

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад «Колокольчик» п. Витим»
муниципального образования «Ленский район» Республики Саха (Якутия)**

Проект «Я здоровым быть хочу»

2023

Паспорт проекта

«Полезные и вредные продукты питания»

Паспорт составил: старший воспитатель Берюх Е.Н., воспитатель Шведова Н.А.

Вид проекта: познавательный, творческий

Участники: директор, заместитель по АХЧ, воспитатели группы, медсестра, педагоги, дети, родители, социальные партнёры.

Реализация проекта: сентябрь-ноябрь 2023 год.

Цель проекта: Формирование представлений у родителей и воспитанников о здоровом образе жизни и закаливании дошкольников.

Подготовительный этап:

Мониторинг.

- Составление перспективного плана работы по проведению проекта.
- Подбор литературы, фотографий, иллюстраций, презентаций, стихотворений, рассказов, загадок.
- Создание в группе соответствующей предметно-развивающей среды.
- Привлечение родителей для оказания разнообразной помощи педагогу.

Основной этап

- Реализация проекта.

Заключительный этап

Подведение итогов работы над проектом. Презентация проекта.

Продукты проекта: Выставки рисунков и поделок, развлечение «Наши дети все умеют, от того и здоровеют», массажный коврик «Дорожка здоровья».

План мероприятий

№	Форма проведения	Проведение в режиме дня	Ответственный
1.	Физкультурно – оздоровительные мероприятия: утренняя гимнастика прогулка подвижные игровые упражнения	ежедневно; на улице ежедневно; 2 раза в день ежедневно;	воспитатель
2.	Оздоровительно – профилактические мероприятия: олоскание рта после еды массаж стоп на массажных дорожках хождение по «следам» гимнастика после сна гимнастика для глаз	ежедневно	воспитатель
3.	Физкультминутки	ежедневно	воспитатель

4.	Пальчиковые игры по теме «Быть здоровым я хочу»	ежедневно	воспитатель
5.	Серия занятий: «Личная гигиена дошкольника» «Что нужно делать, чтобы быть здоровым» «Что такое микробы» «Здоровое питание – здоровая жизнь» «Когда овощи могут помочь, а когда могут навредить нашему здоровью?» «Помоги себе сам и своему другу» «Где прячется здоровье?» <i>Интерактивная энциклопедия</i> «Мое тело. Как оно устроено. Я и мой день. Какой я интересный. Я снаружи и внутри» <i>Экспериментальная деятельность:</i> «Значение воздуха для организма» «Значение органов чувств для человека» (глаза, нос, уши, рот) «Значение кожи в жизни человека» «Кровеносная система и дыхательная система»	1 раз в неделю	воспитатель
6.	Дидактические игры: «Чудесный мешочек», «Мой день», «Мой режим». «Что кому принадлежит», «Спортивные игры», «Спортивное домино», «Спортлото», «Спорт зимой и летом», «Спортивная угадайка», «Что к чему», «Собери символ», «Спортивная четверка», «Загадай – отгадай», «Найди отличия», «Что я знаю о спорте»	в свободное время	воспитатель
7.	Сюжетно- ролевые игры:	ежедневно	

	«Мы спортсмены» «Поликлиника» «Спортивная площадка во дворе» «Лесная спортивная школа»		воспитатель
8.	<i>Работа с родителями:</i> Выставка родительских стенгазет «Спорт-это здоровье» Выставка рисунков родителей и детей «Спорт – залог здоровья» Консультация для родителей «Как укрепить иммунитет ребенка» Консультация для родителей «Закаливание в домашних условиях». Буклет «Какие пищевые продукты помогают стать закалённым?»	1 раз в неделю	воспитатель
9.	Прокофьева С.Л. «Румяные щечки» Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр» А. Барто «Мы с Тamarой – ходим парой» Горн Г. «Энциклопедия здоровья в сказках и рассказах для самых маленьких» «Прощай, подушка», «Зарядка» (П. Синявский) Стихи о здоровом питании К. Луцис Стихи о здоровом образе жизни. Инсценировка «Не болейте никогда, ешьте овощи всегда!» Пословицы и поговорки о здоровье, загадки	ежедневно	воспитатель
10.	Просмотр познавательных роликов по теме проекта.	1 раз в неделю	воспитатель