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»- Фотоплакаты4. 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. |