

# Проект «Моё здоровье – моё богатство»



Участники: воспитатели и  
дети подготовительной группы

# Цель проекта

ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТЕЙ В САМОВОСПИТАНИИ ПО ОТНОШЕНИЮ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

# Задачи проекта

- ✓ ЗАКРЕПИТЬ ПОНЯТИЕ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»
- ✓ ПРИВИТЬ ЛЮБОВЬ К СПОРТУ
- ✓ СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ ЗНАНИЯ В ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ
- ✓ ВОСПИТАТЬ ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ



# Этапы проекта

## 1 ЭТАП - ВЫЯВЛЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ:

- ОПРОС ДЕТЕЙ;
- АНКЕТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

## 2 ЭТАП - ОСНОВНОЙ:

- ПРОВЕДЕНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ;
- СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ - ДЕТИ-РОДИТЕЛИ-ВОСПИТАТЕЛЬ;
- ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПРОГУЛКИ

## 3 ЭТАП - ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ:

- ПРОВЕДЕНИЕ ИТОГОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ



# Проблема

Трудно поспорить с утверждением, что в основе всестороннего развития и успехов человека лежит здоровье. Есть у человека здоровье, он жизнерадостный, плодотворно работает, у него хватает сил на саморазвитие, на личную жизнь, карьерный рост. Нет здоровья у человека, он как бы топчется в своем развитии и в социальной жизни на одном и том же месте, постепенно теряя то, что у него было.

Именно для успешного будущего наших детей в дошкольном возрасте следует заложить основы здоровья, сформировать правильное представление о здоровье и здоровом образе жизни. По итогам опроса детей было выявлено, что не все дети знают что такое здоровье, как поддерживать его, и что необходимо для того, чтобы не подвергать себя опасности, принимая правильное решение. Существуют ли эффективные методы и пути решения данной проблемы?

Конечно, существуют. Опыт многих детских садов показывает, что систематические комплексные мероприятия по приобщению детей к основам здорового образа жизни дают положительный результат. Именно в дошкольном возрасте дети навсегда запоминают, что здоровье - это главное богатство человека.

## Анкета

Уважаемые родители!

Что Вы подразумеваете под «здоровым образом жизни»?

Считаете ли Вы свой образ жизни здоровым, почему?

1. Что мешает Вам вести здоровый образ жизни?

- недостаток времени;
- низкая зарплата;
- недостаток знаний;
- др. причины (указать)

2. Закаляетесь ли вы или члены вашей семьи? (Указать как) \_\_\_\_\_

3. Проводите ли вы совместный семейный активный досуг (турпоходы, лыжные прогулки и т.д.)? (указать как) \_\_\_\_\_

4. Что на Ваш взгляд является основной причиной заболеваний Вашего ребенка?

- неудовлетворительное медицинское обслуживание;
- плохое материальное положение в семье;
- неблагоприятные экологические условия;
- недостаток знаний в вопросах сохранения здоровья;
- другие причины (указать)

5. Ваши предложения для улучшения работы по формированию здорового образа жизни в дошкольном образовательном учреждении

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Анкета для родителей

Ф.И.О., образование, место работы, количество детей в семье. \_\_\_\_\_

1. Какими видами спорта увлекаются члены вашей семьи? \_\_\_\_\_

2. Есть ли в доме спортивный снаряд? Какой? \_\_\_\_\_

3. Посещает ли ваш ребенок секцию, кружок? Какой? \_\_\_\_\_

4. Установлен ли режим дня для вашего ребенка? (да, нет) \_\_\_\_\_

5. Используете ли Вы прогулку, как закаливающее средство? \_\_\_\_\_

6. Какие закаливающие мероприятия используете в условиях дома? \_\_\_\_\_

7. Какую работу проводите с детьми по личной безопасности ребенка? \_\_\_\_\_

8. Какие виды деятельности используете для организации работы по формированию здорового образа жизни детей:

- Чтение книг
- Просмотр телепередач
- Беседы
- Разбор ситуаций
- Рассматривание иллюстраций
- Совместные прогулки
- Другие мероприятия (указа



# Игровая деятельность - сюжетно-ролевые игры

РАЗЛОЖИЛА ВСЕ ТОВАРЫ –  
ПОХОДИТЕ ПОКУПАТЬ!  
ВОТ КЕФИР, ЕЩЕ ЙОГУРТ,  
ОВОЩЕЙ А Ж ЦЕЛЫХ ПЯТЬ.



Я ИГРАЮ В ФАРМАЦЕВТА.  
ЖИДКОСТЬ В СКЛЯНКАХ  
РАЗЛИТА.  
ПОРОШКИ, ТАБЛЕТКИ, МАЗИ,  
И МИКСТУРЫ У МЕНЯ.





**ЗДОРОВЬЕ, СИЛА, ЛОВКОСТЬ-  
ВОТ СПОРТА ПЛАМЕННЫЙ ЗАВЕТ  
ПОКАЖЕМ НАШУ ДРУЖБУ, СМЕЛОСТЬ  
ВЕСЕЛЫМ СТАРТАМ ШЛЕМ ПРИВЕТ!**



**САНЬКЕ – САНКИ, ЛИЗЕ – ЛЫЖИ,  
КОЛЬКЕ - КЛЮШКИ И КОНЬКИ.  
НАСТУПИЛИ ДЛЯ ДЕТИШЕК  
БЛАГОДАТНЫЕ ДЕНЬКИ.**



**А ЗИМОЙ, КОГДА МОРОЗ,  
ТЫ НЕ КУТАЙ СИЛЬНО НОС.  
С ЛЫЖАМИ ДРУЖИ, С КОНЬКАМИ,  
ЗАНЯТ БУДЕШЬ ТЫ ДЕЛАМИ.  
БЕГ В ПРИРОДЕ – ТОЖЕ ТРУД,  
ВСЕ БОЛЕЗНИ ПРОЧЬ УЙДУТ.**

## Лепка - «Что умеют наши руки»



РУКИ КВЕРХУ ПОДНИМАЕМ,  
А ПОТОМ ИХ ОПУСКАЕМ,  
А ПОТОМ К СЕБЕ ПРИЖМЕМ,  
А ПОТОМ ИХ РАЗВЕДЕМ,  
А ПОТОМ БЫСТРЕЙ, БЫСТРЕЙ,  
ХЛОПАЙ, ХЛОПАЙ ВЕСЕЛЕЙ.



Я ЛЕПЛЮ ИЗ ПЛАСТИЛИНА,  
ПЛАСТИЛИН НИЖНЕЙ, ЧЕМ ГЛИНА.  
Я ЛЕПЛЮ ИЗ ПЛАСТИЛИНА  
КУКОЛ, КЛОУНОВ, СОБАК.



**В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ЗАЛЕ МЫ -  
ДРУЖНО ЗАНИМАЕМСЯ!  
СТАТЬ МЫ СИЛЬНЫМИ - ДОЛЖНЫ!  
ВОТ МЫ КАК СТАРАЕМСЯ!  
ДЛЯ МАССАЖА, ДЛЯ ОСАНКИ –  
ВАЛИКИ И МЯЧИКИ!  
ВОТ СПОРТИВНЫЕ КАКИЕ  
ДЕВОЧКИ И МАЛЬЧИКИ!**



# Художественное творчество

И В ДЕСЯТЬ ЛЕТ, И В СЕМЬ, И В ПЯТЬ  
ВСЕ ДЕТИ ЛЮБЯТ РИСОВАТЬ.  
И КАЖДЫЙ СМЕЛО НАРИСУЕТ  
ВСЁ, ЧТО ЕГО ИНТЕРЕСУЕТ.  
ВСЁ ВЫЗЫВАЕТ ИНТЕРЕС:



ДАЛЕКИЙ КОСМОС, БЛИЖНИЙ ЛЕС,  
ЦВЕТЫ, МАШИНЫ, СКАЗКИ, ПЛЯСКИ...  
ВСЕ НАРИСУЕМ! БЫЛИ Б КРАСКИ,  
ДА ЛИСТ БУМАГИ НА СТОЛЕ,  
ДА МИР В СЕМЬЕ И НА ЗЕМЛЕ.

**КУШАЙ ОВОЩИ, ДРУЖОК,  
БУДЕШЬ ТЫ ЗДОРОВЫМ!  
ЕШЬ МОРКОВКУ И ЧЕСНОК,  
К ЖИЗНИ БУДЬ ГОТОВЫМ!**



**РАЗ – НАЛЕВО, ДВА – НАПРАВО,  
ТРИ – НАВЕРХ, ЧЕТЫРЕ – ВНИЗ.  
А ТЕПЕРЬ ПО КРУГУ СМОТРИМ,  
ЧТОБЫ ЛУЧШЕ ВИДЕТЬ МИР.**

**ЧТОБ ЗДОРОВЬЕ СОХРАНИТЬ,  
ОРГАНИЗМ СВОЙ УКРЕПИТЬ,  
ЗНАЕТ ВСЯ МОЯ СЕМЬЯ  
ДОЛЖЕН БЫТЬ РЕЖИМ У ДНЯ.**



# Ручной труд

КТО НА СВЕТЕ САМЫЙ ГЛАВНЫЙ,  
САМЫЙ ДОБРЫЙ, САМЫЙ СЛАВНЫЙ?  
КТО ОН?  
КАК ЕГО ЗОВУТ?  
НУ, КОНЕЧНО,  
ЭТО ТРУД!



**ЕСТЬ НА ПАЛЬЦАХ НАШИХ НОГТИ,  
НА РУКАХ — ЗАПЯСТЬЯ, ЛОКТИ.  
ТЕМЯ, ПЛЕЧИ, ЛОБ И ГРУДЬ  
И ЛОПАТКИ НЕ ЗАБУДЬ.  
БЕДРА, ПЯТКИ, ДВОЕ СТОП,  
ГОЛЕНЬ И ГОЛЕНОСТОП.  
ЕСТЬ КОЛЕНИ И СПИНА,  
НО ОНА ВСЕГО ОДНА.**



**ЕСТЬ У НАС НА ГОЛОВЕ  
УХА ДВА И МОЧКИ ДВЕ.  
БРОВИ, СКУЛЫ, И ВИСКИ,  
И ГЛАЗА, ЧТО ТАК БЛИЗКИ.  
ЩЕКИ, НОС И ДВЕ НОЗДРИ,  
ГУБЫ, ЗУБЫ – ПОСМОТРИ!  
ПОДБОРОДОК ПОД ГУБОЙ.  
ЭТО ЧЕЛОВЕК ТАКОЙ.**



**МЫ ВСЕ ПОЕМ, МЫ ВСЕ ТАНЦУЕМ,  
И ОТ ТОГО НАМ ЖИТЬ НА СВЕТЕ  
ВЕСЕЛЕЙ!**

**МЫ ВСЕ ПОЕМ, МЫ ВСЕ ТАНЦУЕМ,  
НАШ ДЕТСКИЙ САД ТАЛАНТЛИВЫХ  
ДЕТЕЙ!**



# Спасибо за внимание

