

Педагогический проект «Детский сад – территория здоровья»

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В. А. Сухомлинский.

Содержание

1. Введение.....	2
2. План выполнения проекта	3
2.1. . Этапы реализации проекта.....	4
2.2. Образовательные области.....	8
2.2. Работа с родителями.....	11
3. Результаты реализации проекта.....	10
4. Заключение.....	11
Список литературы.....	15

Автор – составитель: Погорова З.М.

Введение

Здоровье – это сложное понятие, которое включает характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. Здоровые дети - это основа жизни нации. Выдающийся педагог, автор «Педагогики Сердца» Я. Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они повыпадали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, повыбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься». Действительно, только мы, взрослые, можем научить детей следить за своим здоровьем, беречь его. А начинать учить детей нужно как можно раньше, при активном взаимодействии двух институтов, семьи и школы.

Назначение проекта:

Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации. Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

Актуальность проекта:

В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом. Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Вид проекта: практико-ориентированный

По содержанию: социально - педагогический

Участники проекта: дети 3-4 лет, воспитатели, родители.

По времени проведения: сентябрь 2023 уч. г. - май 2024 уч. г. (долгосрочный)

Цель проекта: сохранение и укрепление здоровья детей, привитие им навыков здорового образа жизни.

Задачи проекта:

- создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников;
- повышать интерес родителей путём просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.

Ожидаемый результат:

1. Обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор;
2. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни;
3. Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад»;
4. Снижение заболеваемости и детского травматизма среди воспитанников.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники проекта «Детский сад – территория здоровья» будут одинаково относиться к проблеме «человек – образ жизни – образование - здоровье». Когда в данной группе произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать успешным.

План выполнения проекта:

№ п/п	Виды деятельности	Содержание
1	Изучение тематики, формулировка проблемы.	Раскрытие новых эффективных форм взаимодействия ДОО и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни.
2	Ежедневная профилактика	Утренняя гимнастика «Мы здоровые ребята», «Здоровячок» и др.; Самомассаж «Кошка Мурка», «Витаминка» и др.; Закаливающие процедуры «Здоровей-ка» и др.;

		Гимнастика после сна «Вот какие мы большие», «К котёнку в гости» и др.; Ежедневная ходьба по дорожкам здоровья.
3	Беседы	«Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!»; «Если хочешь быть здоров!»; «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»; «Беседа о здоровье, о чистоте»; Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки); «Здоровая пища», «Как вести себя в поликлинике», Сказка-беседа «Мойдодыр».
4	Игры	Игры на развитие двигательной активности «Догони меня»; «Ловишки»; Малоподвижные игры «Грибок», «Вот по ягоды пошли»; Сюжетно-ролевые игры «Больница», «У зубного врача»; Дидактические игры «Что кому нужно для работы», «Определи место для предмета».
6	Прогулка и физкультура на прогулке	Подвижные игры; Закаливающие процедуры, дыхательная и артикуляционная гимнастика.
8	Досуги, развлечения	«К деду Морозу в гости», «Поможем кошке» и др.
9	Работа с родителями	Консультация «Физкультурное оборудование своими руками», «Семь родительских заблуждений о морозной погоде» и др; Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т. д. ; Наглядность в виде информационных файлов «Семь условий здорового ребенка», «Будь здоров!» и др; Картотека «Чтоб улыбка сияла»; «Всё о дыхательной гимнастике», артикуляционная гимнастика; Мастер-класс для родителей: «Если хочешь быть здоров – закаляйся». Семинар-практикум для родителей на тему: «Здоровый ребёнок - успешный ребёнок». Создание книжек-малышек «Моя копилка здоровья»; Утренняя гимнастика «Зоопарк» – проводят воспитатели совместно с родителями Коллаж «Быть здоровым – здорово!»
10.	Анализ проделанной работы	Совместно с родителями выявить положительные результаты проделанной работы, проанализировать недостатки;

Содержание проектной деятельности:

Этапы реализации проекта	Участники проекта	Сроки	Содержание работы
1. Подготовительный -проведение анализа нормативно-правовой базы и приведение её в соответствии с новым законом «Об образовании», изучение понятий, касающихся темы проекта; -мониторинг уровня заболеваемости детей на начало учебного года; -блиц – опрос детей; -изучение условий реализации проекта; -привлечение родителей к участию в проекте; -утверждение проекта и источников финансирования. -определение цели и задач; -анкетирование родителей; -разработка перспективного плана организации физкультурно-досуговых мероприятий.	Воспитатель, родители, дети	Сентябрь 2023 г.	Анкетирование родителей «Здоровье вашего ребенка»; Блиц – опрос детей «Что я знаю о своем здоровье?»; Мониторинг детей на начало учебного года.
II. практический -проведение цикла тематических физкультурных занятий с включением валеологического компонента; -проведение цикла тематических бесед; -проведение туристических походов совместно с родителями; -проведение спортивных праздников, досугов и развлечений с родителями. -организация просветительской деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки ЗОЖ, организации активного отдыха в семье; День здорового ребёнка «Модуль здоровья»; -оформление коллажа совместно с родителями; -подготовка выставки детских рисунков; -создание альбома детских рассказов.	Воспитатель, родители, дети	Октябрь – апрель 2023 – 2024 г.г.	Туристический поход «В гости к Лешему»; Физкультурный праздник «В сказку за здоровьем», досуг «Будь, здоров!», развлечение «В гости к Айболиту», «Мой весёлый звонкий мяч»; Альбом детских рассказов «Я люблю спорт»; Выставка детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим»; Оформление коллажа «Быть здоровым – здорово!» «Модуль здоровья»

III. заключительный -подведение итогов реализации проекта: -проведение недели здоровья с педагогами, родителями и детьми; -анкетирование родителей; -исследование эффективности проводимой работы на основе анализа мониторинга; 5.Мультимедийная презентация инновационного опыта по итогам реализации проекта.			
	Воспитатель, родители, дети	Май 2024 г.	Недели здоровья «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»; Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!»; Мониторинг детей на конец учебного года; Анкета для родителей «Растём здоровыми»; Презентация «Здоровье всему голова».

Методы реализации проекта с детьми:

- **практические:** организация режима двигательной активности, пальчиковые игры, физкультминутки, упражнения на дыхание, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, релаксационные упражнения, дидактические, подвижные, сюжетно-ролевые игры и др.
- **словесные:** беседы, чтение художественной литературы, заучивание стихотворений, консультации, рассказывание, инструкции и др.
- **наглядные:** организация выставок, конкурсов, сбор фотоматериалов, рассматривание иллюстраций, информационно-агитационные стенды, личный пример взрослых, театрализованные представления, просмотр видеoinформации и др.

Образовательные области:

Образовательная область «Познание»

- «Где живет витаминка?» (Рассказать детям о пользе овощей и фруктов для здоровья человека. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью) .
- «Это я!» (Дать ребенку знание о себе, о своем теле, формировать любовь к жизни, чувство радости существования) .
- Органы чувств (глаза, уши, нос). Общее понятие. (Закреплять знания детей о своем теле. Рассказать детям, что на голове у человека много нужных и полезных органов) .
- Для чего нужны зубы? (Познакомить детей с тем, что такое зубы и для чего они нужны. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью) .
- «Как быть здоровым?» (Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).

Образовательная область «Коммуникация»

- Беседы «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «На зарядку, становись», «Как надо одеваться, чтобы не болеть», «Правила гигиены», «Витамины полезны для здоровья»
- Составление рассказов об овощах и фруктах.
- Составление рассказа «Как мы измеряли рост».

Образовательная область «Чтение художественной литературы»

- Чуковский К. И. «Айболит», «Мойдодыр»
- Шалаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. «Правила поведения для воспитанных детей»-
- Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной»
- Крылов А. «Как лечили петуха»
- М. Безруких «Разговор о правильном питании»
- В. Бондаренко «Язык и уши»
- Л. Зильберг «Полезные продукты»
- Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой»
- А. Крылов «Как лечили петуха»

Образовательная область «Социализация»

- Д/игра «Оденем куклу на прогулку»
- Д/игра «Узнай и назови овощи и фрукты».
- Д/игра «Таня простудилась»
- Д/игра «Назови виды спорта»
- Д/игра «Если кто-то заболел»
- С/Р игра «Овощной магазин»
- С/Р игра «Поликлиника», «Больница», «Аптека», «Детский сад», «Семья»

Образовательная область «Труд»

- Экскурсия в медицинский кабинет детского сада (познакомить с медсестрой детского сада, её кабинетом, для чего необходим медкабинет, что в нем есть; -Беседа «Как доктор лечит людей»;

Образовательная область «Безопасность»

- Беседа «Осторожно - лекарство», «Как вести себя во время болезни»,
- Просмотр мультфильмов.

Образовательная область «Музыка»

- Прослушивание колыбельных песен, произведений В. Моцарта, Л. Бетховена.

Образовательная область «Художественное творчество»

- Рисование «Овощи и фрукты», «Мы гуляем на участке»
- Конструирование «Больница для зверюшек»,
- «Изготовление рецептов для игры в больницу»
- Аппликация «Консервированные овощи в банке»
- Лепка «Машина скорой помощи»

Образовательная область «Физическая культура»

- Утренняя гимнастика

- физкультурные занятия
- эстафеты
- соревнования
- подвижные игры,
- физкультурные досуги, спортивные праздники, развлечения.

Продукт проектной деятельности:

Продуктом педагогического проекта «Детский сад – территория здоровья» являются:

1. Перспективный план организации физкультурно - досуговых мероприятий;
2. Анкета для родителей «Здоровье вашего ребенка»;
3. Цикл физкультурных занятий с включением валеологического компонента: «В страну Здоровья», «Что мы знаем о здоровье», «Мама, папа, я – спортивная семья», «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны»;
4. Тематические беседы: «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» - «Укрепление детского здоровья» «Личная гигиена»;
5. Туристические походы: «В гости к лешему»;
7. Просветительская и консультативная деятельность с родителями;
8. Картотека самомассажа «Чтоб улыбка сияла», «Всё о дыхательной гимнастике», «Артикуляционная гимнастика»;
9. Презентация проекта.

Заключение

Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Туристические походы, физкультурные досуги и совместные занятия с родителями способствовали закаливанию и укреплению здоровья детей; повышали двигательную активность и выносливость организма; оказывали положительное влияние на физическое, психическое и эмоциональное благополучие ребенка. Повысилась активная родительская позиция в потребности дошкольников в движении на свежем воздухе, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка. Улучшились показатели детского здоровья (анализ заболеваемости по ДОУ, мониторинг физической подготовленности). Осуществлен переход к новому качеству развивающего взаимодействия детского сада и семьи (опросы родителей, анкетирование). Повысился уровень овладения родителями необходимыми умениями и навыками физического воспитания детей. Возрос интерес семьи к активному включению в воспитательно-образовательный процесс ДОУ. А в целом родители считают, что здоровье это не отсутствие болезней, а образ жизни. Согласно полученным данным анкетирования на предмет удовлетворенности родителей в использовании нетрадиционных форм взаимодействия ДОУ с семьями воспитанников по формированию потребности в здоровом образе жизни, проект «Детский сад – территория здоровья» имеет высокий рейтинг.

Литература:

1. Веракса Н. Е., Комарова Т. С., Васильева М. А. Программа дошкольного образования «От рождения до школы», М. : МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2010.
2. Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М., АРКТИ, 2001.
3. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М. : Мозаика-Синтез, 2005.
4. Береснева З. И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. М. : творческий центр СФЕРА, 2005.
5. Данилина Т. А. Взаимодействие ДОУ с социумом. М. :АРКТИ, 2004.
6. Дошкольное воспитание №9, 1997, Кузнецова М. Н. Нетрадиционные методы в воспитании и оздоровлении. Старший дошкольный возраст.
7. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. В., 2007.
8. Управление ДОУ №5, 2003//Кротова Т. В. Оценка уровня взаимодействия ДОУ и семьи.
9. Управление ДОУ №1, 2004 // Евдокимова Е. С. Проектирование как здоровьесберегающая технология в ДОУ.
10. Управление ДОУ №5, 2004// Лукина Л. И.