

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Кургана  
«Детский сад № 129 «Антошка»

# Проект «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»

**Выполнила: Кожевникова Елена Валентиновна- воспитатель  
группы №5 «Звездочка»  
ноябрь, 2014год**

# Паспорт проекта:

- По характеру создаваемого продукта:
  - практико-ориентированный;
- По количеству создателей:
  - групповой;
- По количеству детей, вовлеченных в проект:
  - групповой (27детей);
- По продолжительности:
  - краткосрочный (4 недели);
- По уровню контактов и масштабам организации:
  - на уровне образовательного учреждения;
- Направленность проекта:
  - практическая;
- Форма предоставления:
  - слайдовая презентация



**ЦЕЛЬ :** ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ.

## **Задачи:**

- Формировать у детей 4-5 лет элементарные представления о человеческом организме;
- Формировать понимание необходимости заботиться о своём здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни;
- Формировать представления о том, что полезно и что вредно для организма;
- Воспитывать привычку и потребность в ЗОЖ;
- Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.



## 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 – основной технологический.
- III этап – заключительный (результативный).
- IV этап – презентационный.



# ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

- Определение темы проекта.
- Определение цели и задач.
- Определение сроков реализации.
- Определение способа сбора и анализа информации.
- Подборка детской и методической литературы, картин, грамзаписей, дидактических игр, иллюстраций и др.
- Спланирован комплекс мероприятий для детей, родителей и педагогов.



# ИГРОВЫЕ ПЕРСОНАЖИ - ЧЕВОСТИК И ПОВАР ПОВАРЕШКИН



# ОСНОВНОЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ЭТАП.

- Совместно с детьми и игровым персонажем Чевостиком обозначена проблема: *почему люди болеют и что надо сделать, чтобы быть здоровым, сильным и выносливым?*
- С детьми неоднократно проводились беседы о здоровье и здоровом образе жизни. Дети искали ответ на вопросы: *что такое здоровье? Что необходимо знать о здоровье? Какие правила надо соблюдать, чтоб быть здоровым? Как работает человеческий организм? Как вести здоровый образ жизни?*
- Дети совместно с игровым персонажем поваром Поварешкиным *расширили свои знания и представления о продуктах питания, их влиянии на организм человека.*
- *Коммуникативный вид деятельности, форма организации беседа с детьми*
- «ЗДОРОВЬЕ – ЭТО...»
- «Что такое – здоровый организм и кто такой здоровый человек?»
- Как помочь себе оставаться здоровым?
- *Работа с родителями: анкетирование.*





# РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ:

- Консультации для воспитателей на тему:  
«Формирование ЗОЖ у детей дошкольного возраста».(см.прил. №1)  
«Особенности проведения бодрящей гимнастики после сна» (см. прил.№2)
- Деловая игра для педагогов -  
«Мы - за здоровый образ жизни!» (см.прил. №3)



# РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:

- Проведение анкетирования «Условия здорового образа жизни в семье».
- Проведение консультации на тему «Значение семейного досуга как средство укрепления здоровья детей»
- Поиск информации по теме «Витамины вокруг нас!»
- Оформление «Уголка здоровья» (для родителей). (Для размещения полезной информации о сохранении здорового образа жизни).
- Проведение родительского собрания «Бережем здоровье с детства, или 10 заповедей здоровья».
- Оформление паспорта здоровья на каждого ребенка.
- Создание фото-газеты «Мы любим спорт!».
- Конкурс «Лучшая дорожка для закаливания».



# Конкурс «Дорожка здоровья»



Уголок здоровья  
для родителей



# РАБОТА С ДЕТЬМИ:

Проведение серии НОД (формирование элементарных представлений о человеческом организме):

- Внешнее строение человека.
- Скелет человека.
- Познакомимся со своей кожей.

В процессе занятий проводится ряд экспериментов

- Что может чувствовать кожа.



# РАБОТА С ДЕТЬМИ:

Двигательная деятельность, форма организации - подвижные игры

- Проведение различных спортивных подвижных игр и игр малой подвижности.
- Проведение НОД по физкультуре.
- Проведение соревнований «Самый быстрый», «Самый меткий», «Самый ловкий».

После дневного сна проведение закаливания различными способами

- сухое босохождение по дорожке здоровья, сон без маечек, умывание, коррегирующая гимнастика после сна, дыхательная гимнастика.





# ЗДОРОВЬЕ В ПОРЯДКЕ - СПАСИБО ЗАРЯДКЕ



# ЗАКАЛИВАНИЕ





# СПОРТИВНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ





# РАБОТА С ДЕТЬМИ:

## Коммуникативная деятельность -

- Беседы о здоровье и необходимости ведения здорового образа жизни.
- Викторина «Самый умный» - отгадывание загадок о своём организме.
- Создание памятки о здоровом образе жизни «Правила здорового образа жизни».
- Дидактическая игра «Магазин полезных продуктов». Игровое задание: «Полезные и вредные продукты», «Объедини в группы».
- С/р игры: «Больница», «Таня простудилась»

## Познавательно – речевая деятельность

Просмотр советских мультфильмов: «Айболит», «Мойдодыр» и мультфильмов о спорте «Необыкновенный матч» и их словесный анализ.



# Беседы о здоровье



# Дид.игра «Магазин полезных продуктов»

# ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Правила здорового образа жизни





# РАБОТА С ДЕТЬМИ:

## Продуктивная деятельность:

- Аппликация «Овощи и фрукты».
- Рисование «Занимаемся спортом».
- Лепка «Морковка для зайчика».
- Творческое конструирование - «Олимпийский стадион».

## Анализ художественной литературы

- Чтение и заучивание потешек по воспитанию культурно-гигиенических навыков .
- Русская народная сказка «Пых»,
- Чтение произведений К. Чуковского «Айболит», «Федорино горе».



# **ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ (РЕЗУЛЬТАТИВНЫЙ) ЭТАП**

## **Продукт деятельности проекта**

- Создание «Паспорта ребенка».
- Оформление выставки рисунков детей «В здоровом теле – здоровый дух».
- Организация фото-газеты «Мы любим спорт».
- Оформление «Уголка здоровья».

## **Итоговые мероприятия**

- Проведение родительского собрания «Бережем здоровье с детства, или 10 заповедей здоровья».



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

