

ПРОЕКТ

**«Мы здоровье бережем –
крепкими и сильными растем!»**
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ «ЛУЧИК»

Воспитатели: В.В. Хатанзейская
Г.Ю. Несговорова



ПАСПОРТ ПРОЕКТА

1. Название проекта «Мы здоровье бережем – крепкими и сильными растем»
 2. Вид проекта: информационно - практико - ориентированный
 3. Продолжительность проекта: средней продолжительности
 4. Участники проекта: дети, родители, воспитатели, специалисты учреждения.
 5. Актуальность темы. Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Сегодня важно формировать и поддерживать у родителей интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Помочь понять им, что здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие. Наряду с работой по закаливанию, формированию культурно-гигиенических навыков и основных движений в этих программах ставится задача обучения ребенка заботе о своем здоровье и безопасности. Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития представляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью.
«Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам» — так гласит восточная мудрость.
Наша задача, как педагогов — научить детей покорять эту вершину.
Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом. С сильным умом, в сильном теле можно добиться любых успехов, любых высот.
- 

6. Цель проекта: создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья, через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни.

7. Задачи проекта.

Образовательные:

- приобщать детей к здоровому образу жизни;
- расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих и средствах его укрепления;

Развивающие:

- развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей;
- развивать у детей умения выбирать продукты питания не только по вкусовым качествам, но и по их полезным свойствам для здоровья человека.

Воспитательные:

- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни
- воспитывать полезные привычки, осознанное, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

8. Предполагаемый результат.

- обеспечена психолого-педагогическая поддержка семьи и повышена компетентность родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

9. Продукт проектной деятельности:

- изготовлены игры «Собери картинку», «Видим, слышим, ощущаем», «Конструирование тела» («Что у нас внутри?»), «Органы чувств»
- выставка детско-родительских коллажей «Полезные и вредные продукты»;
- выставка коллажей «Полезные и вредные продукты».

10. Этапы реализации проекта

№ п/п	Этапы	Цель	Сроки
1.	Предварительный (мониторинг знаний детей, анкетирование родителей, изучение литературы, подготовка материала)	Ознакомление детей и родителей с темой, целью и задачами проекта. Подборка материала, иллюстраций, изготовление игр, альбомов.	13.11.– 15.11.24
2.	Основной	Реализация запланированных мероприятий	18.11. – 28.11.24
3.	Заключительный (подведение итогов работы по проекту)	Подведение итогов работы в проекте, анализ полученных результатов деятельности, определение перспективы на будущее.	29.11. – 3.12.24

11. План мероприятий

	Форма проведения	Тема мероприятия	Направление (область)
1	Беседы	«ЗОЖ – что это такое?» «Скажи здоровью «да!» «Правильная еда» «Спорт в жизни человека» «Мама, папа, я - здоровая семья» «Как быть здоровым» «Где живут витамины?» «Солнце воздух и вода – наши лучшие друзья» «Скажи «Нет!» вредным привычкам» «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» «Что такое гигиена?» «Путешествие к королеве Зубной Щетке».	Социально-коммуникативное развитие Познавательное развитие Речевое развитие
2	Презентации	«Что такое ЗОЖ?» «Мой режим дня» «Алгоритм чистки зубов» «Мой режим дня»	Познавательное развитие Речевое развитие
	Практикум	«Окажи первую помощь при ушибе (кровотечении)»	Познавательное развитие

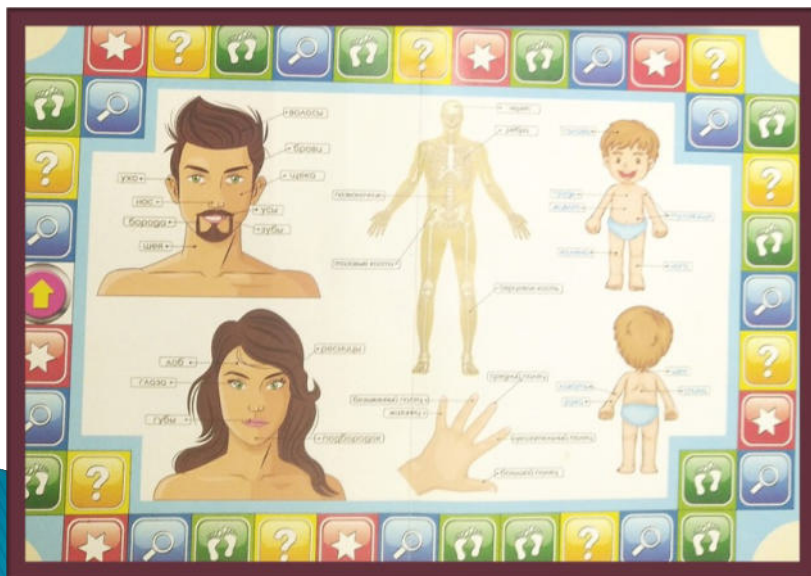
3	СОД	Рисование «Утренняя гимнастика с Умкой» Лепка «Спортсмены» Аппликация «Витамины на тарелке»	Социально-коммуникативное развитие Познавательное развитие Художественно-эстетическое развитие
4	Д/игры	«Назови предметы», «Когда ты это делаешь», «Вредно-полезно», «Кто больше знает», «Много - мало», «Что у нас внутри?», «Я принимаю душ», «Я умываюсь», «Мое тело», «Чтобы зубы были крепкими» «Угадай вид спорта» «Спортивное домино» «Вредно – полезно» (глазу, уху, носу, легким, зубам, горлу)	Познавательное развитие Речевое развитие
5	Н/п игры	«Конструирование тела» («Что у нас внутри?»), «Органы чувств»	Познавательное развитие Речевое развитие
6	М/фильмы	«Азбука здоровья» «Про здоровье, гигиену и зарядку»	Познавательное развитие
7	ЧХЛ	А.Иванов «Как Хома зимой купался» В.Голявкин «Про Вовкину тренировку» В. Суслов «Про Юру и физкультуру» Е. Кан «Наша зарядка» М. Витковская «О том, как мальчуган здоровье закалял» Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»	Познавательное развитие Речевое развитие

8	Гимнастики	Пальчиковая «Пирог пшеничные» Зрительная: комплекс упр. Психогимнастика: «Дружная семья», «Два друга». Дыхательная: Комплекс дыхательной гимнастики «На прогулке» Утр.г-ка: комплекс № 2. Бодрящая г-ка: комплекс № 6 «Веселый зоопарк».	
9	Взаимодействие с семьями воспитанников	ПП: «Здоровый образ жизни семьи» Привлечение родителей для участия в утренней г-ке на свежем воздухе и флешмобе «В здоровом теле – здоровый дух» Коллаж «Полезная и вредная еда»	

**В ИГРЫ РАЗНЫЕ ИГРАЛИ,
ВСЕ О ЗОЖ МЫ ЗАКРЕПЛЯЛИ!**







**Дома с родителями коллаж создавали,
Что вредно, а что полезно мы познавали!**



**БЕЗ ЗАПИНКИ МЫ ВСЕ ЗНАЕМ!
И БЕРЕЧЬ ГЛАЗА, ЗУБЫ, УШИ -
МЫ ВАС ПРИЗЫВАЕМ!**





КВН
«МЫ ВЫБИРАЕМ ЗДОРОВЬЕ!»
КОМАНДА «КРЕПЫШИ» и
КОМАНДА «ЗДОРОВЯЧКИ»







МЫ ВЫБИРАЕМ ЗДОРОВЬЕ!



БЛАГОДАРИМ
ЗА ПОМОЩЬ В РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА
СЕМЬИ:

Валерии Константиновой

Ярослава Галушкина

Миланы Калининой

Стефании Перваковой

Тимура Алиева

