

НРМДОБУ «Детский сад «Медвежонок»

# ПРОЕКТ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ  
ДОШКОЛЬНИКОВ

Будь  здоров!



The logo features a stylized human figure in blue and green, with arms raised. To the right of the figure, the text "Будь здоров!" is written in a blue and green font. The background of the slide is light blue with a decorative border of colorful sports icons (tennis balls, tennis rackets, soccer balls, basketballs, and hearts) around the perimeter.

**Будь здоров!**

**Цель:**

приобщение детей к здоровому образу жизни через организованную модель здоровьесбережения в ДОУ.

**Срок реализации:** 02.09. - 04.09.2020г.

Руководитель проекта: социальный педагог Гилева С.В.

Члены творческой группы:

воспитатели средней группы Бархатова А.В., Нурисламова И.Р.;  
воспитатели старшей группы Ванюшкина В.А., Огнёва Е.А.;  
воспитатель подготовительной группы Дмитрук И.Ю.

**Участники проекта:**

воспитанники НРМБОДУ «Медвежонок» в возрасте от 4 до 7 лет; педагоги; родители воспитанников.



## **Вид проекта:**

По продолжительности:

***краткосрочный;***

По доминирующей линии в проекте:

***практико-ориентированный;***

По содержанию:

***социально-педагогический;***

По характеру контактов:

***в рамках ДОУ;***

По количеству участников:

***фронтальный, групповой.***



### Проблема

Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания. Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска).

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление психофизического здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему. За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями.



## Будь здоров!

К сожалению, показатели состояния здоровья детей XXI века значительно снижаются, увеличивается количество ребят с хроническими нарушениями и серьёзными отклонениями в развитии. **В связи с этим образовательный вектор «Физическое развитие», с входящими в него компонентами «Здоровье» и «Физическая культура» являются ведущими в системе взаимодействия с дошкольниками.** В этом контексте преобладающим направлением оказывается воспитание привычки к ЗОЖ — освоение комплексных мер, нацеленных на сохранение здоровья, профилактику разного рода недугов, а также общее укрепление всего организма. В детском саду воспитание привычки к ЗОЖ у детей реализуется через все виды образовательной деятельности:

- непосредственно образовательную деятельность (занятия);
- досуговую образовательную деятельность (проведение утренников, спортивных соревнований, в том числе и с участием родителей);
- образовательную деятельность при выполнении распорядка дня (на прогулках, при выполнении зарядки и пр.).



**Будь здоров!**

**Подготовительный этап**

<b>№</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Сбор и анализ информации	Социальный педагог воспитатели
2.	Определение цели и задач проекта. Создание творческой группы.	Социальный педагог воспитатели
3.	Разработка проекта.	Социальный педагог творческая группа
4.	Информирование и привлечение Родителей к участию в проекте.	воспитатели



**Будь здоров!**

## Основной этап

### День первый

#### «В здоровом теле - здоровый дух!»

*Музыкальная зарядка* (средняя, старшая, подготовительная группа)

*Беседы:*

«Витамины я люблю- быть здоровым я хочу», «Правильная и здоровая пища», «Витамины и здоровье», «Как вести себя за столом», «Человек и его здоровье», «На зарядку становись», «Уход за зубами».

«Спортивные игры».

*Рассматривание картинок* «Виды спорта», «Спортивные атрибуты»

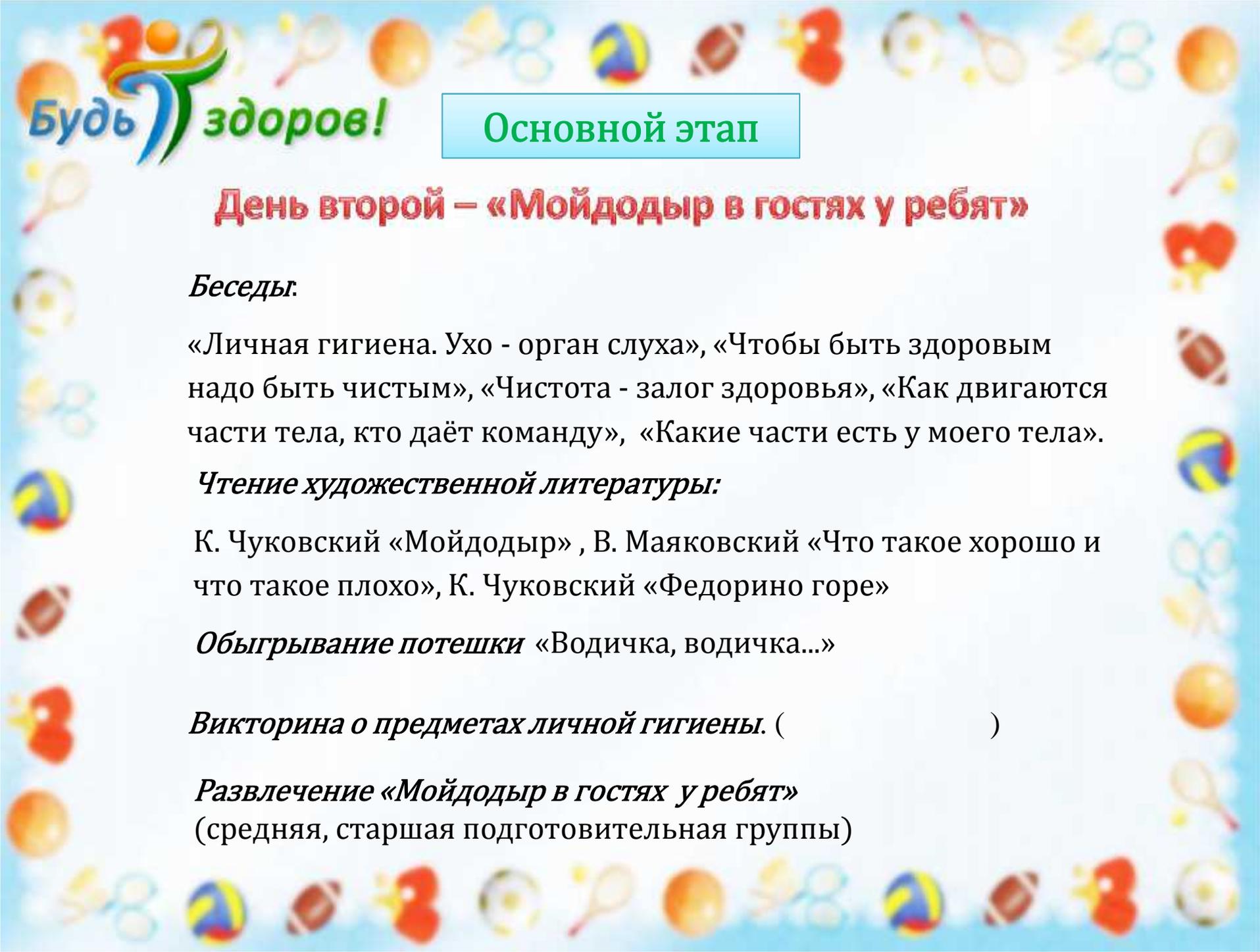
*Игры:*

Игра с мячом «Какие виды спорта вы знаете?»

Подвижные игры: «Бегите к флажку» «Самолеты», «У медведя во бору»

Игра-забава «Навстречу солнышку», «Не переползай линию», «Найди флажок».

*Аппликация «Зарядка»* (подготовительная группа)



**Будь здоров!**

## Основной этап

### День второй – «Мойдодыр в гостях у ребят»

#### *Беседы:*

«Личная гигиена. Ухо - орган слуха», «Чтобы быть здоровым надо быть чистым», «Чистота - залог здоровья», «Как двигаются части тела, кто даёт команду», «Какие части есть у моего тела».

#### *Чтение художественной литературы:*

К. Чуковский «Мойдодыр», В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», К. Чуковский «Федорино горе»

*Обыгрывание потешки «Водичка, водичка...»*

*Викторина о предметах личной гигиены.* ( )

*Развлечение «Мойдодыр в гостях у ребят»*  
(средняя, старшая подготовительная группы)



**Будь здоров!**

**Основной этап**

**День третий – «Если хочешь быть здоров...»**

*Утренняя гимнастика.*

*Дыхательная гимнастика.*

*Игровая ситуация «У каждого свое полотенце».*

*Подвижные игры:*

«Разрешается - запрещается», «Части тела», «Весело и грустно».

*Чтение художественной литературы:*

И. А.Крупнова «Витаминная сказка», С. Капитукян «Маша обедает».

*Олимпиада «Сохраним свое здоровье» ( )*

Будь здоров!

## Взаимодействие с родителями

Памятка «Правильная осанка»



Спортивный фото-флешмоб «Будь здоров!»

Будь здоров!

# МУЗЫКАЛЬНАЯ ЗАРЯДКА



Будь здоров!

# Беседы, рассматривание иллюстраций



Будь здоров!

# Игры, упражнения



Будь здоров!

# Игры, упражнения



Будь здоров!

# Игры, упражнения



Будь здоров!

# Игры, упражнения



Будь здоров!

# АППЛИКАЦИЯ «ЗАРЯДКА»



Будь здоров!

# ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА



Будь здоров!

МОЙДОДЫР В ГОСТЯХ У РЕБЯТ



A decorative border surrounds the page, featuring various sports-related icons such as tennis rackets, basketballs, soccer balls, and hearts, set against a light blue background.

**Будь здоров!**

**Наш проект - результат творческой деятельности детей, родителей, воспитателей детского сада.**

Особенностью проекта является единое воспитательно-образовательное пространство, созданное на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДООУ с родителями. Это залог успешной работы с детьми.

Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней - помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести здоровый образ жизни, ценили свое здоровье и здоровье окружающих.