

•МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ г.  
НОВОСИБИРСКА «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №101»

630049, г. Новосибирск, ул. Кропоткина, 98/2, тел. 226-74-47

# Проект «ЛУЧИКИ ЗДОРОВЬЯ»

Авторы работы воспитатели  
старшей группы «Звездочка»

- Шерemet Татьяна Дмитриевна
- Маркова Елизавета Владимировна

A decorative border surrounds the page, featuring various sports equipment icons such as basketballs, soccer balls, tennis rackets, badminton rackets, a football, and table tennis paddles, interspersed with small white sunburst patterns.

## АКТУАЛЬНОСТЬ:

Самым актуальным на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. Из года в год увеличивается количество детей не только с врождёнными заболеваниями, но и с приобретёнными в процессе жизни дефектами здоровья. Педагоги обращают внимание на повышенную детскую утомляемость и раздражительность; дети быстро становятся вялыми и пассивными, с трудом сосредотачиваются; имеют нарушения осанки; часто болеют простудными заболеваниями.

Всё это доказывает необходимость ведения в детском саду оздоровительной работы. Особую важность приобретает поиск новых форм, методов, приемов, создание условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

В связи с этим нами был разработан проект «*Лучики здоровья*», девизом которого является «*Ты счастлив завтра, если думаешь о здоровье сегодня!*»

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: a basketball, a red butterfly, a soccer ball, a tennis racket, a badminton racket, a blue tennis racket, a volleyball, a football, a red butterfly, a soccer ball, a tennis racket, a badminton racket, and a blue tennis racket. The background is a light blue gradient.

## ***ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:***

Формировать представление у дошкольников о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье.

## ***ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:***

- ❖ Развивать познавательный интерес воспитанников к компонентам здорового образа жизни;
- ❖ Формировать навыки ухода за телом, создавать условия для закаливания, выработать стойкую привычку к самомассажу;
- ❖ Рассказать детям о витаминах и полезных продуктах;
- ❖ Знакомить детей с возможными травмирующими ситуациями. Учить некоторым правилам оказания первой медицинской помощи в случае травм ( ушиб, порез, ссадина, вызов скорой помощи)

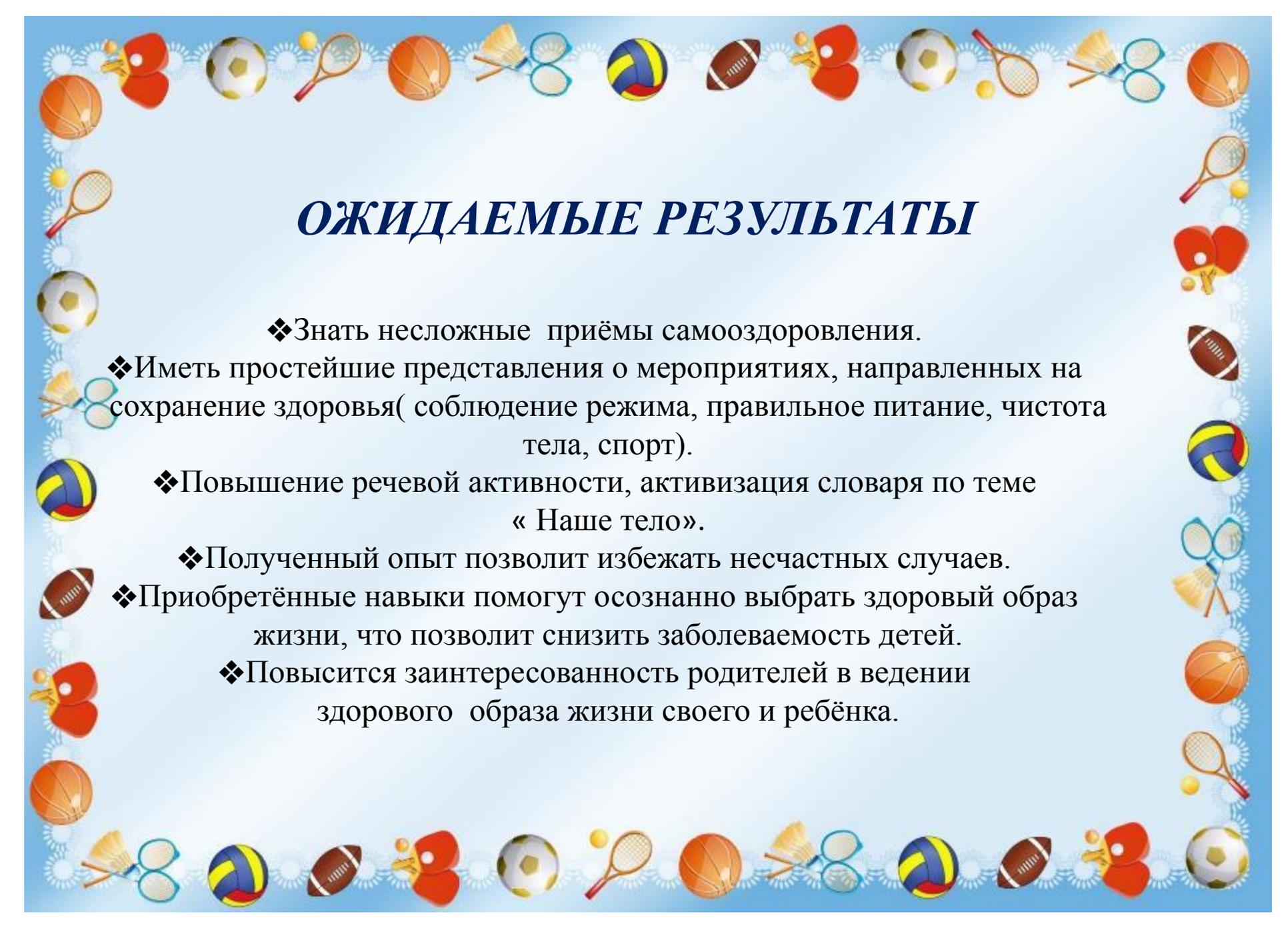
A decorative border surrounds the text, featuring various sports equipment icons such as basketballs, soccer balls, tennis rackets, badminton rackets, and footballs, arranged in a repeating pattern against a light blue background.

***ТИП ПРОЕКТА:***  
познавательного - творческого,  
групповой

***Продолжительность:*** краткосрочный

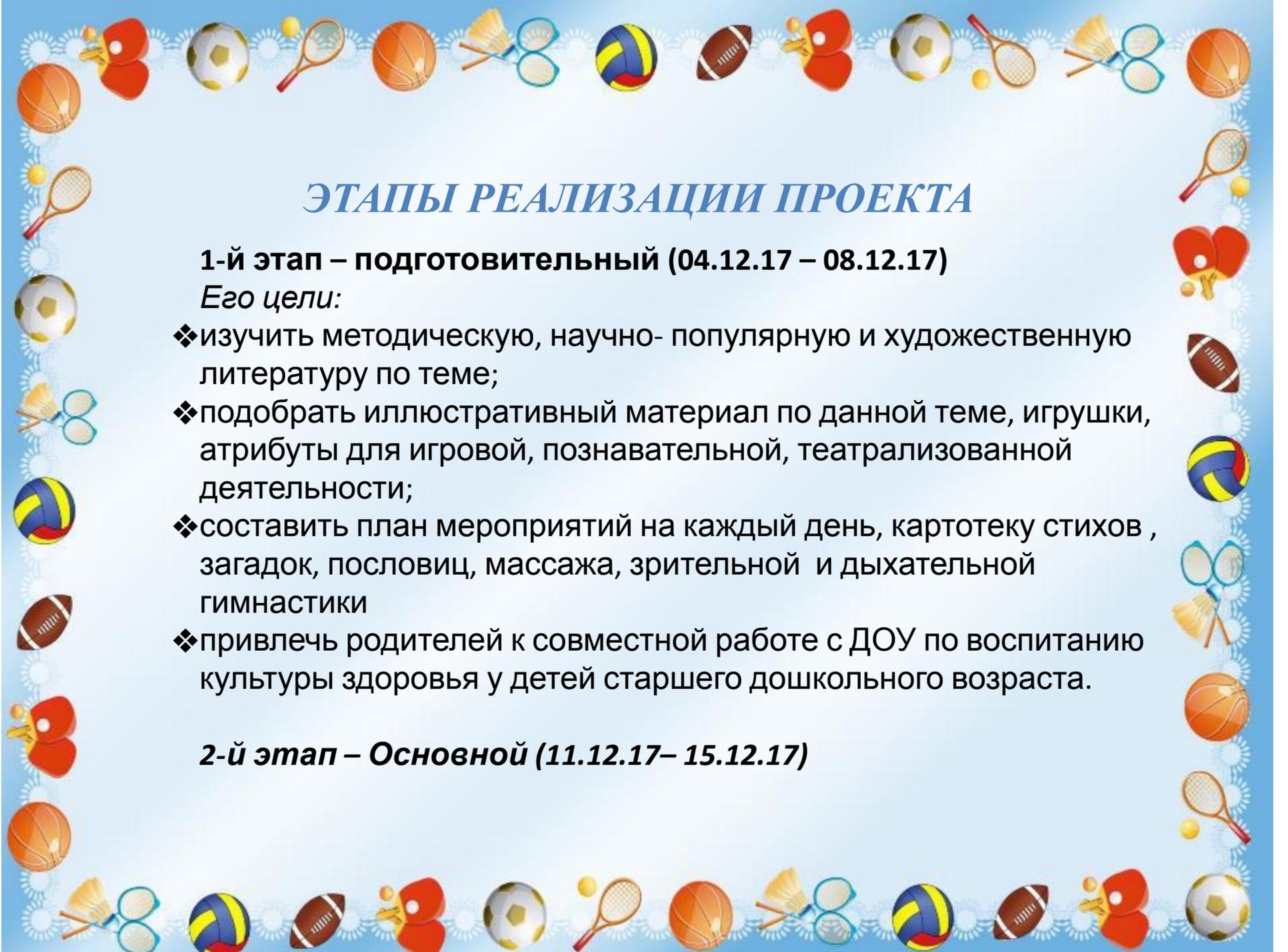
***Сроки реализации:*** с 11.12.17 по 15.12.17

***Участники:*** дети старшей группы, воспитатели, родители

A decorative border surrounds the page, featuring various sports equipment icons such as basketballs, soccer balls, tennis rackets, badminton rackets, table tennis paddles, and American footballs, arranged in a repeating pattern against a light blue background with sunburst motifs.

## ***ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

- ❖ Знать несложные приёмы самооздоровления.
- ❖ Иметь простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья( соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, спорт).
- ❖ Повышение речевой активности, активизация словаря по теме « Наше тело».
- ❖ Полученный опыт позволит избежать несчастных случаев.
- ❖ Приобретённые навыки помогут осознанно выбрать здоровый образ жизни, что позволит снизить заболеваемость детей.
- ❖ Повысится заинтересованность родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка.

A decorative border surrounds the page, featuring various sports equipment icons such as a basketball, tennis racket, soccer ball, badminton racket, volleyball, football, and table tennis paddle, interspersed with stylized sunburst patterns.

## ***ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА***

### **1-й этап – подготовительный (04.12.17 – 08.12.17)**

*Его цели:*

- ❖ изучить методическую, научно- популярную и художественную литературу по теме;
- ❖ подобрать иллюстративный материал по данной теме, игрушки, атрибуты для игровой, познавательной, театрализованной деятельности;
- ❖ составить план мероприятий на каждый день, картотеку стихов , загадок, пословиц, массажа, зрительной и дыхательной гимнастики
- ❖ привлечь родителей к совместной работе с ДООУ по воспитанию культуры здоровья у детей старшего дошкольного возраста.

### **2-й этап – Основной (11.12.17– 15.12.17)**

## РАБОТА С ДЕТЬМИ

*Цель:* формировать у детей понятие о здоровом образе жизни, умение заботиться о своём здоровье. Познакомить детей с правилами закаливания, его пользе для организма; знать правила оказания первой помощи при различных травмах, правила поведения во время болезни.



*«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ – ЗАКАЛЯЙСЯ»*



«ЧУДО -РУКАВИЧКИ»



*«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ – ЗАКАЛЯЙСЯ»*



*«ЗДОРОВЬЕ В ПОРЯДКЕ – СПАСИБО ЗАРЯДКЕ!»*



*«СУ ДЖОК - ПОМОЩНИК НАШ - ЛОВКО  
ДЕЛАЕТ МАССАЖ»*



*«ЧИСТОТА ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ»*

*Цель: Довести до сознания детей необходимость и важность соблюдения гигиенических процедур, поддерживать чистоту тела, продуктов, помещений.*



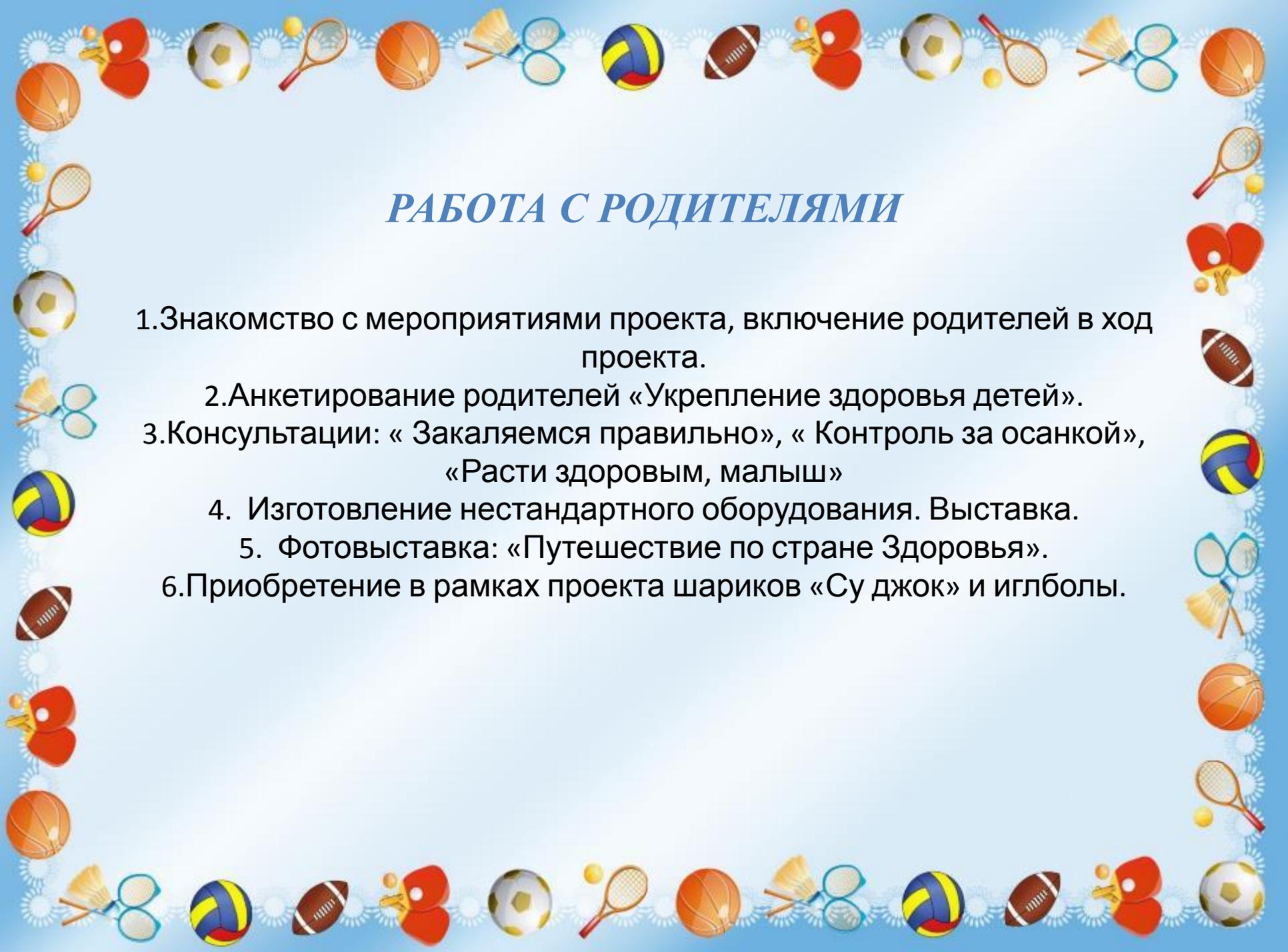
## «ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ»

*Цель:* сформировать у детей представления о разнообразии питания и важности соблюдения пищевого режима, дать представление о витаминах и о продуктах, в которых они содержатся.



*«ВЕСЕЛОЕ НАСТРОЕНИЕ – ЗАЛОГ КРЕПКОГО  
ЗДОРОВЬЯ»*

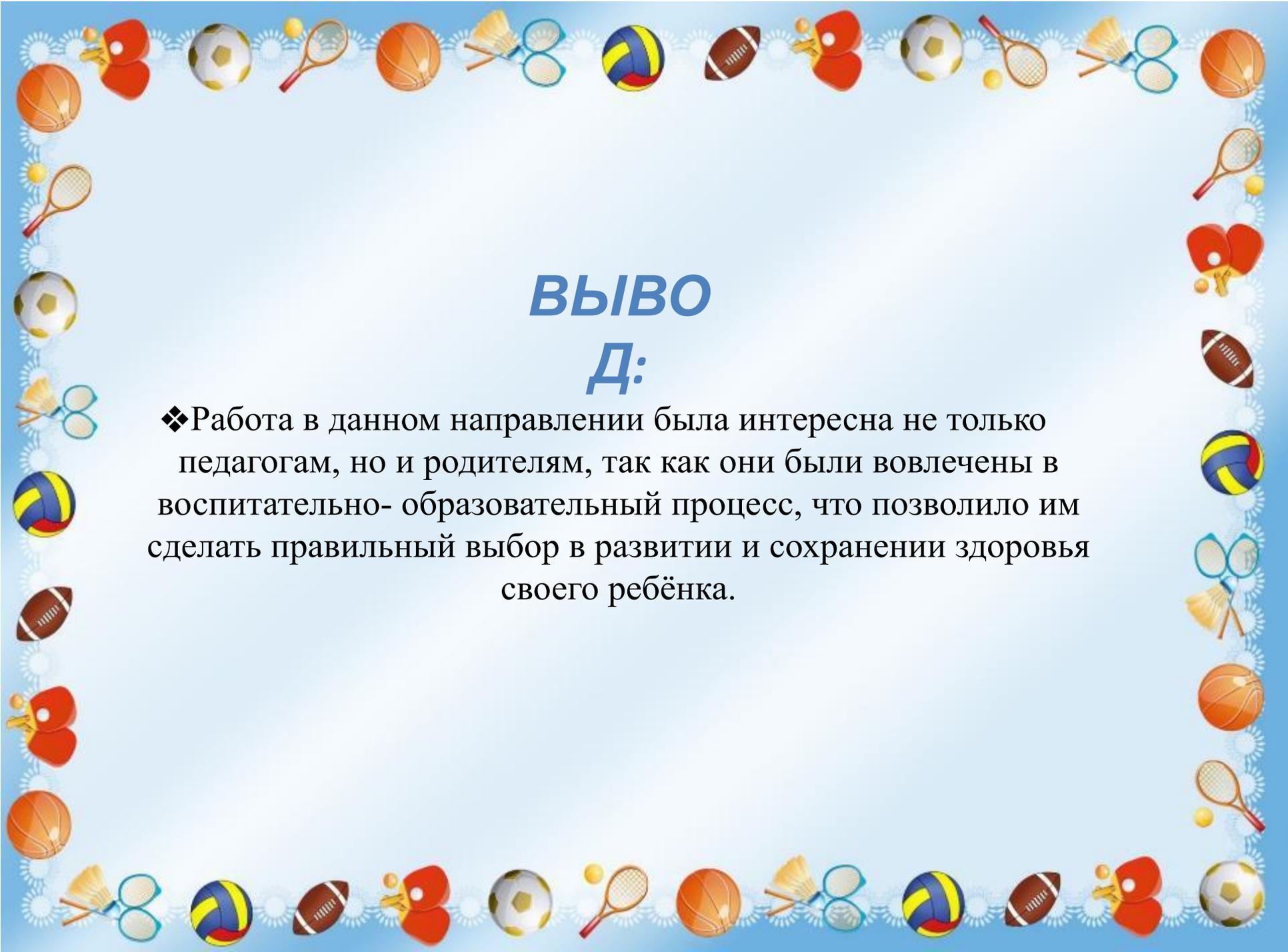


A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: a basketball, a red butterfly, a soccer ball, a tennis racket, a badminton racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red butterfly, a soccer ball, a tennis racket, a badminton racket, and a blue and yellow volleyball. The icons are arranged in a circular pattern around the central text.

## *РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ*

1. Знакомство с мероприятиями проекта, включение родителей в ход проекта.
2. Анкетирование родителей «Укрепление здоровья детей».
3. Консультации: « Закаляемся правильно», « Контроль за осанкой», «Расти здоровым, малыш»
4. Изготовление нестандартного оборудования. Выставка.
5. Фотовыставка: «Путешествие по стране Здоровья».
6. Приобретение в рамках проекта шариков «Су джок» и иглболы.



A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: a basketball, a tennis racket, a soccer ball, a badminton racket, a volleyball, a football, a table tennis paddle, and a tennis ball. The icons are arranged in a circular pattern around the central text.

# ВЫВО Д:

❖ Работа в данном направлении была интересна не только педагогам, но и родителям, так как они были вовлечены в воспитательно- образовательный процесс, что позволило им сделать правильный выбор в развитии и сохранении здоровья своего ребёнка.



**СПАСИБО**

**ЗА ВНИМАНИЕ!**