

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение —
детский сад присмотра и оздоровления № 143

«Если хочешь быть здоров...»

Педагогический проект

Разработала:

Лудова И.Г., воспитатель,
Высшая квалификационная категория

Екатеринбург
2023

Паспорт педагогического проекта

Тема проекта	«Если хочешь быть здоров...»
Вид проекта	Долгосрочный. Познавательно-игровой, здоровьесберегающей.
Актуальность проекта	Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своём здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому и безопасному образу жизни. Опыт педагогической работы показывает, что только физически развитые и практически здоровые дети достигают успехов и вершин познания мира. Основной задачей нашего детского сада является формирование положительного отношения к здоровому образу жизни, к полезным привычкам, сохранение и укрепление здоровья.
Цель проекта	Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, через систему знаний и представлений об окружающем мире, привлечение родителей к решению оздоровительных задач.
Проблемный вопрос	У родителей не хватает времени, желания на активное времяпрепровождение с ребенком. В следствии этого у детей низкая двигательная активность. Эмоциональное неблагополучие. Недостаточное пребывание на свежем воздухе. Замена двигательной активности сидением перед телевизором, компьютером и гаджетами.
Задачи проекта	<u>Для детей:</u> 1) Дать первоначальные простейшие представления о здоровом образе жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы. 2) Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурногигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания. 3) Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания, и их полезных свойствах,

	формировать представление детей о здоровье и здоровом питании. 4) Укреплять здоровье детей, создать условия для благотворного физического развития детей. <u>Для родителей:</u> 1) Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т. д. 2) Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми. 3) Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье. <u>Для педагогов:</u> 1) Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни. 2) Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблемной ситуации друг друга 3) Активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях. 4) Повышать свою педагогическую компетентность и компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.
Продукт проекта	Презентация о проведенных в рамках проекта мероприятиях. Обогащение развивающей предметно-пространственной среды группы.
Сроки реализации	

Подготовительный этап:

Работа с детьми. На этом этапе важно установить, какие знания имеются у детей о здоровом образе жизни, что их интересует, где можно пополнить недостающие сведения. Использование приема «Модель трёх вопросов»: Что мы знаем? Что хотим узнать? Что нужно сделать, чтобы узнать?

Работа с родителями анкетирование, наглядное информирование, практические консультации, родительское собрание по теме проекта.

Дата	Мероприятия, инициированные воспитателем	Материально-техническое и дидактическое обеспечение проекта	Риски	Результаты
	1. Изучить методическую и научную литературу по теме проекта. 2. Сбор и систематизация информации по теме здоровьесбережения.	Спортивный центр в групповой комнате. Различные виды массажных ковриков, дорожек. Речевой центр в группе (массажные мячи, орехи, шишки, суджок,		Пробудить у детей интерес к здоровому образу жизни; - расширить представления детей о различных видах спорта, о строении своего тела;

	3. Составление перспективного плана по теме 4. Опрос родителей по теме. Консультация для родителей «Роль родителей в укреплении здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни» 5. Подготовка методического материала: рассказов, стихов, загадок, кроссвордов, мультфильмов. Подбор иллюстраций, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр, создание картотеки с подвижными оздоровительными играми и картотек прогулок. Подбор художественной литературы по данной теме. Подбор инвентаря для закаливания и двигательной активности. 6. Беседа-размышление с детьми «Что такое здоровый образ жизни»	мыльные пузыри, губные гармошки и др. Фонотека: записи детских произведений. Демонстрационный материал: серия сюжетных картин по различным видам спорта, валеологии, лэпбук «Азбука здоровья», «Летние олимпийские игры». Тематические картотеки: ленивая зарядка после сна, прогулки, оздоровительные игры, игры на формирование правильной осанки, на преодоление плоскостопия, болезней носа, дидактические игры на природе, зимние подвижные игры на прогулке, физкультминутки в детском саду, дидактические игры по ОБЖ, картотеки пальчиковых игр, картотеки развивающие речевое дыхание, артикуляционная гимнастика. Загадки, пословицы, поговорки по теме проекта. Методические рекомендации по организации различных форм работы с детьми по физическому развитию, конспекты образовательной деятельности из опыта работы педагогов; сценарии спортивных праздников, викторин;	-сформировать банк методических материалов по теме проекта; - пополнить развивающую предметно-пространственную среду в группе; - повышение педагогической культуры родителей по проблеме приобщения ребенка к здоровому образу жизни.
--	--	--	--

		детская художественная литература; детская познавательная литература.		
--	--	---	--	--

Основной этап:

Дорожная карта основного этапа проекта

Дата	Место в режиме дня	Мероприятия	Участники образовательного процесса, участвующие в мероприятии	Промежуточные результаты
	В течении и всего дня	Просмотр с детьми содержимого спортивного, речевого центров и уголка для закаливания в группе. Пополнение центров новыми атрибутами: - сюжетно-ролевыми играми «Стадион», «Олимпиада» «Больница», «Скорая помощь», «Поликлиника», «Служба спасения». - Чтение стихов, сказок, рассказов исходя из запросов детей и оснащения книжного уголка по теме проекта. - Беседа на тему «Спорт – это здоровье». - НОД «Сохрани свое здоровье сам», «Витамины укрепляют организм», «Слушай во все уши», «Смотри во все глаза», «Наши руки», «Подружись с зубной щеткой», «Осанка – красивая спина» «Строение человека», «Уроки Айболита»; - Беседы: «Мой любимый вид спорта», «Что я люблю делать на прогулке», «Что такое режим дня и из чего он состоит?» - Выставки детских рисунков: «Мой любимый вид спорта»; «Как мы отдыхали», «На прогулке	Дети, педагоги, родители.	-Ребенок пополняет словарный запас, учится излагать ясно свои мысли, использовать в своей речи синонимы, антонимы, сравнительные обороты и т.д. - У детей повысились знания о значимости здорового образа жизни. - Сформированы культурно-гигиенические навыки согласно возрасту. - Улучшились физические показатели. - Снизилась заболеваемость в группе. - Расширилось представление о закаляющих мероприятиях. - Выработалась форма поведения детей, помогающая избежать опасности для жизни. - Формируется потребность в ЗОЖ, изменилось отношение к своему здоровью. - Родители принимают более активное участие в жизнедеятельности групп.

		зимой», «Полезные продукты». Аппликация «Витамины в банке», лепка «Я лыжник» - Выполнение комплекса оздоровительных игр в группе, ленивая зарядка после сна. Закаливающие процедуры после сна. Физминутки, упражнения на развитие мелкой и крупной моторики, зрительная и артикуляционная гимнастика, дыхательные упражнения во время занятий и в режимных моментах. Полоскание рта после еды. - Сюжетно – ролевые игры «Больница», «Магазин овощей и фруктов», «Тренировка спортсмена»; - Дидактические игры: «Полезные и вредные привычки», «Собери картинку», «Съедобное-несъедобное», «Азбука здоровья», «Полезно-неполезно», Четвертый лишний», «Назови правильно», «Какой вид спорта», магнитная игра «Одежда по сезонам» и др - Экскурсия по детскому саду. Экскурсия в медицинский блок (кабинет медицинской сестры, процедурный кабинет, изолятор). Экскурсия на кухню детского сада. Тема: “И вкусно, и полезно!” - Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумакая». Стихи С. Михалкова: «Про девочку, которая плохо кушала», «Прививка», «Как Саша		Повышение профессионального уровня педагогов в вопросах ЗОЖ. Качественное освоение педагогами инновационных технологий оздоровления детей.
--	--	---	--	---

		сама себя вылечила», М. Яснов «Я мою руки», Г. Лазгдынь «Зарядка», А. Анпилов «Зубки заболели», И. Семенов «Как стать Неболейкой»; В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо», И.Токмакова « Мне грустно - я лежу больной», «Колыбельная», Ю. Чуприна «Молоко, йогурт и кефир», загадки, потешки по теме. - Подвижные игры, эстафеты на участке. Наблюдения за живой и не живой природой на улице. Загадки про спорт и здоровый образ жизни. <u>С родителями:</u> Консультации: «Как приобщить детей к здоровому образу жизни», «Для чего нужны коврики-массажеры», «Роль семьи в осуществлении здоровьесбережения дошкольников», «Грипп. Меры профилактики. Симптомы данного заболевания». «Я прививок не боюсь». «Витамины». Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т.д. Рекомендации «Изготовления массажных дорожек своими руками, их ролью в формировании правильного свода стопы, укреплению физического здоровья ребенка». Вместе с детьми оформление плакатов «Здоровое питание в нашей семье», «Наши дети за здоровый образ жизни»,		
--	--	---	--	--

		Фотовыставка "Моя семья на прогулке" Рекомендации для семейного домашнего чтения		

Заключительный этап:

Дата	Итоговые мероприятия	Оценка эффективности реализации проекта	Степень достижения поставленных целей	Обобщение педагогического опыта
	Проведение подвижных игр, эстафет на участке. Тематическая выставка детских рисунков и аппликаций. Создание родителями и детьми плакатов «Здоровое питание в нашей семье», «Наши дети за здоровый образ жизни», Фотовыставка "Моя семья на прогулке" «Полезные продукты» Проведение развлечения «Здоровый образ жизни мы ведем». Выставка семейных фотографий и рисунков «Как мы заботимся о своем здоровье»	- У детей повысился интерес к здоровому образу жизни. - Родители стали больше проводить времени с детьми на свежем воздухе. – В семьях стали больше уделять внимания рациону питания. - Родители стали больше задумываться чем дома заменить гаджеты. - Стали умело подходить к отбору необходимой информации. - Повысился уровень самооценки у многих детей (я умею и смогу сделать, у меня получится).	В результате совместной деятельности в ходе реализации данного проекта у воспитанников улучшились физические показатели, снизилась заболеваемость, обогатились знания детей о различных видах спорта. Дети узнали сколько нужно приложить усилий и выдержки чтобы вести здоровый образ жизни. Познакомились с профессией – тренер, много узнали об олимпиаде. Родители воспитанников получили информацию о том, как воспитать у ребёнка любовь к здоровым привычкам.	Презентация проекта педагогическому сообществу.

Вывод:

Совместная работа объединяет родителей, детей и педагогов общими интересами, впечатлениями, эмоциями, формирует у детей интерес к здоровому образу жизни, прививает желание быть здоровыми и счастливыми, учит размышлять, анализировать, что способствует более успешному будущему детей.







