

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области  
Департамент образования Администрации г. Екатеринбург  
Управление образования Ленинского района  
МБДОУ – детский сад № 55

Социальный проект

# «Дорогой здоровья»

Номинация: "Охрана здоровья и популяризация здорового образа жизни"



Воспитатель – Акберова У.А.

г. Екатеринбург, 2021

© Акберова У.А.

## Наш ДЕВИЗ –

### **«Здоровое питание – основа процветания!»**

Одной из самых важных задач перед нами - научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы станем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, только в этом случае можно будет надеяться, что будущие поколения будут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.

Проблема формирования у дошкольников культуры здоровья очень важна. От её решения зависит будущее нации и государства.

В рамках реализации проекта «Дорога здоровья», мы Большое внимание уделяем культуре питания.

Основной проблемой современных детей является влияние на них рекламы вредной еды. Различные заведения быстрого питания, предлагающие вместо полезных овощей и фруктов калорийные и напичканные «химией» гамбургеры, чипсы, пиццу и различные иные лакомства буквально заполнили улицы нашей страны. Родители нередко соглашаются на подобную пиццу для детей в силу того, что другие блюда и продукты малыши не едят, а оставлять их голодными родительское сердце просто не позволяет. В связи с этим растет число болезней пищеварения, обменных нарушений и ожирения среди совсем еще малышей.



**Цель:** создание единого профилактического, здоровьесберегающего пространства для формирования у воспитанников и их семей активной жизненной позиции, направленной на приобщение к здоровому образу жизни, через формирование знаний, установок и навыков осознанного отношения к здоровому питанию.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- формировать представление о правильном питании;
- умение выбирать полезные продукты питания;

**Развивающие:**

- развивать внимание, мышление, память;

**Воспитательные:**

- воспитывать положительное отношение к полезным и отрицательное отношение к вредным продуктам питания

**Время проведения:** 2016-2020 годы

**Участники проекта:** воспитанники, семьи воспитанников и сотрудников образовательного учреждения.



## Методы реализации

1. Чтение научно-познавательной литературы;
2. Беседа о пользе овощей и фруктов;
3. Подвижные игры и физкультминутки
4. Прививание основ гигиены: мытье рук перед приёмом пищи, чистка зубов утром и вечером, полоскание полости рта после каждого приёма пищи, душ и т.п.;
5. Прививание основ правильного питания через мультфильмы, дидактические материалы;
6. Профилактика плоскостопия, укрепление мышц спины при помощи нестандартного самодельного спортивного оборудования;
7. Артикуляционные и дыхательные упражнения
8. Рекомендации родителям по вопросу питания дошкольников

# ПРОЕКТ «Правильное питание»

**Позитивная установка:** Пусть ваша еда станет лекарством, а не лекарства едой!

**Основная цель :** формирование представления дошкольников о пользе здоровой пищи

**Задачи:**

1. Расширять представления о факторах, разрушающих здоровье человека.
2. Формировать положительные отношения ребёнка к самому себе, уметь определять вредные и полезные продукты;
3. Воспитывать привычку к здоровому питанию.



# ПРОЕКТ «Вершки и корешки»

**Позитивная установка:** «Овощи на грядке, здоровье в порядке!»

**Основная цель :** формирование экологической культуры у детей и родителей, создание условий для познавательного развития детей через проектно-исследовательскую деятельность и организацию художественно-продуктивной творческой деятельности. Вовлечение родителей в совместную с детьми деятельность.

## Задачи:

1. Формировать у детей знания о росте и потребности растений (тепло, влага, свет);
2. Формировать умения наблюдать, ухаживать за огородными культурами. Развивать любознательность, интерес к исследовательской деятельности, экспериментированию;
3. Воспитывать бережное и заботливое отношение к растениям;
4. Формировать партнёрские взаимоотношения между педагогом, детьми и родителями.
5. Развивать у детей интерес к своему здоровью и окружающих, а также к условиям сохранения и укрепления здоровья посредством организации здорового питания.



# ПРОЕКТ «История хлеба»

**Позитивная установка:** «Хлеб – всему голова!»

**Основная цель :** Формирование у детей знания о процессе выращивания, обработки и производства хлеба и хлебобулочных изделий в различные исторические периоды, актуализация знания у родителей.

**Задачи:**

- 1) Развитие интеллекта и инициативности через углублённое знакомство с пшеницей;
- 2) Формирование бережного отношения к хлебу.
- 3) Обогащение предметно-развивающей среды в ДОУ
- 4) Расширение кругозора дошкольников;
- 5) Формирование исследовательских умений и навыков;
- 6) Вовлечение родителей в жизнь детского сада



# ПРОЕКТ «Волшебное молоко»

**Позитивная установка:** «Молоко – это изумительная пища приготовленная самой природой!»

**Основная цель :** обогащение знаниями и представлениями детей о молоке, как о ценном и полезном продукте для здоровья.

## Задачи:

- 1) Расширять кругозор детей о молоке и молочных продуктах.
- 2) Формировать у детей исследовательские навыки (поиск информации в различных источниках).
- 3) Развивать познавательный интерес к исследовательской деятельности, желание познать новое.
- 4) Делиться информацией, участвовать в совместной опытно-экспериментальной деятельности.
- 5) Формировать у детей осознанное отношение к здоровому питанию.
- 6) Привлечь родителей к участию в проекте.



# ПРОЕКТ «Моторика мелкая польза крупная»

**Позитивная установка:** «Ум ребёнка находится на кончиках на его пальцев!»

**Основная цель :** стимулировать речевую деятельность через развитие мелкой моторики в процессе использования традиционных и нетрадиционных форм работы.

## Задачи:

- 1) Стимулировать речевое развитие, психические процессы через тренинг движения пальцев рук детей.
- 2) Развивать воображение, логическое мышление, творческую активность;
- 3) Укреплять мелкую мускулатуру пальцев;
- 4) Упражнять в выполнении различных заданий, направленных на развитие мелкой моторики.
- 5) Обогащать опыт детей различными сенсомоторными впечатлениями.



## Отзыв о проекте «Правильное питание дошкольников» Акберовой У.А.

от родителя Зарезовой Т.В.

Познавательный увлекательный и замечательный проект презентовала Ульяния Алиевна для воспитанников средней группы, а также для родителей. В своём проекте Ульяния Алиевна акцентировала внимание на формировании у детей необходимых знаний о здоровом образе жизни, была проведена увлекательная беседа о пользе здорового питания, игры, рассказ, показаны познавательные плакаты. Отлично то, что визуально представлены сделанные совместно с ребятами работы на стендах о правильном питании.

Каждый из родителей смог увидеть какова динамика развития своего ребёнка и вклад в общее дело – создание плаката!

Благодаря проекту у детей значительно расширился кругозор, ребёнок мог даже дома объяснить, какие продукты являются полезными, а какие вредными, привести пример.

## Отзыв на проект воспитателя первой категории Акберовой У.А. «Здоровые дети – будущее России»

От Ложкиной Ольги Владимировны

Здоровый ребёнок является приоритетной целью каждой семьи. Важно, чтобы работа в этом направлении проводилась как дома, так и в детском саду, где ребёнок проводит значительную часть своего времени. Наша семья очень благодарна Ульянии Алиевне за инициативу и внедрение в воспитательный процесс проекта, который прививает детям полезные привычки и навыки, улучшает здоровье и иммунитет, повышает физическое

На мой взгляд, в данном проекте Ульяния А. комплекс мероприятий и рекомендаций по повышению можно использовать как в детском саду, так и дома. рекомендации можно внедрять в жизнь ребёнка и родителей.

Дочь с удовольствием рассказывает дома, как коврику из крышечек, как их учили закаляться, расс о продуктах

Мы очень рады, что в группе ведётся работа в | благодарны Ульянии Алиевне за её вклад в здоровье и

## Отзыв на проект педагога первой категории У.А. Акберовой на тему: «Здоровые дети – будущее России»

В настоящее время проблема здоровья и его сохранения является одной из самых актуальных. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

В нашем детском саду № 55 в группе «Солнышко», педагог Ульяния Алиевна, учитывая возрастные особенности детей и их индивидуальные возможности, разработала и апробировала систему педагогических воздействий, направленных на формирование у детей понятия здоровья, как важнейшей ценности. Обучение идет через все виды деятельности ребенка во время пребывания в детском саду и поддерживается родителями дома.

Ульяния Алиевна педагогически грамотно сформировала организацию обучения: занятия (уроки здоровья), игры, игровые ситуации, наблюдения, беседы, акции, чтение художественной литературы, рисование. В работе с детьми использует большое количество интересного наглядного материала.

Актуальность проекта педагога Ульянии Алиевны очень важна для наших детей и родителей. Основы здорового образа жизни у детей определяется наличием знаний и представлений о режиме дня, гигиенических процедурах, двигательной активности и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступным для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку). Дети нашей группы имеют представления о полезных продуктах, о наличии витаминов в организме человека, понимают как защититься от простуды. У детей развивается познавательный интерес к изучению своего здоровья, желание быть здоровым.

Весь багаж знаний ребенок приносит домой и объясняет нам взрослым правильность и значение здорового образа жизни.

Выражаем огромную благодарность за познавательное, педагогически актуальное развитие наших детей. Спасибо за интересный и нужный проект «Здоровые дети – будущее России».

С уважением  
семья Руденко

## Отзыв на проект педагога на тему: «Здоровые дети – будущее России»

В нашем детском саду № 55, в группе «Солнышко» под руководством педагога Ульянии Алиевны Акберовой задача сохранения и укрепления здоровья детей всегда приоритетна. Поэтому, когда я узнала, что мой младший ребенок попал именно к Ульянии Алиевне, как когда-то старшая дочь, то была этому очень рада, потому что формирование начальных представлений о здоровом образе жизни очень важная миссия не только для родителей, но и для педагога.

Значительную помощь в решении этого вопроса оказывает нам Ульяния Алиевна. Учитывая возрастные особенности детей младшего возраста, воспитатель создает обстановку на своих занятиях познавательной и интересной, так как придя домой, ребенок с большим увлечением рассказывает о том, что узнал. Так же в группе Ульяния Алиевна воссоздает эстетический уголок в виде наглядных пособий для лучшего понимания и усвоения детьми информации.

Работая не только с ребятами, но и создавая благоприятные и понятные условия для повышения педагогического просвещения родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья, Ульяния Алиевна формирует осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности.

Поэтому хочу выразить огромную благодарность нашему воспитателю. Большое спасибо за ее работу и титанический труд!

## Здоровые дети – Будущее России Акберова У.А.

видения и интернета множество жизни. Этот проект требует особое внимание этой теме. енного возраста правильные ении, но и важно уметь замоч ь наглядно, поделиться опытом Ульяния. ; детьми, но и с родителями, мально плодотворным. благодарности за особое в

Всероссийский проект  
**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЗНАНИЕ**  
Свидетельство СМИ: Эл № ФС 77 - 68240

**Диплом**

Награждается участник конкурса  
**АКБЕРОВА УЛЬВИЯ АЛИБАЛА**

МБДОУ №55  
Фрунзе 43 А

Результат  
**ПОБЕДИТЕЛЬ (1 МЕСТО)**

Всероссийского конкурса «Педагогическое знание»  
Номинация: Лучший педагогический проект  
Название работы: Выходи-Корешки  
Дата участия: 05.05.2018  
Номер диплома: 1408-RU018  
Адрес издания: pedznanie.ru

История экологического конкурса «Будущее нашей жизни»

**Благодарственное письмо**  
I степени

В связи с победой в конкурсе «Будущее нашей жизни»

МБДОУ детский сад № 55

Комитет по экологии и природопользованию  
Администрации города Екатеринбурга  
выражает Вам искреннюю благодарность  
за подготовку победителей городского  
экологического конкурса «Будущее нашей жизни»,  
проводимого в рамках Года экологии,  
активное участие и творческое отношение к делу.

Председатель Комитета по экологии  
и природопользованию  
Администрации города Екатеринбурга  
Е.А. Савлов

г. Екатеринбург, 2017 г.

Всероссийский проект  
**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЗНАНИЕ**  
Свидетельство СМИ: Эл № ФС 77 - 68240

**Диплом**

Награждается участник конкурса  
**АКБЕРОВА УЛЬВИЯ АЛИБАЛА**

МБДОУ №55  
Фрунзе 43 А, г. Екатеринбург

Результат  
**ПОБЕДИТЕЛЬ (1 МЕСТО)**

Всероссийского конкурса «Педагогическое знание»  
Номинация: Лучший мастер - класс  
Название работы: «Правильное питание для дошкольников»  
Дата участия: 10.05.2018

Всероссийский проект  
**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЗНАНИЕ**  
Свидетельство СМИ: Эл № ФС 77 - 68240

**Диплом**

Награждается участник конкурса  
**АКБЕРОВА УЛЬВИЯ АЛИБАЛА**

МБДОУ №55  
Фрунзе 43 А

Результат  
**ПОБЕДИТЕЛЬ (1 МЕСТО)**

Всероссийского конкурса «Педагогическое знание»  
Номинация: Лучший педагогический проект  
Название работы: История хлеба  
Дата участия: 09.05.2018  
Номер диплома: 1414-RU018  
Адрес издания: pedznanie.ru

Центр организации и проведения дистанционных мероприятий «Педагогическое знание»  
Свидетельство о регистрации в Федеральной службе по надзору в сфере связи,  
информационных технологий и массовых коммуникаций (РОСКОМНАДЗОР г. Москва) Эл №  
ФС 77 - 68240

Председатель конкурсной комиссии:  
Воробьева Ольга Николаевна

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЗНАНИЕ

## Отзывы родителей о проекте

# РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ





**Здоровые дети – в здоровой семье  
Здоровые семьи – в здоровой стране  
Здоровые страны – планета здорова  
Здоровье – какое прекрасное слово!  
Так пусть на здоровой планете  
Растут здоровые дети!**