

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 38 муниципального образования Тимашевский район

# Проект «Здоровячок»



Автор: Богуш С.А.

**«Забота о здоровье – это важнейший  
труд воспитателя.**

**От жизнерадостности, бодрости детей  
зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие,  
прочность знаний, вера  
в свои силы».**

***В. А. Сухомлинский***

# Выбор темы:

Однажды несколько детей из группы не пришли в детский сад. Дети стали спрашивать, почему нет их друзей. Когда они узнали, что ребята заболели, стали задавать вопросы: «почему люди болеют?», начали рассуждать, что нужно делать, чтобы не болеть.

Так и начался проект «Здоровячок».

# *Что говорят дети?*

*Дима: нельзя много есть таблеток*

*Андрей: здоровье –это когда человек не болеет*

*Лера: когда человек активный, не болеет и чувствует себя хорошо*

*Полина: чтобы не болеть, нельзя есть чипсы и кириешки*

*Саша: нельзя пить Кока-колу*

*Макар: чтобы быть здоровым, нужно делать зарядку*

*Даша: чтобы были крепкие косточки надо есть творог*

*Алена: нельзя есть много мороженого*

*Кирилл: нужно чистить зубы, а то будет кариес*

*Денис: нельзя есть много конфет, а то будет болеть живот и будут дырки в зубах*

*Рома: если заболел, надо идти в больницу.*

# Актуальность проекта

Здоровье – это сложное понятие, которое включает характеристики физического и психического развития человека. В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед коллективом нашего сада.

Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

С самого раннего возраста надо приучать дошкольника заботиться о своём здоровье. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребенка? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это надо начинать? Дошкольный возраст является решающим в

**Цель проекта – : Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствование физкультурно-оздоровительной работы с детьми, приобщение к здоровому образу жизни.**

**Поставленная цель осуществляется через решение следующих задач:**

- ✓ продолжить работу по улучшению условий физического развития детей;
- ✓ осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам оздоровления детей, профилактики заболеваемости;
- ✓ формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности;
- ✓ воспитание у физически слабых и малоактивных детей уверенности в своих силах и повышение их двигательной активности;
- ✓ осуществление единого понимания и подхода к оздоровительно – закалывающей системе воспитания детей и единства действий родителей и всего персонала группы ДОУ (физкультура и закалывающие мероприятия каждый день, облегченная одежда, режим дня).

# Участники проекта

ДЕТИ

Сроки реализации проекта:  
январь-февраль 2017 г

ПЕДАГОГИ

РОДИТЕЛИ

## **Ожидаемые результаты:**

- создание и поддержание положительного микроклимата в группе;
- осознание детьми в соответствии с возрастом смысла здорового образа жизни, овладение разнообразными видами двигательной активности и закаливания;
- осознание взрослыми и детьми понятия «здоровья» и влияния образа жизни на физическое состояние человека;



## **Организация режима детей по сохранению и укреплению их здоровья:**

- ❖ подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики,
- ❖ для организации игр между занятиями;
- ❖ организация самостоятельной двигательной активности детей в группе;
- ❖ оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности, оздоровлению, закаливанию детей.

# Работа с детьми

- ✓ Беседы «Кто нас лечит?», «Чтобы быть здоровым», «Здоровая полноценная пища».
- ✓ Познавательные занятия «Путешествие в страну Витаминию», «Почему так?», «Чудесная ягода».
- ✓ Чтение художественной литературы, сказки с последующим обсуждением.
- ✓ Просмотр презентаций, мультфильмов по теме «Здоровье и спорт», «Закаливание».
- ✓ Спортивное развлечение «Спортивная семья».
- ✓ Сюжетно-ролевая игра «Хочу стать доктором».

# Работа с

## родителями

- ✓ Анкетирование «Здоровый образ жизни ребенка».
- ✓ Консультации, памятки, рекомендации. («Витамины здоровья», «Чистота и здоровье», «Растим детей здоровыми»)
- ✓ Выпуск дневника народных рецептов с помощью родителей «Дневничок-здоровячок»
- ✓ Сбор иллюстративного материала о здоровом образе жизни (оформление альбома).
- ✓ Презентация проекта «ЗДОРОВЯЧОК».

# «Чудесная ягода»



# «Правильное питание или как мы делали фруктовый салат»



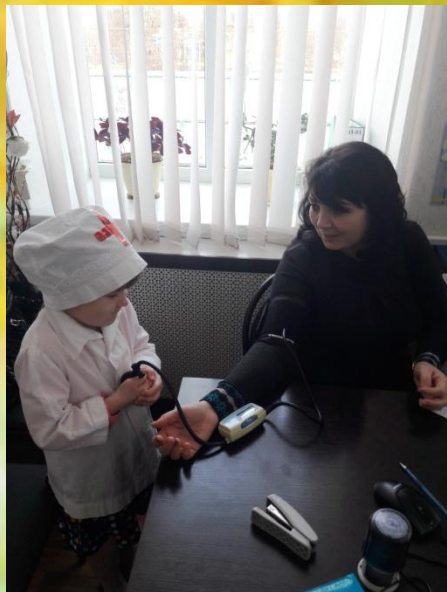
# Употребление в пищу витаминов



# «Спортивная семья»



# «Хочу стать доктором!»





# «Путешествие в страну «Витаминию»»



# БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!



*Спасибо  
за внимание !*

