

## **Педагогический проект «Формула здоровья» Паспорт проекта**

**Вид проекта:** творческо-информационный

**Продолжительность проекта:** краткосрочный

**По содержанию:** социально-педагогический

**Образовательная область:** «физическое развитие», «социально – коммуникативное развитие», «познавательное развитие»

**Предмет проекта:** мероприятия ДОУ.

**Руководитель проекта:** воспитатель

**Участники проекта:** дети старшей дошкольной группы, воспитатель, специалисты, родители воспитанников.

**Срок реализации проекта:** 6 дней.

**Педагогическое кредо проекта:** Здоровье ребенка превыше всего, Богатство земли не заменит его Здоровье не купишь, никто не продаст Его берегите, как сердце, как глаз.

### **Актуальность**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, которая аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. Именно в семье и в детском саду на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую

ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье. Педагогический коллектив нашего ДООУ давно занимается проблемой формирования валеологически культурной личности дошкольника, проявляющего интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения. Проект «В здоровом теле - здоровый дух» поможет создать радостное настроение в течение недели, пропагандировать здоровый образ жизни среди всех субъектов образовательного процесса.

### **Основной целью проекта является**

Сформировать у детей мотивацию к здоровому образу жизни через традиции и ценности культуры в области здоровья.

### **Задачи:**

1. Помочь малышам выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, осознавать ответственность за свое здоровье, быть нравственно и эмоционально отзывчивыми.
2. Приобщить детей к ценностям здорового образа жизни путем национальных, семейных и иных традиций в оздоровлении детей.
3. Прививать детям навыки профилактики и личной гигиены.

**Гипотеза:** Проведение Недели здоровья обеспечит формирование социально – значимой здоровой личности, поможет реализовать новую форму взаимодействия детского сада с семьей. Эта форма работы даст более эффективный результат сотрудничества всех субъектов образовательного процесса.

Для реализации проекта основной деятельностью должно быть:

- Освоение и накопление знаний в сфере воспитания и развития детей у педагогов и родителей по формированию здорового образа жизни, углубление социально значимых представлений в области здоровья у детей.

Для обеспечения эффективности и целостности организации проекта мы используем основные педагогические принципы:

1. Принцип культуросообразности – формирование здорового образа жизни должно основываться на ценностях и традициях национальной культуры, строиться в соответствии с ценностями и нормами, присущими в данной семье.
2. Принцип гуманистической ориентации – ребенок главная ценность, осознание ребенком социальной защищенности, уважительное отношение к нему.
3. Принцип опоры на эмоционально чувственную сферу ребенка – требует создания условий для возникновения эмоциональных реакций и развития эмоций, которые усиливают внимание ребенка на действиях и поступках.
4. Принцип дифференциации – создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребенком.

Методы:

1. Наглядная пропаганда – сочетание различных видов наглядности, оформление тематических выставок, стендов.
2. Консультирование родителей специалистами ДОУ (инструктор по ФИЗО, ст. медицинская сестра, старший воспитатель, логопед).
3. Организация досугов, посвященных здоровому образу жизни.

**Условия, необходимые для реализации цели:**

1. Заинтересованность педагогов и родителей в реализации проекта.

2. Эффективное взаимодействие между участниками проекта.

3. Материально – финансовое обеспечение.

Предполагаемые результаты:

1. Каждый педагог, родитель, ребенок - активный участник проекта в силу своих возможностей.

2. Каждый участник проявляет инициативу.

3. Воспитатель приобретает новые знания, повышает свой уровень, компетенцию детей.

4. Проведение недели, посвященной здоровому образу жизни становится традицией детского сада.

### **Технологическая карта проекта.**

Детям в течение шести дней необходимо каждый день находить по одной букве таинственного слова здоровье. Каждому педагогу в группе необходимо спланировать так свою работу с детьми, чтобы название деятельности с детьми в течение дня отражала данную букву. Вечером в каждой группе появляется буква «З», «Д», и др., которые дети вместе с воспитателем кладут в папку.

**День первый:** буква «З»

**Задача педагогов:** подготовить материалы различных видов деятельности работы с детьми, которые отражали букву «З».

- Комплекс утренней гимнастики «Затейники», «Зайцы спортсмены» •
- Беседы «Здоровые зубы», «Как растут зубы», «Как правильно чистить зубы».
- Консультация для родителей «Полезьа зарядки»
- Рисование «Мои любимые здоровье сберегающие игрушки»

- Подвижная игра «Золотые рыбки и рыбак», «Затейники», «Замри»
- Изготовление альбома «Замечательные спортсмены» День второй: буква «Д»
- Беседа «Дорога и ваше здоровье»
- Соревнование «Дружба и спорт» Эстафеты: «Принеси мяч», «Дружные бегуны», «Бег звеньями», «Наездники»
- Подвижная игра «Дружные пилоты»
- «Что такое девиз?» понятие крылатого выражения, его суть.
- Беседа о «Дыхательной системе человека»
- Разучивание «дыхательной гимнастики» День третий: буква «О»
- Соревнования «Осенняя Олимпиада» (дары осени) Эстафеты: «Перевези грибы», «Передай листик», «Не намочи ноги», «Заполни корзину шишками»
- Подвижная игра «Охотники и зайцы»
- Беседа для родителей «Осанка- это важно»
- Оздоровительные процедуры (гимнастика после сна, хождение по ребристой доске, массаж споты ног)
- Аппликация «Олимпийские кольца» День четвертый: буква «Р»
- Консультация для родителей «Режим дня вашего ребенка»
- Беседа «Для чего нужно соблюдать режим дня»
- Рисование «Руки наши не для скуки»
- Русские народный подвижные игры: «Салочки», «Ручеек», «Лебедушка и Сокол», «Разиня» (с палочками)

- Изготовление альбома «Разные виды спорта» День пятый: буква «В»
- Консультация для родителей «Время года и одежда вашего ребенка»
- Беседа «Воздух и его значение для здоровья человека»
- Веселые игры на воздухе: «Веселые ребята», «Вышибала», «Волшебная веревочка», «Весы» (канат), «Веселый тренер»
- беседа «Ваше здоровье- наша работа» (анализ)
- дидактическая игра «Вредно- полезно», «Витаминик»
- Аппликация «Веселые значки- эмблемы» День шестой: буква «Е»
- Беседа «Еда и здоровье»
- Консультация для родителей «Ешьте на здоровье и не полнейте» (сбалансированное питание)
- Коллаж «Ешьте полезную еду, как мы»
- Загадки «О еде и о том, что с ней связано»
- Дидактическая игра «Узнай еду по описанию», «Еда. Из чего ее приготовили»
- Презентация семейного салата «Витаминный...»
- Театрализованная деятельность (обыгрывание с музыкальным сопровождением) «Спор овощей» После появления последней буквы слова «Здоровья» все воспитанники приглашаются в зал, каждому желающему предоставляется возможность высказаться, что нужно делать что бы быть здоровым. Как действовать чтобы улучшить здоровье близких людей. Все дети награждаются вкусными и полезными фруктами

**Выводы:** Этот проект позволит:

1. Сравнить эффективность различных форм работы с детьми.
2. Оценить качество педагогической работы по формированию здорового образа жизни воспитанников ДОУ
3. Сделать качественный анализ текущих, конечных результатов реализации проекта.
4. Создавать новые проекты здоровьесберегающей направленности.

## **Педагогический проект «По дороге к доброму здоровью»**

### **Паспорт проекта**

**Вид проекта:** творческо-информационный

**Продолжительность проекта:** долгосрочный

**По содержанию:** социально-педагогический

**Образовательная область:** «физическое развитие», «социально – коммуникативное развитие», «познавательное развитие»

**Предмет проекта:** взаимодействие с родителями.

**Руководитель проекта:** воспитатель

**Участники проекта:** дети младшей группы, воспитатели всем участникам проекта, специалисты, родители воспитанников.

**Срок реализации проекта:** 8 месяцев

Всем известно, всем понятно, Что здоровым быть приятно. Только надо всем узнать, Как здоровыми нам стать. В мире нет рецепта лучше: Быть со спортом неразлучным Проживешь тогда сто лет! В этом вот и весь секрет!

**Актуальность проекта**



**Дошкольное детство** - начальная ступень в образовательной системе нашего государства. Именно в дошкольном детстве закладываются те основы всесторонне развитого ребенка, который затем шагает вверх по ступеням образования. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников. Система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития и есть здоровьесберегающие технологии.

Основным содержанием проекта является формирование у ребенка осознанно-правильного отношения к своему здоровью. Оно формируется через применение здоровьесберегающих технологий, с которыми он знакомится в дошкольном детстве. Проект предполагает систематическую разноплановую работу, использование творческих форм и методов обучения и воспитания детей, а также активные формы организации просвещения родителей по данной проблеме. Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменить который нельзя ничем, однако люди не заботятся о здоровье так, как это необходимо. Все мы, родители, врачи, педагоги, хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, выросли и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. Ведь здоровье – это бесценный дар.

### **Цель проекта:**

- формирование привычки к здоровому образу жизни детей;
- привлечение родителей к формированию и закреплению у детей навыков здорового образа жизни, повышение знаний о культуре здоровья. Задачи проекта:
- формирование потребностей семьи в здоровом образе жизни;

- помочь получить родителям знания и навыки, для укрепления здоровья их детей ;
- дать представление о возможном влиянии детско – родительских отношений на формирование необходимых для ребенка критериев здорового образа жизни;
- совместно с родителями формировать навыки рационального питания, закаливания, физической культуры;
- валеологическое просвещение родителей: формирование основ валеологического сознания ( знания о здоровье, умения сбергать, поддерживать и сохранять его);
- всем участникам проекта иметь четкое представление о здоровом образе жизни и научить этому ребенка,
- поиск педагогических идей с целью обновления содержания физкультурного образования и распространение наиболее эффективных способов организации оздоровительного пространства в семье.

Предполагаемые результаты:

- ребёнок получит первоначальные знания и представления о себе, о своём теле;
- соблюдение двигательной активности позволит найти способы укрепления и сохранения здоровья,
- информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать работу ДОУ по физическому воспитанию,
- родители получают необходимые теоретические знания об уровне физического развития своих детей и четкое представление о здоровом образе жизни.

## **ПЕРВЫЙ ЭТАП** – ноябрь 2018 г.

1. Изучить методической литературы по здоровьесберегающим технологиям.

2. Подобрать: • схему закаливания в детском саду и дома; • модель двигательного режима; • подвижные, дидактические, пальчиковые игры, артикуляционные, игры малой подвижности, подвижные игры, спортивные игры; • материал для продуктивной деятельности детей.

**ВТОРОЙ ЭТАП** – декабрь 2018 г. – май 2019 г. Интегрированный метод деятельности направлен на развитие личности ребенка, его познавательных и творческих способностей. Образовательные области

**Виды деятельности** Физическое развитие Здоровье: Закаливание, соблюдение двигательного режима, индивидуальная работа над физическими упражнениями, профилактические мероприятия при плоскостопии и нарушении осанки, беседы о здоровье Физкультурные занятия; утренняя гимнастика; физкультурные досуги.

### **Социально-коммуникативное развитие**

**Безопасность:** Беседы о безопасном поведении.

Приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками, развитие игровой деятельности  
Заучивание стихов и загадок о спорте; экскурсия на физкультурную площадку

**Труд:** Самообслуживание (во всех видах деятельности, в режимных моментах). Познавательное развитие Знакомство со спортивным оборудованием в группе, в спортивном зале ( мяч, ракетка, кегли, обручи, гантели и др.).

**Составление плана** – схемы «Мой детский сад», Беседы о своём теле.

Художественное творчество Музыка: «На зарядку» М.Старок; «Песня про зарядку» слова В.Викторова, музыка Львова – Компанейца; «На зарядку» Л.Феоктистова; упражнение с флажками «На зарядку» муз. В.Золотарева

Рассматривание картин: «Мы любим спорт», «Зимние забавы», «Папа, мама, я спортивная семья», «Дети на прогулке», «Занятия спортом»

Взаимодействие с родителями «День здоровья», фотогазета из семейных архивов «Семья и спорт»; изготовление нестандартного оборудования для профилактических мероприятий с детьми; День открытых дверей для родителей «Физкультурнооздоровительная работа в детском саду и дома»; консультации: «Значение режима в воспитании детей», «Больше внимания осанке детей» беседы «Уход за телом ребенка», «Какую обувь носить»; создание соответствующей предметно-развивающей среды

**ТРЕТИЙ ЭТАП** – май 2019г. Презентация результатов проекта «Здоровье».

Литература • В.Т. Кудрявцева, Москва, 1999г., «Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми»; • В.Т. Кудрявцева, Москва, 1999г., «Развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4 – 7 лет», 1 часть; • В.Т. Кудрявцева, Москва, 1999г., «Развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4 – 7 лет», 11 часть; • Ж.Е.Фирилевой Ж.Е., Е.Г., Санкт Петербург, «Детство- пресс», 2001, Сайкиной «Программа Са – Фи – Дансе»; • В.Н.Шебеко, Н.Н.Ермак; Минск, «Народная асвета» , 2000г., Физическое воспитание дошкольников»; • П.П.Буцинская, В.И.Васюкова, Москва, 2000г., «Просвещение, «Общеразвивающие упражнения в детском саду»; • Г.П.Лескова, П.П.Буцинская, Москва, «Просвещение» 2000г., «Общеразвивающие упражнения в детском саду»; • В.Г.Фролова, Москва,

«Просвещение» 2000г., «Физкультурное занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста»; • Е.Н. Вавилова, Москва, «Просвещение» 2001г., «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость»; • Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, Москва, «Просвещение» 2002г., «Игры и развлечения детей на воздухе»; • Л.И.Пензулаева, Москва, «Просвещение», 2000г., «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 - 7 лет» • М.Ю.Картушина, Москва, 2004 г., «Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет» • Материалы в журналах «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду», «Обруч», «Воспитатель», в газете «Дошкольное образование»