

Егорова Сардана Васильевна- старший воспитатель

Детский сад №16 «Туллукчаан»-филиал АН ДОО «Алмазик»

с. Арылах Мирнинский район

# Проект по формированию осознанного отношения детей к своему здоровью **«Будь здоров, малыш!»**



Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Охрана и укрепление здоровья детей – по-прежнему остаются одной из приоритетных задач дошкольного образования еще и потому, что до сих пор не преодолены негативные тенденции в состоянии здоровья детской популяции.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели:

- Физиологически зрелыми рождаются не более 14 % детей.
- Более 50 % дошкольников имеют те или иные функциональные отклонения в состоянии здоровья.
- 15-20 % имеют хронические заболевания, снижающие потенциал ребенка к социализации.

Одной из важных задач, стоящих перед педагогом детского сада является формирование ценностного отношения к собственной жизни и жизни окружающих людей, воспитание потребности в здоровом образе жизни детей. При этом очень важно поддержание интереса и создание условий для накопления первичных представлений о себе и своем организме.

Главный путь - педагогическая стратегия - естественность и использование жизненных ситуаций. Знания должны приходить к ребенку как бы, между прочим. Педагог должен точно знать, чему и когда будет учить ребенка, закреплять его знания, стимулировать интерес к дальнейшему познанию.

Назначение данного проекта - формирование обобщенных понятий о своем организме, воспитание уверенности в себе.



## Цели:

- Формирование первичных представлений о ценностях здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

## Задачи:

- формировать простейшие представления о себе, как отдельном человеке, о строении тела;
- активизировать познавательный интерес к своему организму и его возможностям;
- дать представление об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека;
- закреплять представления детей о способах укрепления и сохранения здоровья;
- воспитывать желание вести активный образ жизни, соблюдать правила личной гигиены.



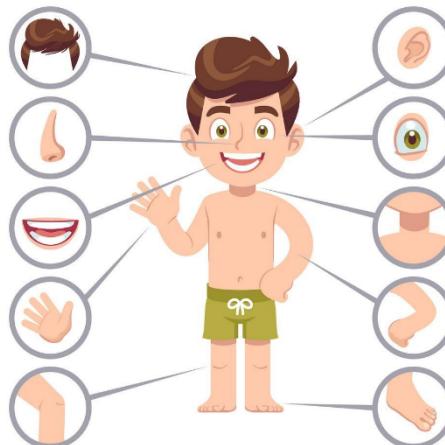
Проект рассчитан на 3 года с 4 до 7 лет (средний, старший дошкольный возраст). Связывающим звеном проекта на разных этапах дошкольного возраста является постепенное осознание себя, своих возможностей и способностей.

Проект выстроен по годам обучения. На каждый год обучения предусмотрен определенный минимум по 3 разделам: “тело”, “организм”, “здоровье”.

Каждый раздел проекта предполагает решение определенных задач, чтобы помочь ребенку осознать значимость здорового образа жизни, воспитать потребность в сохранении своего здоровья. Педагогу необходимо помогать ребенку, направляя его на путь оздоровления.

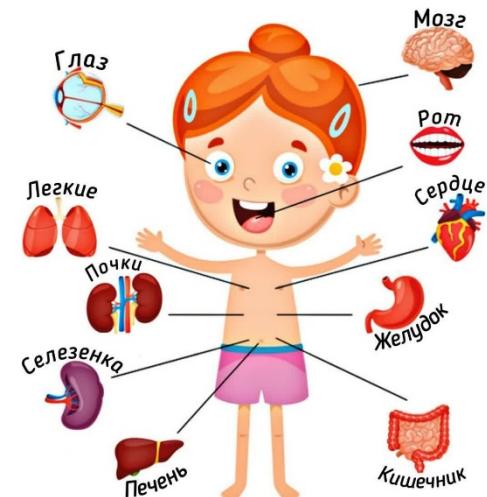
### I раздел - “Тело” -

предполагает решение следующих задач: помочь осознать себя как человека, как неповторимую личность, находить общее с другими людьми и понимать существенные отличия.



### II раздел - “Организм” -

дает представление о своем организме, его строении и назначении, приводит детей к пониманию того, что свой организм нужно беречь.



**III раздел - “Здоровье” -**  
учит детей самостоятельно следить за своим здоровьем, знакомит с несложными приемами самооздоровления при помощи самомассажа.

### АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ



# План-график реализации проекта

## I раздел «Тело»

Группа	Тема	Форма проявления	Срок реализации	Описание
Средняя группа	Я – человек	Беседа с показом на макете мышцы Форда Д/и Д/и Занятие ФИМ Д/и Урок Мойбайда	Октябрь 2021	
	«Моя позиция»	Рисование Игры с Лепбуком	Ноябрь 2021	Воспитатели Педагог-психолог
	«Что есть во рту»	Встреча с Доктором Альбигитом Чтение Загадки Д/и	Февраль 2022	
	«Органы дыхания»	Игры Занятие	Март 2022	Воспитатели Педагог-психолог
	«Органы пищеварения»	Игры Занятие	Апрель 2022	
	«Органы кровообращения»	Игры Занятие	Май 2022	Воспитатели Педагог-психолог
	«Органы кровообращения»	Игры с Лепбуком		
	«Я – человек»	Игровое упражнение «Вокруг человечка»	Октябрь 2022	
	«Что умеет мой поклонник»	Занятие	Ноябрь 2022	Воспитатели Педагог-психолог
	«Что умеет мой поклонник»	Рассказ Познайки	Декабрь 2022	

## II раздел «Организм»

Группа	Тема	Форма проявления	Срок реализации	Описание
Старшая группа	«Человек – это не только мышцы»	Рассказ Д/и Встреча с Томашкой	Октябрь 2021	
	«Органы чувств»	Спортивно-игровые занятия Игры с Альбигитом	Ноябрь 2021	
	«Органы слуха»	Занятие Д/и Тренажер Д/и	Декабрь 2021	
	«Органы обоняния»	Человек Занятие Д/и Д/и	Март 2022	
	«Пищеварение»	Занятие Книга Д/и	Апрель 2022	
	«Органы дыхания»	Человек Занятие Д/и Д/и	Май 2022	
	«Органы кровообращения»	Занятие Д/и Д/и	Июнь 2022	
	«Органы пищеварения»	Человек Занятие Д/и Д/и	Декабрь 2022	
	«Органы слуха»	Беседа Д/и Игры с Альбигитом	Ноябрь 2022	
	«Органы обоняния»	Занятие Д/и Д/и	Декабрь 2022	

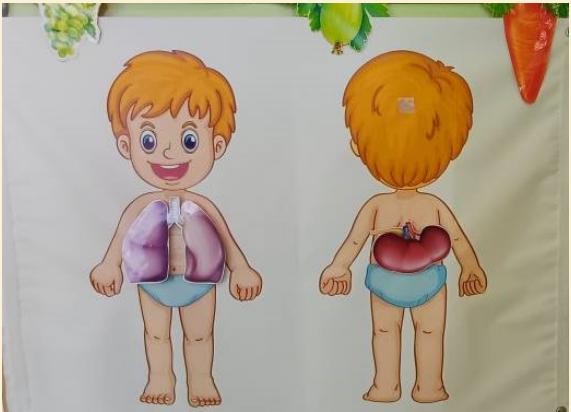
## I раздел «Здоровье»

Группа	Тема	Форма проявления	Срок реализации	Описание
Подготовительная группа	«Уход за руками и ногами»	Составление рекомендаций	Декабрь 2021	Воспитатели Педагог-психолог
	«Соревнование»		Ноябрь 2021	
	«Самомассаж»		Ежедневно	
	«Практикум»		Январь 2022	
	«Психогимнастика»		Февраль 2022 Ежедневно	
	«Развлечение»		Март 2023	
	«Оздоровительные занятия»		Ежедневно	
	«Самомассаж «Дорогами из конского волоса»		Ежедневно 2 р	
	«Развлечение»		Май 2023	
	«Спортивное здоровье»			

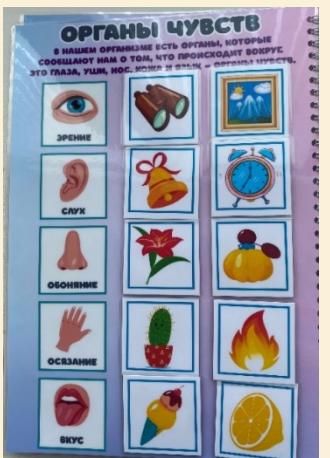
## • I раздел «Тело»



Беседа с показом на  
макете мальчик Федя



Игры с лэпбуком



«Что есть во рту?»

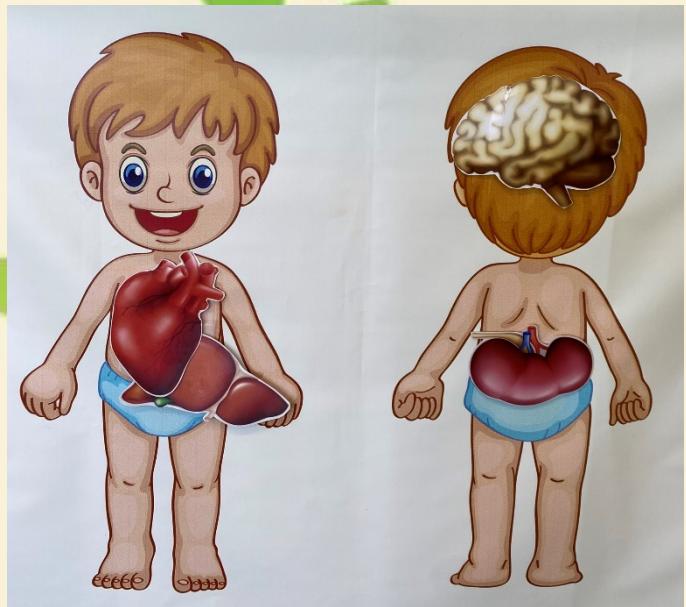


Составление детьми рекомендаций:  
«Как ухаживать за «За кожей» и  
т.дзубами».

## • II раздел - «Организм»



Беседы с показом на  
макете мальчик Федя



Игры с лэпбуком



Польза витаминов для органов  
человека на макете Федя



Хождение по массажному  
коврику из конского волоса

## • Темы III раздела “Здоровье”



Беседы и игры с макетом  
мальчика Феди



Игры с лэпбуком



Закаливание



Викторина «Назови героя с  
добрым сердцем»



Хождение босиком



Самомассаж шариками из конского волоса



# Работа с родителями



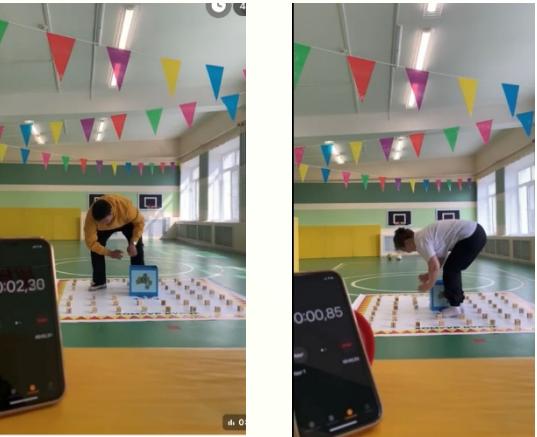
## Практическое задание для родителей «Книжки о питании»



## Здоровая акция «Активный отдых»



## Спортивные соревнования среди родителей «Хомур курэх»



## Флешмоб «Витаминный салатик»

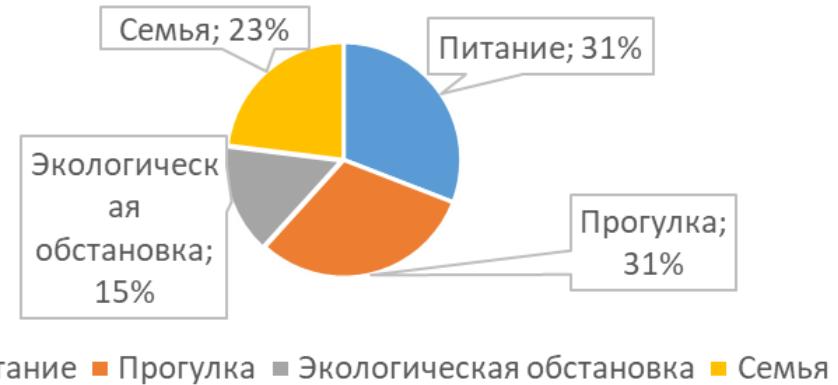
## Результаты-продукты проекта:

- 1. Лэпбук «Тело человека»
- 2. Лэпбук «Азбука питания»
- 3. Лэпбук «Азбука здоровья»
- 4. Макет «Будь здоров малыш»
- 5. Макет «Рот и зубы»
- 6. Дидактические игры: «Чистые руки», «Вредные и полезные продукты» и т.д.
- 7. Буклеть «Вкусные рецепты от детского сада»
- 8. Альбом «Витамины и минералы»
- 9. Книжки «Здоровое питание»
- 10. Рекомендации для родителей: «Как ухаживать за зубами», «Уход за кожей», «Уход за носом», «Как беречь желудок», «Уход за руками и ногами»
- 11. Флешмоб «Здоровое утро!»

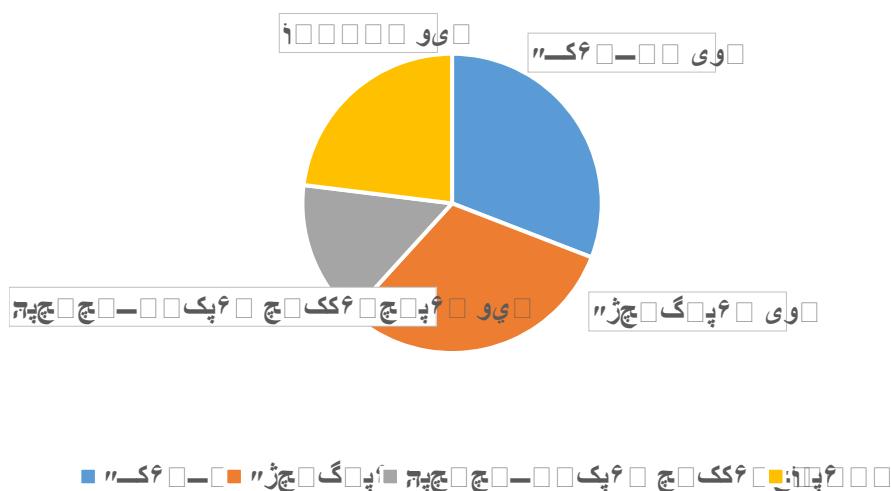
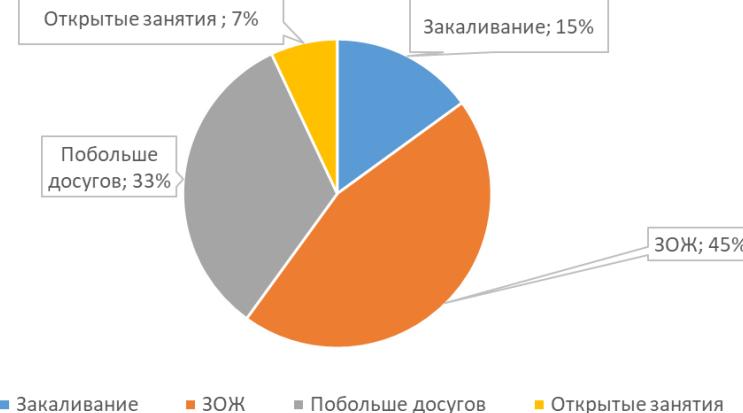


# Результаты анкетирования

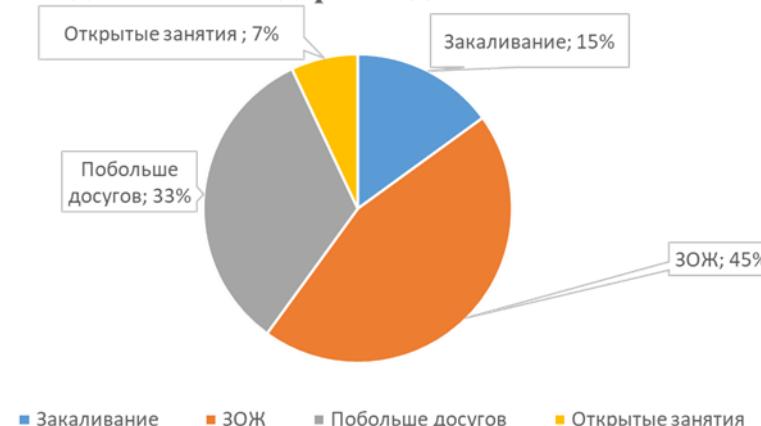
## Что влияет на здоровье ребенка?



## На что должен обращать внимание детский сад заботясь о здоровье дошкольников ?



## На что должен обращать внимание детский сад заботясь о здоровье дошкольников ?



## Вывод и перспективы

- У детей сформировалось желание следить за своим здоровьем, вести активный образ жизни, создавать позитивный эмоциональный фон, соблюдать правила личной гигиены и употреблять в пищу полезные продукты.
- Дети были вовлечены в исследовательскую деятельность, наблюдение с помощью микроскопа «Чем отличаюсь от других», «Что чует нос» и др.
- У детей сформировались представления о себе, как отдельном человеке; об элементарном значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека. У детей воспитана привычка к аккуратности и чистоте, привиты культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.
- Главное, что дети поняли, что все что приготовлено из овощей и фруктов нужно принимать в пищу, так как это полезно и необходимо.
- В результате пришли к выводу о том, что у детей сформировалось первичное представление о ценностях ЗОЖ. Вырос интерес родителей к вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации здорового образа жизни. (Активность родителей при участии в мероприятиях и совместной деятельности).
- Поставленные задачи были успешно реализованы, через взаимодействие детей, родителей и педагогов. Дети знают основные витамины, которые содержатся в овощах и фруктах, как они влияют на организм человека.
- Родители с огромным желанием приняли участие в флешмобах, акциях и были вовлечены в совместную деятельность с детьми.
- Перспективы на будущее – это продолжать развивать ЗОЖ у детей с раннего возраста. Создать мини-программу для детей нашего села по возрастам

