Проект

«Я здоровье берегу, сам себе я помогу»

НАСЕЛЕННЫЙ ПУНКТ: г. Сыктывкар, Эжвинский район, Республика Коми.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА: 1 год

КООРДИНАТОР ПРОЕКТА: воспитатель Гриценко Жанна Кимовна, и воспитатель по физической культуре Мийна Татьяна Владимировна.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА: Расширить знания и представления детей о сохранении и укреплении здоровья.

ИСПОЛНИТЕЛИ: воспитатели и дети средней группы, родители.

СОЦИАЛЬНО – НРАВСТВЕННАЯ ПРОБЛЕМЫ: неосознанное отношение к своему здоровью.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ЭТАПЫ ПРОЕКТА | ЦЕЛИ | СОДЕРЖАНИЕ | РЕЗУЛЬТАТ |
| 1 ЭТАП:  Выведение проблемы | Выяснить значения здоровья для человека. | Чтение книги Н. Никитиной «На зарядку становись!» | Придти к выводу, что нужно беречь и сохранять своё здоровье. |
| 2 ЭТАП:  Постановка детской цели: | Узнать, что необходимо делать, чтобы сохранять и укреплять своё здоровье. |  |  |
| 3 ЭТАП:  Планирование детьми хода проекта совместно с воспитателем. | Определить содержание проекта | Беседа с детьми, откуда мы можем узнать, как сохранять своё здоровье? | Совместно составить схему. |
| 4 ЭТАП:  Деятельность по реализации проекта. | Формировать у детей представления о сохранении здоровья с раннего детства через закаливающие мероприятия, через принятие витаминов и через другие медицинские мероприятия.  Дать детям элементарные знания о сохранении и укреплении здоровья.  Продолжать расширять знания детей о сохранении и укреплении здоровья.  Продолжать расширять знания детей и их родителей о сохранении и укреплении здоровья, повысить роль родителей в воспитании ребенка. | 1.Экскурсия в медицинский кабинет.  2. Образовательная деятельность:  - Темы из цикла «Познай себя»  - «Уроки безопасности»  3. Рассматривание плакатов:  - «Правила личной гигиены»  - Фотоплакаты  4. Беседы:  «Правила поведения»  «Мой режим дня»  «Приятного аппетита»  5. Чтение книг:  - «Азбука здоровья»  - «Зелёная аптека» П. Синявский.  6. Просмотр мультфильмов  - «Мойдодыр»  - «Королева зубная щётка»  7. Привлечение других специалистов:  Посещение кружка спортивного направления «Фитбол – гимнастика»  8.Самостоятельная деятельность детей:  - Дидактические игры:  «Плохо - хорошо»  «Полезный, плохой холодильник»  Лото «Спорт»  - Рассматривание альбомов:  «Помоги себе сам»;  «Части тела»;  «Спорт»;  «Лекарственные растения»  -Сюжетно-ролевая игра «Больница»  9. Совместная деятельность детей и родителей, педагогов.  - Сбор иллюстраций для альбома «Помоги себе сам»  - Беседы с родителями:  «Группа здоровья»  «О пользе витамин в жизни ребёнка»  «Болезнь грязных рук»  «Опрятность – здоровье»  - Сбор лекарственных растений и подбор картинок.  - Сбор иллюстраций лекарственных растений.  - Сбор информации по сохранению и укреплению здоровья  - Изготовление чесночниц из киндера – сюрприза  -Семейный клуб выходного дня. | Сделать вывод, что здоровье надо сохранять и беречь с ранних лет.  Создать плакат «Малыш – крепыш»  Разработать пиктограммы по правилам безопасности.  Закрепить, через какие закаливающие мероприятия дети укрепляли и сохраняли своё здоровье.  Сделать игру «Полезный, плохой холодильник»  Создать альбом с иллюстрациями «Помоги себе сам»  Закрепить правила личной гигиены.  Укрепляли здоровье детей через посещение кружка  Закрепить знания о сохранении и укреплении здоровья, полученные в ходе проекта.  Познакомить родителей с группой здоровья их ребёнка.  Изготовить альбом «Гербарий» и составили экологическую тропу сбора растений.  Создать альбом для детей «Лекарственные растения»  Создать информационную папку для родителей «Оздоровление»  Сохранение и укреплять здоровья через посещение бассейна, лыжной базы, спортивных праздников и турпоходов. |
| 5. ЭТАП:  Презентация проекта | Закрепить знания детей, полученные в ходе проекта, Определить перспективы на будущее. | Поход «Свежий воздух и вода»  (дети, родители, воспитатели) | В ходе похода:  - закрепить полученные знания в ходе проекта;  -обсудить, что необходимо делать для сохранения и укрепления здоровья;  -составить таблицу «Я здоровье берегу, сам себе я помогу» (мероприятия по сохранению и укреплению здоровья)  - купаться и загорать. |

**«Я ЗДОРОВЬЕ БЕРЕГУ, САМ СЕБЕ Я ПОМОГУ»**

(МЕРОПРИЯТИЯ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ЧТО МЫ МОЖЕМ ДЕЛАТЬ САМИ. | ЧТО МЫ МОЖЕМ ДЕЛАТЬ С СОТРУДНИКАМИ ДЕТСКОГО САДА. | ЧТО МЫ МОЖЕМ ДЕЛАТЬ С РОДИТЕЛЯМИ. |
| - Соблюдать правила личной гигиены;  - Соблюдать правила безопасности;  - Соблюдать правила поведения;  - Делать зарядку. | - Закаливающие мероприятия;  - Витаминизация;  - Соблюдать режим дня;  - Следить за ростом (антропометрия)  - Образовательная деятельность по валиалогии;  - Посещать спортивные мероприятия;  - Проходить медосмотры;  - Следить за правильным питанием;  - Посещать спортивные кружки в детском саду. | - Закаливающие мероприятия;  - Витаминизация;  - Соблюдать режим дня;  - Следить за правильным питанием;  - Следить за чистотой тела;  - ЛФК  - Следить за одеждой, чтобы она была по сезону.  - Посещать спортивные мероприятия и кружки. |