

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 1 «Ручеек»
Барабинского района Новосибирской области

*Номинация: «Проектная деятельность педагога
дошкольного образования»*

Проект
**«Азбука
здоровья»**
(Фото детей из личного архива)

Автор:

Воспитатель ВКК:

Чепелева Е.А.

2022

Паспорт проекта *(слайд №1)*

Аннотация: Педагогический проект «Азбука здоровья» предусматривает приобщение детей дошкольного возраста и их родителей к здоровому образу жизни. Проект раскрывает эффективные формы работы по становлению у детей ценностей здорового образа жизни и овладению его элементарными нормами и правилами, которые основываются на формах совместной деятельности детей и взрослых (педагогов и родителей). *(слайд №2)*

Семья для ребенка – это источник общественного опыта. Здесь он находит примеры для подражания и здесь происходит его социальное рождение.

И если мы хотим вырастить нравственно здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: детский сад, семья, общественность».

В. А. Сухомлинский

Название проекта: «Азбука здоровья» *(слайд №3)*

Автор проекта: Чепелева Е.А.- воспитатель ВКК

Вид проекта: познавательно – творческий, информационный.

Продолжительность: среднесрочный (3 месяца).

Сроки реализации проекта: октябрь - декабрь 2022 года.

Участники проекта: воспитатели, дети, родители

Возраст детей: 5-6 лет.

Пассивные участники: музыкальный руководитель, педагог-психолог, учитель – логопед.

Актуальность.

В настоящее время существуют тенденции снижения здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовании, воспитании и развитии дошкольников.

Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности), и умением реализовывать их в различной деятельности доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку).

Дети дошкольного возраста имеют представление о здоровье как «неболезни». Они рассказывают о том, как болели, у них проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. Но, что значит «быть здоровым» и чувствовать себя здоровым, они объяснить еще не могут. Отсюда и отношение к здоровью, как к чему-то абстрактному. В их понимании быть здоровым — значит не болеть. На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, многие дети отвечают, нужно не простужаться, не есть на улице мороженого, не ходить в промокшей обуви и т.д. Из этих ответов следует, что в дошкольном возрасте дети начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холодно, дождь, сквозняк), а также своих собственных действиях.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка, поиска новых подходов к реализации задач по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста в практической деятельности дошкольных образовательных учреждений, что обуславливает выбор темы проекта. (слайд №4)

Цель проекта:

Взаимодействие ДООУ и семьи в здоровьесбережении детей дошкольного возраста; приобщение детей к здоровому образу жизни, формированию осознанного отношения к своему здоровью.

Задачи: *(слайд №5)*

Для детей:

Образовательные: формировать представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формировать двигательные умения и навыки, совершенствовать двигательные способности.

Развивающие: развивать психофизические качества, двигательную активность;

Воспитательные: воспитывать интерес к спорту, занятиям по физической культуре.

Для педагогов:

- Повысить мотивацию и профессионализм педагогов в области оздоровительной деятельности, с целью снижения уровня заболеваемости детей;
- Создать условия для обмена опытом семейного воспитания, для дальнейшего взаимодействия с семьями воспитанников с целью сотрудничества.

Для родителей:

Повысить педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.

Взаимосвязь образовательных областей в работе над проектом «Азбука здоровья»:

- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- социально-коммуникативное развитие;
- физическое развитие;
- художественно-эстетическое развитие.

Ожидаемый результат: *(слайд №6)*

Для детей: расширение знаний детей о здоровье, проявление интереса к здоровому образу жизни.

Для педагогов: самореализация, повышение компетентности по использованию в образовательном процессе современных педагогических технологий.

Для родителей: повышение компетентности родителей в вопросах сохранения здоровья и здорового образа жизни; активное участие в воспитательно-образовательном процессе ДООУ.

Продукт проектной деятельности: *(слайд №7)*

- Карточки игр, загадок, пословиц и поговорок, стихов о здоровье, спорте;
- Тематический альбом «Зимние виды спорта»;
- Создание семьёй Надежды Кербер тревел - бука «Полезное блюдо русской кухни!»;
- Создание семьёй Вероники Кузьминой газеты «КАЛЕЙДОСКОП ЗДОРОВЬЯ».
- Создание фотоальбома «В здоровом теле — здоровый дух».

(слайд №8)

Этапы проекта:

I этап – подготовительный:

- Подбор методической, научно- популярной литературы, иллюстративного, наглядного материала по данной теме;
- привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста;

II этап – основной:

- Разработка комплекса мероприятий;
- Разработка методических рекомендаций по формированию здорового образа жизни воспитанников;

- Организация работы с родителями;

III этап – заключительный:

- Создание семьёй Надежды Кербер тревел - бука «Полезное блюдо русской кухни!»;
- Изготовление семьёй Вероники Кузьминой семейной газеты «КАЛЕЙДОСКОП ЗДОРОВЬЯ»;
- Создание фотоальбома «В здоровом теле — здоровый дух».

Ресурсное обеспечение педагогического проекта:

Кадровые ресурсы:

- Воспитатели;
- Музыкальный руководитель;
- Учитель – логопед;
- Педагог-психолог;

Методическая литература, пособия: Картоотеки: игр по формированию у детей здорового образа жизни; подвижных, хороводных, пальчиковых игр, физминуток, динамических пауз, дыхательных гимнастик, комплексы утренней, бодрящей гимнастик, гимнастика для глаз.

Информационные ресурсы: использование ИКТ, создание своих и использование готовых презентаций, пополнение за счет ресурсов интернет– сайтов.

Материально– технические ресурсы:

- Предметно-развивающая среда группы: атрибутика для подвижных и сюжетно-ролевых игр, оборудование для двигательной деятельности, развивающие дидактические игры по формированию культуры здоровья, иллюстративный материал, алгоритмы, модели, схемы, центр здоровья, физкультурный уголок, уголок психоэмоциональной разгрузки, пособия для развития мелкой моторики рук, дыхательной системы, массажная и

корректирующая дорожка, оборудование для расслабления глаз.

- Видеодемонстрационное оборудование: телевизор, ноутбук для применения информационно– коммуникационных технологий;
- Магнитная доска для иллюстрационного материала на бумажном носителе;
- Флешкарта с записями музыкального материала.

Риск : Нежелание некоторой части родителей участвовать в педагогическом процессе и вести здоровый образ жизни.

Перспектива:

- Проект является результатом творческой деятельности детей, родителей, педагогического коллектива группы.
- В результате данного проекта создана эффективная система работы по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни, как в группе, так и дома.
- Продолжать внедрять в педагогическую практику здоровые сберегающие технологии, направленные на охрану и укрепление здоровья дошкольников.
- Проект может быть реализован в любом дошкольном образовательном учреждении.

Используемая литература:

- Веракса Н.Е..Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы»- М.: Мозаика- синтез, 2014;
- Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников- М.: Педагогическое общество России,2006;
- Деркунская В.А. Проектная деятельность дошкольников- М.: Центр педагогического образования,2012;
- Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б. Основы безопасности детей дошкольного возраста–М.: Просвещение, 2007;
- Нищева Н.В. Карточка подвижных игр, упражнений,

физкультминуток, пальчиковой гимнастики- СПб., 2009;

- Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье- М.: ТЦ СФЕРА, 2015.

(слайд №9 - 30)

Реализация проекта

<i>Работа педагогов</i>	<i>Работа с детьми</i>	<i>Работа с родителями</i>
<i>Подготовительный этап</i>		
<ul style="list-style-type: none"> - Сбор информации по данной теме. - Подбор иллюстраций, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр по данной теме. - Подбор художественной литературы по данной теме. 	<p>Опрос детей «Что такое здоровье?»</p>	<p>Анкетирование «Физическая культура и здоровье нашей семьи»</p>
<i>Основной этап</i>		
<ul style="list-style-type: none"> - Рассматривание с детьми иллюстраций по данной теме. - Реализация подобранного методического материала - <u>Ежедневно</u> физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация, утренняя, пальчиковая, дыхательная гимнастика, гимнастика пробуждения, физкультурные занятия, комплексы по профилактики плоскостопия и 	<p>Рассматривание иллюстраций о здоровом образе жизни.</p> <p><u>Просмотр презентаций:</u> «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» Викторина «Полезные и вредные привычки» «Виды спорта»</p> <p><u>Беседы:</u> «Где прячется здоровье?» «Мой режим дня» «Зачем нужна еда?» «Береги здоровье смолоду» «Наша осанка» «Наши верные друзья»</p>	<p>Оформление уголка здоровья;</p> <p><u>Консультации:</u> «Всё о детском питании» «Методы укрепления психофизического здоровья детей» «Бережём здоровье с детства или 10 заповедей здоровья» «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить»</p> <p><u>Памятки, советы</u></p>

нарушения осанки,
прогулки на свежем
воздухе,
подвижные игры и
игровые упражнения по
желанию детей

Оздоровительно –
профилактические
мероприятия:

полоскание рта после еды,
полоскание рта соевым
раствором,
хождение и массаж стоп
на дорожках здоровья,
гимнастика после сна,
гимнастика для глаз

Создание:

- Карточка игр «Здоровье
и безопасность»,
- Карточка игр по
формированию здорового
образа жизни,
- Тематический альбом
«Зимние виды спорта»

«Личная гигиена- залог
здоровья»
«Гигиена полости рта»,
«Грязные руки грозят бедой»
«Чтобы зубы не болели»
«О полезных и вредных
привычках»
«Почему люди болеют»
«Почему случаются травмы»
«Микробы и вирусы»
«Опасные домашние
предметы».
Беседа – размышление: «Что
такое здоровый образ жизни».

Дидактические игры:

-«Опасно – неопасно», «Если
я сделаю так...»,
-«Что такое хорошо, что
такое плохо»,
-«Съедобное – несъедобное»,
-«Вредно – полезно»
-«Расскажи по алгоритму»

Проблемные ситуации:

«Что может произойти, если
не мыть руки?»
«Если у тебя заболел зуб»
«Почему Незнайка стал плохо
видеть?»

родителям:

«Салаты каждый день –
вкусно и полезно!»
«Как сохранить осанку?»
«Полезные советы при
простуде»
«Помните, здоровье
начинается со стопы»
«Немного о закаливании»
«Формирование здорового
образа жизни»
«К здоровью вместе»
«Одежда для прогулок»
«Питание детей – забота
родителей»

Папки -раскладушки:

«Здоровье детей в д/саду»,
«Закаливающий массаж
подошв»
«Игровой массаж для
закаливания дыхания»
«Безопасность детей
зимой»

Информирование
родителей о
мероприятияхв ДОУ,
консультирование по
возникающим вопросам,
обмен информацией.

Сюжетно – ролевые игры:

«Больница», «Поликлиника»,
«Мишка заболел»,
«Научим куклу мыть руки»,
«Доктор Айболит в гостях у ребят»
«Аптека».

Чтение худ. литературы :

- Т.А.Шорыгина «Про девочку Таня и о ее режиме дня»
-А. Барто «Я расту», «Мы с Тamarой санитары»
-А. и П. Барто «Девочка чумазая»
-К.Чуковский «Мойдодыр»,
«Айболит»
-В. Катаев «Цветик – семицветик»
-А. Кардашова «Наш доктор»
-Ю. Олеша «Три толстяка»
-С. Михалков «Не спать»
Загадывание загадок

Изо-деятельность:

Рисование: «Вкусные дары щедрой осени»,
«Консервирование фруктов».

Аппликация: «Овощи и фрукты».

Лепка: «Овощи в корзине».

	<p><u>Конструирование:</u> «Стадион», «Больница для кукол»</p> <p><u>Мультсеансы:</u> «Мойдодыр»; «Айболит»;</p> <p>«Смешарики» из серии Азбука здоровья</p> <p><u>Спортивное мероприятие:</u> - «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить!»</p>	
<i>Заключительный этап</i>		
<ul style="list-style-type: none"> - Спортивный досуг «Весёлые старты» - Создание фотоальбома «В здоровом теле — здоровый дух». - Привлечение родителей к созданию альбомов, тревел-буков, газет и т.п. по теме. 	<p>Участие детей в проекте</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Помощь в создании фотоальбома «В здоровом теле — здоровый дух». - Создание семейного тревел-бука «Полезное блюдо русской кухни!» (<i>семья Надежды Кербер</i>). - Изготовление семейной газеты «КАЛЕЙДОСКОП ЗДОРОВЬЯ». (<i>семья Вероники Кузьминой</i>)

Фотоотчёт



Гимнастика для глаз



Игры на развитие глазомера



Точечный массаж



Утренняя зарядка



НОД



Логоритмические упражнения



Пальчиковая гимнастика



Использование напольного модульного покрытия «Орто» для профилактики плоскостопия и правильного формирования свода стопы



Полоскание горла после принятия пищи



Подвижные игры



Прогулки на свежем воздухе



Дыхательные упражнения

Творчество детей



Результат проектной деятельности с родителями

Семейная газета



Тревел – бук