


**Образовательный  
проект «По радуге  
здоровья»**

**Средняя группа №3**

**Выполнила воспитатель  
Крамаренко Татьяна  
Вячеславовна**

A colorful illustration of seven diverse children of various ethnicities and ages, smiling and holding up a white banner. The children include a girl with pigtails, a girl with blonde hair, a boy with a red cap, a girl with glasses, a girl with a green shirt, a girl with a pink headband, and a girl with a yellow shirt.

Наука утверждает,  
что у каждого человека есть  
резервы здоровья, которые он  
должен научиться использовать.

Поэтому сущность ОЗОЖ  
выражается девизом:

**«Человек, познай и сотвори  
себя сам!»**



# ПАСПОРТ ПРОЕКТА

**НАЗВАНИЕ  
ПРОЕКТА**



**«По радуге здоровья»**

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ  
ПРОЕКТА**



**1 неделя  
(19 февраля- 27 февраля)**

**ТИП ПРОЕКТА**



**Познавательный,  
здоровьесберегающий**

**УЧАСТНИКИ  
ПРОЕКТА**



**Дети средней группы,  
родители, воспитатель.**

A decorative border surrounds the slide, featuring a repeating pattern of sports-related icons: a basketball, a volleyball, a football, a tennis racket, a tennis ball, a badminton racket, a pair of glasses, and a pair of shoes. The icons are arranged in a circular pattern along the top and bottom edges, and vertically along the left and right sides.

## АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является актуальной, в связи с ухудшением здоровья детей. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок. Развитие детей и улучшение их здоровья в процессе воспитания и обучения в дошкольных образовательных учреждениях – одна из актуальных задач современной педагогики.

Негативный пример образа жизни родителей и их некомпетентность в вопросе воспитания ОЗОЖ.



## ПРОБЛЕМА

- Генетическая наследственность;
- Последствия родовых травм;
- Воздействие негативной окружающей среды на детский организм;
- Недостаточно знаний о здоровом образе жизни.

A decorative border surrounds the slide, featuring a repeating pattern of sports-related icons: a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red and white tennis racket, an orange basketball, a white and yellow soccer ball, a blue and yellow badminton racket, and a red and white tennis racket. The background is light blue with a subtle pattern of white sunburst-like shapes.

**ГЕНЕРАЦИЯ ИДЕЙ**



«В гостях у Мойдодыра»



«Движение – это жизнь»



«По радуге здоровья»

# Выбор варианта проекта «По радуге здоровья»

## **Цель проекта:**

Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

## **Задачи проекта:**

- Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of sports-related icons: a tennis racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red and white tennis ball, a white and yellow soccer ball, an orange basketball, a tennis racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red and white tennis ball, and a white and yellow soccer ball. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of small white sunburst-like shapes.

## Предполагаемые результаты:

- Организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе;
- Сформированность гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни;
- Повышение компетентности родителей в области здоровья и здоровьесбережения .



A group of seven diverse children are holding a white banner. From left to right: a girl with brown hair in pigtails with pink flowers, a girl with blonde hair and purple flowers, a boy with a red cap and orange shirt, a girl with blonde hair and blue bows, a girl with brown hair and a green shirt, a girl with dark skin and curly hair and a pink headband, and a girl with brown hair and an orange shirt. The banner is white with a blue border and contains the text 'Девиз проекта' in red.

## Девиз проекта

У здоровья семь цветов-  
Спектр Радуги готов!  
Радуюсь каждому новому дню,  
Здоровье с детства я берегу!

A decorative border surrounds the slide, featuring a repeating pattern of sports-related icons: a tennis racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red and white tennis ball, a white soccer ball, a wooden tennis racket, an orange basketball, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red and white tennis ball, and a white soccer ball. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of small white sunburst-like shapes.

## ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Анкетирование родителей «О здоровье всерьез».  
Информирование о начале проектной деятельности.

По результатам анкетирования было выявлено, 35% родителей, имеют представления об аспектах ОЗОЖ, способствующие оздоровлению ребенка.



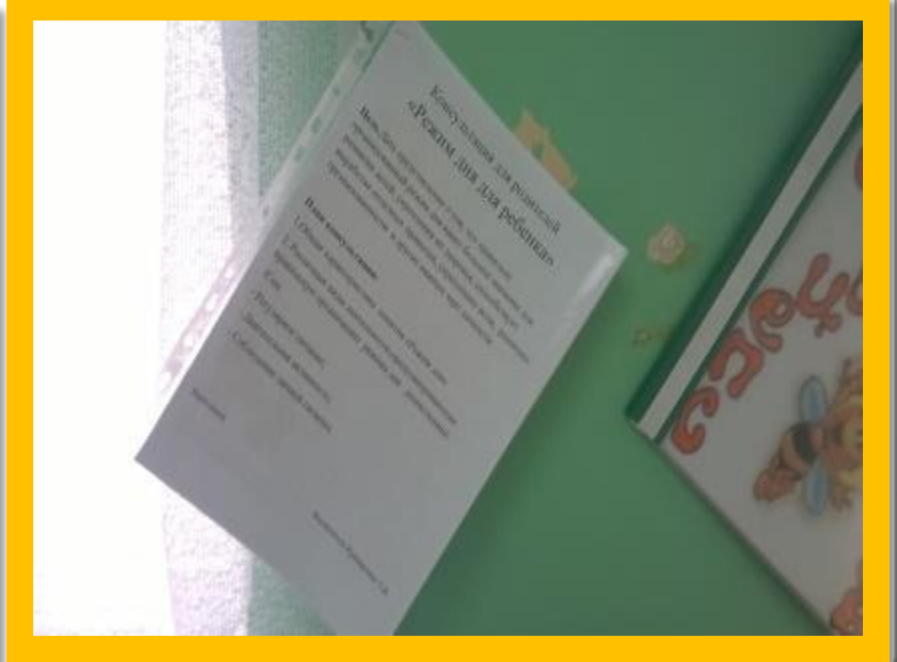
# РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

## Работа с родителями

1. Беседа «Профилактика гриппа»
2. Консультации для родителей: «Режим дня для ребенка», «Формирование навыков правильной осанки», «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека»
3. Оформление фотоальбома «Движение- это жизнь»
4. Изготовление книжек- малышек «О здоровом питании»
5. Папка –передвижка «Зимние игры и забавы на Руси»
6. Изготовление памятки для родителей «О здоровье всерьез»
7. Родительское собрание «О здоровье – всерьёз»

# ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ





# ФОТОАЛЬБОМЫ



# КНИЖКИ- МАЛЫШКИ «Здоровое питание»





# Предметно- развивающая среда

- Пополнение картотеки дидактическими играми по ОЗОЖ;
- Пополнение картотеки стихов, загадок, пословиц про спорт, личную гигиену, продукты здорового питания;
- Приобретение и выполнение дидактических игр по ОЗОЖ;
- Изготовление нестандартного спортивного оборудования для профилактики нарушения осанки и плоскостопия.

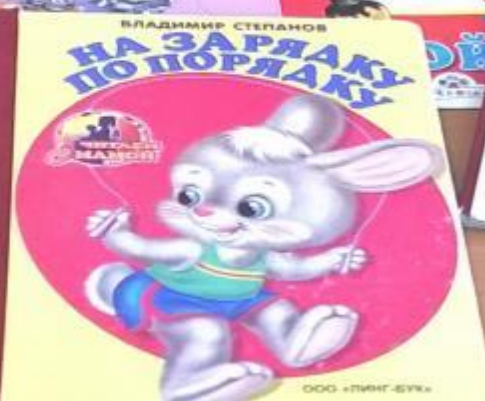


# ЦЕНТР ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР





# КНИЖНЫЙ ЦЕНТР



# Сборник рассказов о здоровье «Радуга здоровья»

Сборник рассказов о здоровье

«Радуга здоровья»



## «Про тебя самого»

Послушай, что я расскажу тебе о твоём организме. Когда ты укунешь палец, то у тебя выступит капля крови, но это не просто капля. Ты увидишь, что она красного цвета и толстая. А между тем, в этой капле происходят удивительные вещи. В ней живут красные и белые человечки. Красные человечки очень расторопные: спешат, бегают и разносят всем органам кислород, без которого человек не может жить. А белые человечки – настоящие воины. Когда в наш организм проникают микробы, которые вызывают грипп, ангину, скарлатину и другие болезни, белые человечки собираются в отряды и мчатся на войну с ними. Много их погибает, но зато и микробы уничтожаются. Вот ты и выздоравливаешь. Вот такая интересная жизнь происходит у тебя внутри.



# ЦЕНТР ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ



центр психологической  
разгрузки



A decorative border surrounds the page, featuring a repeating pattern of various sports-related icons: a tennis racket, a volleyball, a football, a pair of red boxing gloves, a soccer ball, a tennis racket with a tennis ball, a basketball, a pair of blue glasses, a volleyball, a football, a pair of red boxing gloves, and a soccer ball. The background is light blue with a subtle pattern of small white sun-like motifs.

Работа с детьми:

- Сюжетно- ролевая гимнастика;
- Игры с использованием массажных мячиков;
- Физкультминутки;
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- Гимнастика пробуждения;
- Хождение по «дорожкам здоровья»;
- Пальчиковая гимнастика.

# РАССМАТРИВАНИЕ ФОТОАЛЬБОМОВ





## РАБОТА В КНИЖНОМ ЦЕНТРЕ











# ИЗГОТОВЛЕНИЕ КОЛЛАЖА «РАДУГА ЗДОРОВЬЯ»



# «РАДУГА ЗДОРОВЬЯ»



The slide features a decorative border of various icons related to sports and education. The icons include a tennis racket, a soccer ball, a basketball, a volleyball, a football, a pair of glasses, and a pair of scissors, arranged in a repeating pattern along the top and bottom edges. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of small white dots.

# Результативность:

- У детей сформировались элементарных представлений о здоровом образе жизни;
- Осознание ребёнком необходимости и значимости здорового образа жизни;
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта. Родители стали активными участниками образовательного процесса.



A hand is shown from the bottom, cupping a large, glowing sun. The sun is bright yellow and orange with a textured, fibrous appearance. The background is a clear blue sky with scattered white clouds. The overall scene is bright and positive.

**Мы за здоровый  
образ жизни!**

Солнышко моё!