

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города

Когалыма «Колокольчик»

**Образовательный проект
«Здоровье – мое богатство»
(краткосрочный)**



Выполнила:

**Сарандаева Анастасия Николаевна
воспитатель**

2023 г.

г. Когалым

Проектная деятельность в ДОУ на тему:

«Здоровье – мое богатство!»

Пояснительная записка.

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения - одна из главных задач развития страны. Здоровье – не всё, но всё без здоровья ничто! Если есть здоровье – человек радуется, спокойно живет, работает, учится, ходит в детский сад. Без здоровья нельзя жить, любить, нельзя быть красивым, обаятельным. Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении. Катастрофическое состояние здоровья детей требует систематической работы по здоровью сбережению, оптимальному использованию материального, интеллектуального, творческого ресурсов дошкольного учреждения. Необходимость комплексного подхода к организации здоровьесберегающего пространства в дошкольном учреждении не вызывает ни у кого сомнения. Поэтому, понимая государственную значимость работы по формированию, укреплению, сохранению здоровья своих воспитанников, коллектив детского сада целенаправленно работает над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ищет новые современные методы и приемы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт.

Актуальность.

Актуальность данной темы выражена в формировании убеждений и привычек здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, необходимости воспитания потребности в сохранении и укреплении здоровья. Именно в этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. В дошкольном возрасте отмечается более тесная связь ребёнка с семьёй и педагогом, чем в школьный период, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребёнка, но и на членов его семьи. Тем более что исследованиями

отечественных и зарубежных учёных давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50 % от образа жизни.

Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья:

- подбор упражнений для физкультминуток, для утренней гимнастики, для организации игр между занятиями;
- оборудование физкультурного уголка в каждой группе;
- организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;
- оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

Новизна проекта:

- Воспитание ценностей в семейных отношениях, формирование личностных качеств (любовь, взаимовыручка, дружба, сплочённость);
- Повышение роли семьи в воспитательном процессе;
- Изучить интересы, мнения родителей, их хобби и привлечь к организации физкультурных досугов детей;
- Организовать консультации и обмен опытом между родителями;
- Помочь родителям научиться играть со своим ребенком;
- Обогащать детско-родительские взаимоотношения при проведении совместных мероприятий, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению физического здоровья детей;
- Заинтересовать родителей активнее участвовать в жизни детского сада.

Цель проекта: повышать уровень знаний и обогащать опыт родителей о здоровом образе жизни, формировать привычки к здоровому образу жизни, сохранять и укреплять здоровье детей.

Проблема: Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания. Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима

дня, растущие факторы риска).

Гипотеза проекта: предположим, что применение здоровьесберегающих технологий будет способствовать формированию убеждений и привычек здорового образа жизни у дошкольников и их родителей.

Паспорт проекта.

Проект предназначен для детей дошкольного возраста. В нём отражены темы: ознакомления детей с ЗОЖ, забота о своем здоровье и безопасности, потребности в ежедневной двигательной деятельности, вкусной и здоровой пищи, витамины и их значимость для здоровья человека. Мероприятия реализуются в совместной деятельности взрослого и детей в свободное время в первую или во вторую половину дня.

Все предлагаемые темы связаны между собой логически и вместе представляют целостную картину здоровьесбережения.

Вид проекта: краткосрочный (недельный).

Тип проекта: познавательно-игровой.

Участники проекта: дети, родители, педагоги.

Задачи проекта:

- Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни.
- Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Знакомить родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома.
- Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания и их полезных свойствах.
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы.
- Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.

Этапы проектной деятельности:

1 этап

Подготовить план мероприятий по оздоровлению детей и пропаганде здорового образа жизни.

2 этап

Проведение занятий с детьми о здоровье человека, организация досуга.

Провести работу с родителями.

3 этап

Совместно с родителями выпустить плакаты по здоровому образу жизни.

План реализации проекта:

| № | Мероприятия | Ответственные |
|------------------------------|---|----------------------|
| Подготовительный этап | | |
| 1 | Родительское собрание «Участвуем в проекте “Здоровье – мое богатство!”» | Воспитатели |
| 2 | Подбор литературы о профилактике здоровья, о пропаганде вредных привычек. | Воспитатели родители |
| 3 | Составление плана мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ | Воспитатели |
| Основной этап | | |
| 1 | Анкетирование родителей | Воспитатели родители |
| 2 | Проведение в группе «Дня здоровья» для детей» | Воспитатели |
| 3 | Занятия с детьми: <ul style="list-style-type: none">• НОД по ОО «Развитие речи» на тему: “Путешествие в страну знаний”;• НОД по «Познавательное развитие» на тему: “С утра до вечера”;<ul style="list-style-type: none">• НОД по ОО «Социально-коммуникативное развитие». Духовно-нравственное воспитание: “Красота души и тела”;• НОД по ОО «Социально-коммуникативное развитие». Здоровье: “Будем стройные и красивые”;• НОД по ОО «Художественно-эстетическое развитие». Рисование: «Виды спорта» | Воспитатели |
| 4 | Формы работы с родителями. Перспективное планирование | Воспитатели |
| 5 | Досуг для детей “Веселые эстафеты” | Воспитатели |
| Заключительный этап | | |
| 1 | Оформление плакатов “здоровый образ жизни” | Воспитатели родители |
| 2 | Выставка рисунков детей: “Виды спорта” | Воспитатели |
| 3 | Подведение итогов реализации проекта; подготовка и оформление презентации проекта. | Воспитатели |

Форма проведения: практические занятия, физкультурные досуги,

анкетирование родителей, родительские собрания, праздники.

Ожидаемый результат: информация и практический опыт помогут родителям

увидеть и лучше узнать работу ДОУ по физическому воспитанию, вызовут

интерес к данному вопросу. Родители получают необходимые теоретические

знания об уровне физического развития своих детей, а также облегчит общение

родителей и педагогов ДООУ. Обеспечит преемственность методов и приемов воспитания детей в семье и детском саду, а значит, повысит эффективность работы по оздоровлению детей.

Пути реализации проекта:

Работа с детьми в себя включает:

- гимнастика для глаз;
- динамические паузы
- экскурсии по территории детского сада;
- спортивные соревнования, игры, эстафеты;
- беседы
- чтение рассказов, стихов;
- дыхательная гимнастика;
- Сюжетно ролевые игры;
- дидактические игры;
- пальчиковая гимнастика:
- подвижные игры;
- совместная творческая работа с детьми на тему «Мы и спорт »(педагог - дети) с применением нетрадиционных техник рисования и аппликации;

Все упражнения и игры проводились в свободном темпе без принуждения.

Взаимодействие с семьей включает:

- мониторинговые процедуры (анкетирование родителей);
- создание информационного стенда для родителей (консультации, памятки);
- участие родителей в создании выставки рисунков на тему: «Виды спорта»;
- участие родителей в создании стен – газеты: «Здоровый образ жизни»;
- участие в празднике здоровья «Папа, мама, я – здоровая семья» на завершающем этапе проекта.

Взаимодействие с педагогами включает:

- выставка детского творчества на тему: «Виды спорта»;
- Совместный праздник здоровья для детей и их родителей «Папа, мама, я – здоровая семья»;
- создание картотек: подвижные игры; пальчиковая гимнастика; дыхательная гимнастика; гимнастика после сна; гимнастика для глаз; динамические паузы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мероприятия, проводимые нами, нацелены на функциональное совершенствование детского организма, на повышение его работоспособности, создают условия для того, чтобы дети росли здоровыми. В результате проведенной работы у детей и их родителей появилась правильная ориентация на здоровый образ жизни. Сформировалась потребность заниматься физической культурой и спортом, и представление о том, как это может быть весело и увлекательно. Следовательно, сотрудничество с семьей является еще и одним из важнейших условий физкультурно-оздоровительной работы.

Список литературы

1. Бачурина, В. Н. Новые развивающие игры для дошколят: популярная литература. /В. Н. Бачурина–М.: ДОМ XXI век РИПОЛ классик, 200.– С. 114-118.
2. Богина, Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях: методическое пособие/Т. Л. Богина. – М.: Издательство «Мозаика-Синтез», 2006. – С. 94 -96
3. Доскин, В. А. Растем здоровыми: пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры /В. А. Доскин, Л. Г. Голубева–М: «Просвещение», 2002. С. 52–55.
4. Расту культурным: - Полиграф–Проект Москва 2011. С. 12-24.
5. Крылова, Н. И. Здоровье сберегающее пространство в ДОУ. Проектирование, тренинги, занятия: методическое пособие/Н. И. Крылова. – Волгоград: издательство «Учитель», 2009.164-169с.
6. Картушина, М. Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет: методическое пособие / М. Ю. Картушина. – М.: ТЦ «Сфера», 2004. С. 30–33, 43-48с.
7. Михайленко И. Я., Короткова Н. А. Организация сюжетной игры в детском саду. Пособие для воспитателей Москва 2001г. С. 32-38.