Педагогический проект, коллективный «Будь здоров!»

Шибакова Любовь Владимировна, заместитель

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное

учреждение «Детский сад «Ёлочка»

г. Тарко-Сале Пуровский район (МБДОУ «ДС «Ёлочка» г. Тарко-Сале)

**Педагогический проект по теме «Будь здоров!»**

1. **ПАСПОРТ ПРОЕКТА**

1. Актуальность проекта.

2. Цели и задачи.

3. Этапы реализации.

4. Ожидаемые результаты.

**Тип проекта:** познавательно-исследовательский, практико-ориентированный, информационный, социальный, творческий.

**Направленность:** информационно-оздоровительная.

**По содержанию:** ребенок и здоровый образ жизни.

**Участники проекта:** дети – педагоги – родители.

**По количеству участников:** коллективный

**Возраст воспитанников** – воспитанники ДОУ (с 2 до 7 лет).

**Продолжительность проекта** – среднесрочный.

**Период выполнения** – 1 месяц

**Характеристика деятельности участников в рамках проекта (кратко):** Дети: получают знания по теме проекта, применяя полученные знания в жизни.  
Педагоги, специалисты ДОУ: пополнение РППС, активное внедрение здоровьесберегающих технологий, повышение уровня компетентности в вопросах физического и психического здоровья воспитанников.

Родители: помощь в реализации проекта и активное участие в жизни детского сада.

1. Актуальность проблемы. Как медиков, так и педагогов, волнует прогрессирующее ухудшение здоровья детей. На сегодняшний день в дошкольном возрасте практически здоровые дети составляют 3-4 %. Рождение здорового ребенка стало редкостью, растет число недоношенных детей, число врожденных аномалий, число детей с речевыми расстройствами. Причин роста патологии множество. Это и плохая экология, и несбалансированное питание, информационные и нейропсихические перегрузки, и снижение двигательной активности.

Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет жизни. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия всесторонней двигательной подготовленности. Здоровье – основа физического развития ребенка. В настоящее время, зачастую, дети мало что знают о здоровье. Дети должны осознавать и понимать важность данного вопроса, поэтому необходимо вести работу по формированию у детей потребности к сохранению и укреплению своего здоровья. Воспитание ценностного отношения к здоровью – одна из важнейших задач дошкольной ступени образования.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет основные задачи дошкольного образования:

-              Пункт 1.6, подпункт 6. Формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни.

-              Пункт 1.6, подпункт 9. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей

-              Пункт 2.6. Содержание основной образовательной программы дошкольного образования должно обеспечивать развитие личности - физическое развитие – становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, в закаливании, при формировании полезных привычек и т.д.)

Для формирования мотивации к здоровому образу жизни, необходимо эмоционально положительное отношение, интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения. Воспитание здорового ребенка было и остается актуальной проблемой образования и медицины. Данную проблему решаем, и мы в ДОУ. Проект «Будь здоров!» – форма организации образовательной, воспитательной, здоровьесберегающей деятельности, вызывающая эмоциональный отклик, как у детей, так и у взрослых. Проведение подобных проектов способствует укреплению физического, психического здоровья, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни у дошкольников, к сплочению коллектива родителей, педагогов, воспитанников приобщению к здоровому образу жизни. В рамках данного проекта реализуется программа по оздоровлению воспитанников «Будь здоров!».

**2. Цель проекта**. Формирование интереса, эмоционально положительного отношения к здоровому образу жизни, укрепление физического и психического здоровья воспитанников.

**Задачи.**

1. Развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
2. Развивать у детей ловкость, быстроту, смекалку, умение использовать свой опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками: выдержку, решительность, взаимовыручку.
3. Дать знания детям о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха, настроения. Обогащать представления детей о гигиенической культуре.
4. Активизация речевой деятельности детей, расширение словарного запаса, развитие внимания и памяти.
5. Заинтересовать родителей в сотрудничестве с ДОУ по сохранению, укреплению здоровья детей.

**3. Этапы работы над проектом**

**I этап**

**Подготовка к внедрению проекта.**

1. Подобрать методическую литературу по теме.
2. Подобрать детскую художественную литературу.
3. Подобрать дидактический материал, наглядные пособия (альбомы для рассматривания, картины, настольные игры, макеты, спортивное оборудование, аудио, - видео материалы).
4. Систематизация и оформление дидактических материалов в соответствии с планом проекта;
5. Информационный материал для родителей.
6. Составить перспективный план мероприятий.
7. Подготовка к проведению дня здоровья в ДОУ.

**II этап.**

**Реализация проекта.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Деятельность** | **Младший и средний дошкольный возраст** | **Старший дошкольный возраст** |
| *Игровая деятельность*  **СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНОЕ РАЗВИТИЕ** | Д/И: «Читаем загадку - находим отгадку» (загадки: полезные продукты); «Собери пазлы», «Отгадай и расскажи»; «Что такое хорошо и что такое плохо?»  Игры имитации: «Как ты моешь руки?», «Как ты расчесываешь волосы?», «Почисть зубки».  Рассматривание иллюстраций: «Режим дня», «Когда это бывает».  Просмотр мультфильма «Мойдодыр».  Игры - потешки: «Знаем, знаем – да, да, да, где тут прячется вода», «Чистые ладошки», «Вот и люди спят», «Ходит сон», «Водичка, водичка, умой мое личико».  Подвижные игры по желанию детей.  СРИ «Спортивная школа», «Поликлиника». | Д/И: «Что нужно для умывания»; «Читаем загадку - находим отгадку» (загадки: части суток); «Как вести себя в такой ситуации?»; «Что будет если..?»; «Что такое хорошо и что такое плохо?»; «А что, потом?»;  Уроки вежливости и этикета «Кто и зачем придумал правила поведения?».  Беседа «Сохрани свое здоровье сам»  Отгадывание ребусов, кроссвордов  Игровая ситуация «В гости к тетушке Зубной щётке»  СРИ «Спортивная школа», «Поликлиника».  Подвижные игры по желанию детей |
| **«ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ»** | Беседы: «Что значит быть здоровым», «Витамины, откуда они берутся, их польза», «Здоровое питание», «Личная гигиена», «О пользе закаливания».  Просмотр презентации «Дорога к доброму здоровью»; «Овощи и фрукты полезные продукты»  Опыт «Воздух вокруг нас», «Зачем человеку нос, уши, глаза». | Беседы: «Что значит быть здоровым»; «Витамины, откуда они берутся, их польза»; «Здоровое питание»; «Личная гигиена»; «Правила здоровья»; «О пользе закаливания»; «Здоровью надо помогать»; «Зачем детям нужно спать днём?»  Просмотр презентации «Дорога к доброму здоровью»; «Овощи и фрукты полезные продукты»  Опыт «Наше сердце» |
| **«РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ»** | Чтение художественной литературы: Ю. Тувим «Овощи»; К. Чуковский «Мойдодыр»; А. Барто «Девочка чумазая»  Разучивание стихотворения «Огород».  Загадывание загадок по теме. | Чтение художественной литературы: И.Турчин «Человек заболел»; С.Михалков «Мимоза», В.Осеева «Печенье»; Н.Найдёнова «Наши полотенца»; К.Чуковский «Мойдодыр»; Д.Родари «Люди из мыла», А. Пономаренко «Твои друзья», «Мочалка», «Зубная щётка».  Разучивание пословиц, поговорок  Загадывание загадок по теме. |
| **«ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ**  **РАЗВИТИЕ»** | Рисование «Моя зубная щетка».  Аппликация «Красивое полотенце»  Лепка «Репка».  Конструирование «Стадион для зверят» | Выставка рисунков «За здоровьем в детский сад».  Лепка «Спортсмены».  Коллективная аппликация «Спорт – это здоровье!»  Конструирование «Стадион для зверят», |
| **«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»** | Ежедневная утренняя гимнастика «Зверобика для дошколят».  Гимнастика после дневного сна.  Хождение по дорожкам здоровья.  Релаксация в сенсорной комнате.  Этюды на расслабление мышц: «Штанга», «Насос», «Винт», «Шалтай – Болтай».  Самостоятельная деятельность детей в центре «Здоровья» с нестандартным физкультурным оборудованием. | Ежедневная утренняя гимнастика «Зверобика для дошколят».  Гимнастика после дневного сна.  Хождение по дорожкам здоровья.  Релаксация в сенсорной комнате.  Психогимнастика «Белочка»  Дыхательное упражнение «Дровосек».  Этюды на расслабление мышц: «Штанга», «Насос», «Винт», «Шалтай – Болтай»  Самостоятельная деятельность детей в центре «Здоровья» с нестандартным физкультурным оборудованием. |
| *Развивающая среда*  **Цель**: создать условия, способствующие укреплению здоровья детей, содействовать их разностороннему развитию. | Плакаты: «Чистота всего полезней»; «Спорт, движение - всех целей достижение»; «Каждому занятию свое время»; «Здоровое питание - основа процветания».  Иллюстрации на тему «Спорт»  Пополнение РППС нестандартным физкультурным оборудованием: массажёры для стопы, для развития мелкой моторики рук, для тренировки мышц рук, для формирования осанки.  Настольные игры: «Футбол», «Бильярд» и т.д.  Подбор раскрашек по тематике, трафареты. | |
| *Работа с родителями* | Консультация для родителей «Здоровый ребенок»; «Режим дня дошкольника». «Спортивный уголок в домашних условиях», «Музыка и здоровье в детском саду», «Зарядка - это весело!»  Буклет «Опасен дым от сигарет, и нам в том дыме места нет».  Памятка для родителей «Быть в движении значит укреплять здоровье»  Анкетирование родителей с целью изучения вопроса физического воспитания и развития в семье «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье»  Видеоролик «Осторожно мультики (25 кадр)» (Размещение на сайте ДОУ и в группе ВКонтакте)  Родительские собрания в каждой возрастной группе по теме здорового образа жизни. | |
| *Работа с педагогами* | Участие воспитанников, педагогов, семейных команд в эстафете «Кроссе нации-2020»  Практикум для педагогов «Дыхательная гимнастика и точечный массаж для часто болеющих детей»  Консультация для педагогов «Закрепление основных видов движений при физкультурно-оздоровительной деятельности на улице»  Сообщение из опыта работы «Приемы активизации родителей в формировании здорового образа жизни»  Применение здоровьесберегающих технологий при работе с воспитанниками (логоритмика, дыхательная гимнастика, профилактика плоскостопия, зрительная гимнастика Базарного, релаксационные упражнения, кинезеологисеские упражнения, сказкотерапия и т.д.) | |

**III этап.**

**Итоговые мероприятия.**

1. Просмотр открытых мероприятий по формированию ЗОЖ:

- ООД в технике «круговая тренировка»

- закаливающие мероприятия после дневного сна (видеозапись)

- Квест-игра «В поисках здоровья»

- ООД «Познай себя»

2. Выставка-презентация «Игры и игровое оборудование по формированию ЗОЖ»

3. Видеоролики от каждой возрастной группы «Мы за здоровый образ жизни»

**4. Ожидаемые результаты**

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровьесбережение».

2. Влияние образа жизни на состояние здоровья дошкольника.

4. Пополнение словарного запаса детей.

5. Получение положительных эмоций.

6. Уменьшение уровня заболеваемости дошкольников.

7. Овладение навыками самооздоровления, самосохранения всех участников образовательных отношений.

**5. Список литературы.**

1. Безопасность дошкольника. Методическое пособие. К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская.

2. «Логоритмические занятия в детском саду» М. Ю. Картушина

3. «Прогулки в детском саду» И. В. Кравченко, Т. Л. Долгова

***Интернет ресурсы:***

* 1. <http://www.maam.ru/detskijsad/podvizhnye-igry-narodov-krainego-severa-kotorye-mozhno-ispolzovat-i-na-progulke-i-v-pomescheni.html>
  2. http://summercamp.ru/index.php?title