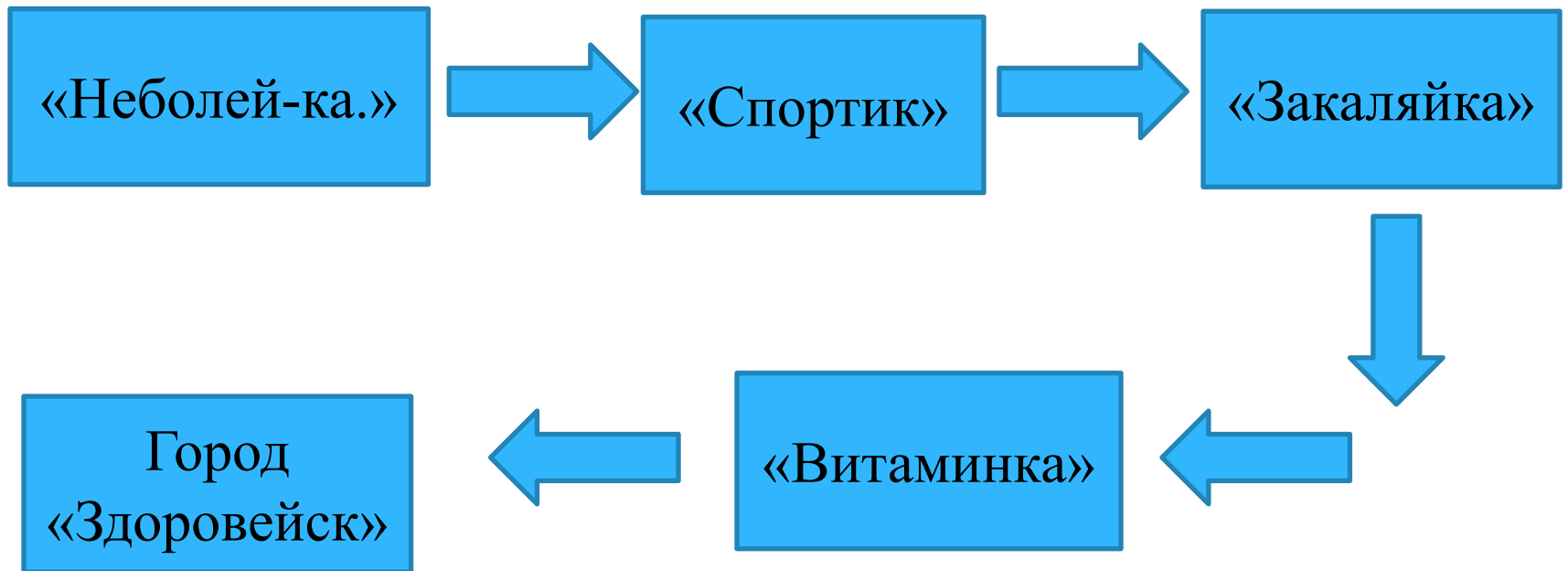
# ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА:

- I ЭТАП ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ.
- II ЭТАП – ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ НАД ПРОЕКТОМ.
- III ЭТАП – РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА.
- IV ЭТАП – ПРЕЗЕНТАЦИОННЫЙ.



Этапы	Деятельность педагога	Деятельность детей	Совместная деятельность детей и родителей
<b><u>1 этап.</u></b> <b>Выявление проблемы</b>	а) Формирует проблему: Почему я могу заболеть? б) Определяет задачи для её решения	а) Входят в проблему. б) Ищут ответ на вопрос «Почему надо беречь своё здоровье?»	а) Осознают и лично воспринимают проблему. б) Принимают задачи проекта.
<b><u>2 этап.</u></b> <b>Организация работы над проектом</b>	а) Подбирает и изучает литературу по проблеме. б) Составляет план реализации проекта. в) Составляет схемы взаимодействия участников проекта. г) Подбирает необходимое оборудование, пособия. д) Оказывает помощь детям в планировании их деятельности.	Планируют свои действия.	а) Обсуждают со всеми участниками поэтапный план реализации проекта. б) Распределяются по группам для выполнения проектной деятельности.
<b><u>3 этап.</u></b> <b>Реализация проекта.</b>	Организует деятельность детей, совместную деятельность детей и родителей.	Участвуют в разных видах деятельности.	а) Участвуют в мероприятиях, б) выполняют домашние задания.
<b><u>4 этап.</u></b> <b>Презентационный</b>	Презентация проекта «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»		

# МАРШРУТНАЯ КАРТА:





# ИГРОВЫЕ ПЕРСОНАЖЫ – ДОБРЫЙ ДОКТОР ТАБЛЕТКИН



# ИГРОВЫЕ ПЕРСОНАЖЫ – СПОРТОША И ФИЗКУЛЬТОША



# ИГРОВЫЕ ПЕРСОНАЖЫ – ЧИСТЮЛЯ



# ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

- 1.СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ЗНАНИЙ ДЕТЕЙ О ЗДОРОВЬЕ, ОВЛАДЕНИЕ ИМИ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВЬЕ.
- 2.ОБОБЩЕНИЕ ЗНАНИЙ ДЕТЕЙ ОБ ОКРУЖАЮЩЕМ МИРЕ, РАЗВИТИЕ ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТИ И АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ.
- 3. РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ.
- 4.АКТИВНОЕ УЧАСТИЕ РОДИТЕЛЕЙ В РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА.



# РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- 1. СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ.
- 2. ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ.
- 3. КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР, КОНСПЕКТЫ БЕСЕД, НОД, СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО РАЗВЛЕЧЕНИЯ.
- 4. ДЕТСКАЯ И МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА



# Формы реализации проекта

**Занятия познавательного цикла:**

- познание,
- физкультурные занятия.

**Занятия по продуктивной деятельности:**

- аппликация,
- рисование,

## Оздоровительные процедуры:

- Воздушные ванны,
- пальчиковая гимнастика,
- игровой самомассаж,,
- дыхательная гимнастика,
- Подвижные игры.
- Спортивные игры

## Игры:

- дидактические
- развивающие,
- сюжетно-ролевые,
- театральные,
- игры-эксперименты,

**Работа с родителями:**

- родительские собрания,
- консультации,
- информация в уголок для родителей,
- анкетирование,
- памятки,
- рекомендации,
- совместная деятельность

# ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

- **ВЫЯВЛЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ О ЗДОРОВЬЕ;**
- **ПОДБОР ЛИТЕРАТУРЫ, ИЛЛЮСТРАЦИЙ, РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ИГР;**
- **СОСТАВЛЕНИЕ ПЛАНА МЕРОПРИЯТИЙ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА;**
- **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ О ЦЕЛЯХ И ЗАДАЧАХ ПРОЕКТА**



# ОСНОВНОЙ ЭТАП

## ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНО – ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ:

- - УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА
- ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ СНА
- - ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- - ПРОГУЛКИ
- ЗАНЯТИЯ ХОРЕОГРАФИИ
- ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ – ФУТБОЛ, ТХЕКВАНДО.
- ФИЗМИНУТКИ НА ЗАНЯТИЯХ
- ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ
- ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

### □ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

#### СПОРТИВНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ

- «ПОИГРАЕМ С ФИЗКУЛЬТОШЕЙ И СПОРТОШЕЙ»





## ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

- А.БАРТО «ДЕВОЧКА ЧУМАЗАЯ»
- ЗИЛЬБЕРГ «ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ»
- К.ЧУКОВСКИЙ «МОЙДОДЫР»
- К. ЧУКОВСКИЙ «ДОКТОР АЙБОЛИТ»
- Ю. ТУВИМ «ОВОЩИ»
- О.НЭШ «МИКРОБ»
- Ю. ТУВИМ «ПИСЬМО КО ВСЕМ ДЕТЯМ ПО ОДНОМУ ВАЖНОМУ ДЕЛУ»
- П.СИНЯВСКИЙ «ЗАРЯДКА»
- С.АФОНЬКИН «ОТКУДА БЕРУТСЯ БОЛЕЗНИ»
- ПОСЛОВИЦЫ, ПОГОВОРКИ И ЗАГАДКИ



# «СОЦИАЛЬНО – КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ»

- **БЕСЕДА: «К НАМ ПРИЕХАЛ МОЙДОДЫР».**
- **БЕСЕДА: «МАДАМ ОПАСНОСТЬ УГРОЖАЕТ, МИСС ОСТОРОЖНОСТЬ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ».**
- **БЕСЕДА: «БУДЕМ НЕБОЛЕЙКАМИ» ( О СПОРТЕ)**

## ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО:

- **АПЛИКАЦИЯ «БЛЮДО С ФРУКТАМИ И ЯГОДАМИ»**
- **РИСОВАНИЕ «КАК МЫ ИГРАЛИ В ПОДВИЖНУЮ ИГРУ «МЕДВЕДЬ И ПЧЁЛЫ»**



# ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ» (ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕЛОСТНОЙ КАРТИНЫ МИРА)

- «Дом, в котором я живу»,
- «Наша одежда. Сезонная одежда и обувь».

## ОПЫТНО – ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- - «КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВРЕДНЫХ БАКТЕРИЙ»,
- - «НЕОПАСНОЕ ЭЛЕКТРИЧЕСТВО» (БЕЗОПАСНОСТЬ)



## СЮЖЕТНО – РОЛЕВЫЕ ИГРЫ, ДРАМАТИЗАЦИЯ:

- ДРАМАТИЗАЦИЯ СКАЗКИ «ВЕРШКИ И КОРЕШКИ»
- СЮЖЕТНО–РОЛЕВАЯ ИГРА «БОЛЬНИЦА»
- «СПАСАТЕЛИ»

## ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ:

- «ЧИСТОПЛОТНЫЕ ДЕТИ»
- «УГАДАЙ НА ВКУС»
- «НАБЛЮДАЙ - КА»
- «РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧТО МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСНЫМ – ПОКАЖИ»
- «УГАДАЙ, ЧТО БОЛИТ»
- «ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ»
- «СТОРОЖ»



# РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:

- ПРОВЕДЕНИЕ АНКЕТИРОВАНИЯ «СПОРТ В НАШЕЙ СЕМЬЕ».
- ПРОВЕДЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ НА ТЕМУ «КАК УКРЕПИТЬ ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКА».
- ПОИСК ИНФОРМАЦИИ ПО ТЕМЕ «ВИТАМИНЫ ВОКРУГ НАС!»
- СОЗДАНИЯ КОПИЛКИ ЗДОРОВЬЯ.
- ПРОВЕДЕНИЕ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ «В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК!».
- СОЗДАНИЕ ФОТО ВЫСТАВКИ «ПАПА, МАМА, Я СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ».
- КОНКУРС «ЛУЧШАЯ ДОРОЖКА ДЛЯ ЗАКАЛИВАНИЯ».



# РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ:

- **КОНСУЛЬТАЦИИ НА ТЕМУ: «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЭТО...», «ЗАКОНЫ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ».**
- **ПРОВЕДЕНИЕ МАСТЕР-КЛАССА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА ТЕМУ «ИГРЫ НА СКАМЕЕЧКЕ».**



# ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

## ПРОДУКТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРОЕКТА

- - ПРОВЕДЕНИЕ ИТОГОВОЙ БЕСЕДЫ С ДЕТЬМИ «В ПОЛИКЛИНИКЕ ДОКТОРА ДОКТОРА ТАБЛЕТКИНА И МЕДСЕСТРЫ ПИПЕТКИНОЙ»
- - ОФОРМЛЕНИЕ ФОТО ВЫСТАВКИ «НАШИ ДРУЗЬЯ ФИЗКУЛЬТОША И СПОРТОША».

## ИТОГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

- - ПРЕЗЕНТАЦИЯ В КОНКУРСЕ ПРОЕКТОВ «Я ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГУ – САМ СЕБЕ Я ПОМОГУ».
- - СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ГОРОДУ «ЗДОРОВЕЙСКУ».



**Но, чтоб ни случилось, ВСЕГДА  
ЧЕЛОВЕК**



**« ЗДОРОВЬЯ  
ДРУГОМУ ЖЕЛАЕТ НАВЕК! »**





СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!

