

МКОУ «ОСОШ им. В.Д. Успенского»  
Структурное подразделение детский сад «Берёзка»

**Проект**  
**«Сохраним свое здоровье»**  
**в подготовительной группе**



*Подготовили  
воспитатели:  
Кулешова А.Ю.  
Катахова Ф.С.*

## *Актуальность:*

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

- **Тип:** информационно-практико-ориентированный.
- **Участники:** дети подготовительной группы, их родители, воспитатели, медсестра.
- **Сроки реализации:** долгосрочный (8 месяцев).





## *Проблема:*

*«Недостаточная заинтересованность  
детей и родителей в сохранении и  
укреплении своего здоровья»*





**Цель:** заинтересовать детей и родителей в понимании необходимости заботиться о своём здоровье, беречь его, вести здоровый образ жизни.

## *Задачи проекта:*

- Развивать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей, желание заботиться о своем здоровье.*
- Заинтересовать детей в выборе поведения, поступков, приносящих пользу здоровью.*
- Воспитание у всех участников проекта активной жизненной позиции, направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.*

## ***Ожидаемые результаты по проекту:***

- *Снижение заболеваемости среди детей.*
- *Создание благоприятной образовательной среды, способов сохранения здоровья, воспитание и развитие личности.*

### ***Для детей:***

- *Благотворное влияние на развитие речи, расширение кругозора, физических, нравственных качеств.*
- *Выработка форм поведения детей, помогающая избежать опасности для жизни и здоровья детей.*

### ***Для родителей:***

- *Сформировать активную жизненную позицию у участников проекта направленную на сохранение и укрепление собственного здоровья, создание условий для поддержания этой позиции.*

# *Этапы реализации проекта*

- 1. Подготовительный*
- 2. Основной*
- 3. Заключительный*





# *Подготовительный этап:*

- Проанализировать имеющиеся в научной литературе подходы к формированию у дошкольников здоровьесберегающего поведения;*
- Выявить уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни у участников проекта и круг и интересы, соблюдение элементарных правил ЗОЖ (дети подготовительной группы и их родители).*
- Определение темы, целей и задач, содержание проекта, прогнозирование результата.*
- Обсуждение с родителями проекта, выяснение возможностей, необходимых для реализации проекта, определение содержания деятельности всех участников проекта.*

## **Основной этап:**

*Этап включал в себя интеграцию образовательных областей:*

*«познание», «социализация», «безопасность», «здоровье», «коммуникация», «физическая культура», «чтение художественной литературы», «художественное творчество», «музыка», которая осуществлялась в процессе организации совместной деятельности взрослого с ребенком и самостоятельной деятельности детей.*

## *Заключительный этап:*

*Обобщение результатов работы, их анализ,  
формулировка выводов.*

*Быть здоровым —  
это модно!  
Дружно, весело,  
задорно  
Становитесь на  
зарядку.  
Организму —  
подзарядка!*

*На зарядку становись!  
Раз, два, три, четыре —  
Руки выше! Ноги шире!*



*Я здоровье берегу — тело в чистоте держу.  
Чтоб душа была здоровой, с физкультурой я дружу.*





*Чем больше к доктору мы ходим, тем больше хворей в нас находят, давно пора нам всем понять – врача нам надо поменять: на спорт, диету и закаливание, на обливания и вокал.*



*Чтоб здоровье раздобыть, не надо далеко ходить.  
Нужно нам самим стараться, и всё будет получаться.*







*Больше бегать и гулять,  
Не ленится, в меру спать!  
Ну а с вредными  
привычками  
Мы простимся навсегда!  
Организм отблагодарит —  
Будет самый лучший вид*





*Чтобы мне здоровым быть,  
Надо овощи любить.  
Свёкла, репка, лук, морковь  
—Моя первая любовь.*



# *Секреты здоровья от детей*



*Самый чистый, самый умный,  
Самый добрый Мойдодыр.  
Он твердит и днем, и ночью:  
«При до дыр» да «Мой до дыр!»  
Моет он мышат, лягушек,  
Моет маленьких детей —  
Даже самых непослушных  
Умывает каждый день.*



*Поднимайся, детвора!*

*Завершился тихий час, свет дневной встречает нас.  
Мы проснулись, потянулись. Приподняли мы головку,  
кулачки сжимаем ловко.*

*Ножки начали плясать, не желаем больше спать.*



*Строим дружно стадион.....*



*Спорт, ребята, очень нужен!  
Мы со спортом крепко дружим  
Спорт — помощник, спорт —  
здоровье,  
Спорт — игра, физкульт... ура*



*Спасибо за внимание!*

