Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 30 имени кавалера ордена Красной Звезды Ю.В. Гаврилова городского округа Сызрань Самарской области

(ГБОУ СОШ № 30 г. о. Сызрань)

***Педагогический проект***

***«Путешествие в страну Здоровья».***

**Подготовила:**

*воспитатель Талапанова Т.Е.*

г. Сызрань 2024г.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА.**

1. Информационная карта проекта.

2. Актуальность.

3. Проблема проекта.

4. Цели и задачи проекта.

5. Методы и механизм реализации проекта.

6. Этапы реализации проекта

7. Прогнозируемые результаты

8. Содержание проекта

9. Результаты проекта

10. Выводы

**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОЕКТА.**

***Тип проекта*:** групповой, познавательный, творческий, практический, игровой.

***Состав проектной группы:***воспитатель, воспитанники группы 5-7лет, родители.

***Место проведения:*** ГБОУ СОШ №30 «СП Детский сад №3 г.о. Сызрань», расположенный по улице Октябрьская, дом.21.

Организация деятельности участников проекта: взаимодействие и сотрудничество всех участников проекта.

***Срок реализации:*** краткосрочный, март-апрель 2024г.

**АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА.**

*Здоровье – это ценность и богатство,  
Здоровьем людям надо дорожить!  
Есть правильно и спортом заниматься,  
И закалятся, и с зарядкою дружить.  
Чтобы любая хворь не подступила,  
Чтоб билось ровно сердце, как мотор,  
Не нужно ни курить, ни пить, ни злиться,  
Улыбкой победить любой укор.  
Здоровый образ жизни – это сила!  
Ведь без здоровья в жизни никуда.  
Давайте вместе будем сильны и красивы  
Тогда года нам будут не беда!  
(Лена Одинцова)*

Самым главным в жизни человека, является его здоровье. Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека. Сохранять и улучшать здоровье – огромная каждодневная работа, начиная с рождения. Здоровый образ жизни для детей – основополагающий фактор физического и нравственного развития ребенка, его гармоничного существования в обществе. Дошкольный возраст является важным этапом в формировании навыков человека. От рождения до семи лет у детей закладываются основы здоровья и гармоничного физического развития. Растить детей здоровыми, жизнерадостными, сильными – это задача не только родителей, но и любой дошкольной образовательной организации

**ПРОБЛЕМА.**

 На современном этапе развития человеческого общества проблема сохранения здоровья подрастающего поколения продолжает оставаться актуальной. Проведённые в последние годы исследования свидетельствуют о неуклонном ухудшении состояния здоровья детей и молодёжи России. Одной из основных причин такого положения является то, что у подрастающего поколения не сформирована устойчивая мотивация на здоровый образ жизни (ЗОЖ) и нет ясного понимания, как следует заботиться о своём здоровье. У детей наблюдается: низкая двигательная активность, эмоциональное неблагополучие, недостаточное пребывание на свежем воздухе, замена двигательной активности сидением перед телевизором и компьютером, нездоровая экология.

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью. Для чего и был разработан данный проект, который направлен на работу с детьми 5-7 лет, для формирования у них потребности в сохранении и укреплении своего здоровья.

**ПРОЕКТ «ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ».**

**Цель проекта:** Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, через систему знаний и представлений об окружающем мире, привлечение родителей к решению оздоровительных задач.

***Задачи проекта:***

* Сохранение и укрепление здоровья детей.
* Формировать потребность в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни.
* Научить правильному поведению в экстремальных ситуациях, развивать умение предвидеть опасность.
* Расширить и разнообразить взаимодействие детского сада и родителей в целях укрепления здоровья детей.

***Предполагаемый результат*:**

*Для детей:*

1. Сформированные навыки ЗОЖ.
2. Сформированная гигиеническая культура.
3. Наличие потребности в ЗОЖ, изменение отношения к своему здоровью.
4. Создание цикла занятий по теме: «Путешествие в страну здоровья»

*Для родителей:*

1. Создание цикла консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.
2. Активное участие в жизнедеятельности группы.

*Для педагогов:*

1. Повышение профессионального уровня педагогов в вопросах ЗОЖ.
2. Качественное освоение педагогами инновационных технологий оздоровления детей.

***Формы работы:***

1)Проведение анкетирования родителей.

2)Консультации для родителей.

3)Беседы о ЗОЖ.

3)Спортивные развлечения, досуги, викторины.

4)Дидактические и сюжетно-ролевые игры с детьми на тему ЗОЖ.

5)Разучивание стихов, пословиц, поговорок о здоровье.

6) Чтение художественной литературы на тему ЗОЖ.

7)Просмотр познавательного видео и мультфильмов на тему ЗОЖ.

8)Проведение подвижных игр на прогулке.

10)Рисование и аппликация по теме.

11) Физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация; утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика, физкультурные занятия.

12) Составление вместе с детьми сказок по соблюдению правил гигиены, соблюдения режима дня.

13) Выставка рисунков по теме.

***Этапы проекта.***

***1 этап – подготовительный (18.03.2021- 20.03.2024)***

Определение темы и цели проекта, анкетирование. Формирование интереса к теме проекта. Подбор консультаций, игр, иллюстративного и видеоматериала, художественной литературы, изготовление атрибутов для подвижных игр.Определение срока проекта и его участников. Постановка целей и задач проекта перед родителями.

***2 этап – основной (20.03.2021- 17.9.04.2024)***

Для осуществления проекта я использовала следующие методические приёмы: беседы, чтение художественной литературы, просмотр познавательных передач и видеоматериала, мультфильмов, самостоятельная творческая деятельность детей (лепка, рисование, аппликация), драматизация, разучивание стихов, пословиц, организация подвижных и дидактических игр, викторин, организация различной двигательной активности детей.

***3 этап – результативный (19.04..2024)***

Самореализация участников проекта и оценка результатов. Проведение физкультурного досуга - «День Здоровья». Выставка детских рисунков «Быть здоровым – здорово!», фотовыставка «Мы любим спорт!», показ изготовленных коллективом детей коллажей.

***План реализации проекта.***

|  |  |
| --- | --- |
| Работа воспитателя  с родителями | Анкетирование детей и родителей «Здоровый образ жизни», «Какое место занимает физкультура в вашей семье?»  Сбор и систематизация информации по теме ЗОЖ.  Проведение опроса среди детей «Что такое здоровье?».  Изучение методической литературы по теме ЗОЖ.  *Консультации для родителей:* «Роль родителей в укреплении здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни», «Значение физической культуры в жизни ребёнка», «Воспитание навыков здорового образа жизни в семье», «Физическая готовность ребёнка к школе», «Роль физкультурно-игровой среды в психическом воспитании ребёнка».  *Папка- передвижка* «За здоровьем босиком», «Здоровый образ жизни семьи».  Подготовка методического материала: рассказов, стихов, загадок, кроссвордов, мультфильмов.  Подбор иллюстраций, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр по данной теме.  Подбор художественной литературы по данной теме.  Организация фотовыставки «Мы любим спорт!». |
| Работа воспитателя и  детей, с учетом интеграции образовательных областей | **Физическое развитие.**  Физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация.  Утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика; артикуляционная гимнастика.  Закаливание: воздушное и обширное умывание, принятие воздушных ванн, хождение босиком по полу и дорожкам.  Физкультурные занятия, комплексы по профилактике плоскостопия и нарушения осанки, подвижные игры и игровые упражнения по желанию детей.  Спортивные досуги и развлечения.  Песочная терапия. Психогимнастика *«Мы попрыгаем немножко…»,* логоритмика.  **Познавательное развитие.**  *Беседы с детьми по темам:* «Что такое режим дня?», «Чтоб здоровым быть всегда, нужно закаляться», «Гигиена тела», «Гигиена рта», «Грязные руки грозят бедой»,  «Чтобы зубы не болели», «Движение вместо лекарств», «Режим дня», «О полезных и вредных продуктах», «Почему люди болеют», «Гуляем и играем».  *Беседа-размышление* с детьми «Что такое здоровый образ жизни»  *Беседы из книги* Т.А. Шорыгиной «Про девочку Таню и о её режиме дня», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «Чистота-залог здоровья», беседа о зубах.  Рассказ воспитателя «Из истории возникновения зубной щётки и зубного порошка».  *Чтение произведений*  К.И Чуковского  «Айболит».  стихотворения А. Барто «Девочка чумазая».  Рассматривание иллюстраций о здоровом образе жизни, «Правила поведения для воспитанных детей».  *Просмотр* м/ф «Смешарики – Азбука здоровья»- «Личная гигиена» .  Рассматривание лепбуков «Здоровое питание», «Виды спорта».  **Социально-коммуникативное развитие.**  *Сюжетно-ролевые игры:* «Больница», «Поликлиника», «Доктор Айболит в гостях у ребят», «Аптека».  *Дидактические игры:* «Плохо - хорошо», «Что сначала, что потом?» (режим дня), «Лабиринты здоровья».  «Полезные и вредные продукты».  *Настольная игра* «Валеология».  *Театрализованная игра «*Витаминная семья».  *Игры с лепбуками: «*Азбука здоровья», «ЗОЖ», «Виды спорта».  **Речевое развитие.**  Составление вместе с детьми сказок по соблюдению правил гигиены: «Сказка о зубной щётке» .  Рассказ детей «Мой любимый вид спорта».  Заучивание пословиц и поговорок о здоровье.  Драматизация «Витаминная семья».  **Художественно-эстетическое развитие.**  *Аппликация* «Витамины в банке».  Конструирование «Стадион», «Каток».  *Ручной труд* - составление книги-самоделки рецептов «Вкусные истории».  Изготовление коллажа «Правила здоровья», «Полезные и вредные продукты». |
| Совместная работа родителей с детьми. | Составление вместе с детьми сказок по соблюдению правил гигиены: «Путешествие мыльных пузырей», «Сказка о зубной щётке» с рисунками.  Подбор информации в книгах по теме проекта, поиск иллюстративного материала для составления коллажа «Полезные продукты.  Участие в спортивных развлечениях , досугах. |

|  |  |
| --- | --- |
| Физическое развитие | Развивать двигательную активность, физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, координацию движений, тактильное, слуховое, зрительное восприятие у детей; способствовать снятию физического и психического напряжения, созданию позитивного эмоционального настроя продолжать развитие мелкой моторики. |
| Познавательное развитие. | Формировать у детей понятие – здоровый образ жизни.  Расширять знания детей о своем здоровье, правилах гигиены, полезных и вредных продуктах, о влиянии режима дня на здоровье человека, о заливании организма и видах спорта. |
| Речевое развитие | Развивать связную речь у детей; формировать умение строить сложноподчиненные предложения с предлогами. Развивать произвольное внимание, память, пространственное представление и мышление.  Упражнять детей в умении вести диалог в сюжетно- ролевых играх, используя в речи вежливые слова. Активизировать словарь детей словами: здоровье, здоровый образ жизни (ЗОЖ), виды спорта, правильное, здоровое питание, витамины, правила личной гигиены, режим дня. Упражнять в ориентировке в пространстве – право, лево. Развивать любознательность, логическое мышление, внимание. |
| Художественно-эстетическое развитие | Развивать умение конструировать постройку по схеме, из определённых деталей и разного вида конструктора, называть объёмные геометрические фигуры.  Развивать логическое мышление, фантазию и творческие способности при создании коллективных коллажей, аппликации, изготовлении книжки-самоделки |
| Социально-коммуникативное  развитие | Развивать игровую деятельность детей; воспитывать дружеские, партнёрские взаимоотношения в игре. |

***Содержание проектной деятельности.***

***1этап – подготовительный.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | мероприятия | задачи | участники | сроки |
| 1 | Создание проблемной ситуации для детей и родителей | Выяснить какими знаниями обладают дети группы компенсирующей направленности №3 о ЗОЖ. Оповещение родителей о проектной деятельности в группе. | Воспи  татель, дети, родители | 18.03.  2024 |
| 2 | Подбор и составление картотеки подвижных дидактических игр, иллюстративного и видеоматериала, художественной литературы, изготовление атрибутов, пособий для подвижных игр и т.д. | Повысить интерес родителей к предстоящей проектной деятельности. Сбор материала по  выбранной теме, подбор и чтение детям сказок, рассказов, рассматривание иллюстраций, разучивание пословиц и поговорок о здоровье. | Воспитатель, родите  ли, дети | 18.03.  2021 –  20.03.  20224 |
| 3 | Анкетирование родителей, опрос детей | Привлечь внимание родителей к проблеме физического воспитания детей и здорового образа жизни. | Воспитатель, родите  ли, дети. | 19.03  2024 |
| 4 | Консультации для родителей, папки-передвижки. | Привлечь родителей к изготовлению атрибутов для подвижных игр совместно с ребёнком. | Воспитатель, родите  ли, дети | 18.03.  2024- 20.03.  2024 |

***2этап – основной, практический.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | мероприятия | мероприятия | участники | сроки |
| 1 | Беседа-размышление с детьми «Что такое здоровье и здоровый образ жизни?»  Заучивание пословиц и поговорок о здоровье. | Дать понятие здоровью, содействовать сохранению и укреплению здоровья детей, развивать потребность в здоровом, активном образе жизни. Развивать речь, память. | Дети, воспитатель | 20.03.  2024 |
| 2 | Беседа «Что такое режим дня?»- книга  Т.А. Шорыгиной «Про девочку Таню и о её режиме дня».  Д/и «Что сначала, что потом?» (режим дня) | Объяснять детям значимость режима дня для здоровья человека. Формировать умение связно, последовательно объяснять свои действия. | Дети, воспитатель | 21.03.  2024 |
| 3 | Беседа «Чтоб здоровым быть всегда, нужно закаляться!» - книга Т.А. Шорыгиной –  «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит».  Игра с лепбуком «Азбука здоровья» | Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням. | Дети, воспитатель | 22.03.  2024 |
| 4 | Беседы «Гигиена тела», «Гигиена рта», «Грязные руки грозят бедой». Чтение  «Девочка чумазая».  Д/и «Плохо- хорошо», «Лабиринты здоровья».  Просмотр м/ф «Смешарики – азбука здоровья»- «Личная гигиена» . | Закреплять правила личной гигиены, учить поддерживать беседу.  закреплять знания о предметах личной гигиены и их предназначении. | Дети, воспитатель | 25.04.  2024 |
| 5 | Беседа «Чтобы зубы не болели».  Рассказ воспитателя «Из истории возникновения зубной щётки и зубного порошка».  Составление вместе с детьми сказок по соблюдению правил гигиены: «Сказка о зубной щётке».  Игры с лепбуком «ЗОЖ». | Закреплять знания о гигиене полости рта, познакомить с историей возникновения предметов гигиены. Развивать речь, фантазию, умение правильно строить предложения детей при составлении сказки. | Дети, воспитатель | 27.04.  2024 |
| 6 | Беседа «О полезных и вредных продуктах»  Д/и «Вредно – полезно»  Просмотр «Смешарики – азбука здоровья» - «Правильное питание».  Изготовление коллажа «Полезные и вредные продукты». | Формировать представления о мерах профилактики и охраны здоровья. Развивать зрительное восприятие, произвольное внимание, логическое мышление, грамматически правильную речь. Упражнять в выполнении коллективной работы. | Дети, воспитатель | 01.04.  2024 |
| 7 | Драматизация «Витаминная семья».    Аппликация «Витамины в банке». | Познакомить детей с наиболее полезными лесными и садовыми ягодами, воспитывать осознанную необходимость употреблять в пищу ягоды и фрукты. Закрепить какие витамины есть в разных овощах и фруктах и для чего они нужны нашему организму. | Дети, воспитатель | 05.04.  2024 |
| 8 | Составление книги-самоделки рецептов «Вкусные истории».  Работа с лепбуком «Здоровое питание».  С/р игра «Доктор Айболит в гостях у ребят». | Закреплять представления детей о правильном питании. | Дети, воспитатель,  Родите  ли | 08.04.  2024 |
| 9 | Беседа », «Движение вместо лекарств», рассказ детей «Мой любимый вид спорта»  Изготовление коллажа «Правила здоровья»,  Конструирование «Каток», С/р игра «Поликлиника», «Аптека». | Развивать умение в случае заболеваний не бояться лечиться, воспитывать уважительное отношение к докторам.  Закреплять  Упражнять в постройке «Катка» для занятий спортом, закреплять зимние виды спора. | Дети, воспитатель | 11.04.  2024 |
| 10 | Беседы «Почему люди болеют», «Гуляем и играем». Конструирование «Стадион», С/р игра «Больница».  Работа с лепбуком «Виды спорта».  Настольная игра «Валеология». | Закреплять знания детей о пользе прогулки на свежем воздухе для здоровья. Упражнять в постройке стадиона для занятий спортом, закреплять летние виды спора. | Дети, воспитатель | 15.04.  2024 |

***3этап – итоговый.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | мероприятия | мероприятия | участники | сроки |
| 1 | Выставка рисунков «Быть здоровым – здорово!» | Развивать творческие способности детей. | Дети, воспитатель, родите  ли | 05.04.  2024 |
| 2 | Составление книги-самоделки рецептов «Вкусные истории». | Закреплять представления детей о правильном питании. | Дети, воспитатель, родите  ли | 08.04.  2024 |
| 3 | Изготовление коллективных коллажей  «Правила здоровья», «Полезные и вредные продукты». | Закреплять представления детей о правильном питании, о пользе и вреде разных продуктов. | Дети, воспитатель. | 17.04.  2024,  08.04.  2024 |
| 4 | Фотовыставка «Мы любим спорт!» | Развивать желание заниматься разными видами спорта. | Дети, воспитатель, родите  ли | 16.04.  2024 |
| 5 | Проведение физкультурного досуга - «День Здоровья». | Прививать детям санитарные гигиенические навыки, потребность быть здоровыми, развивать физические способности детей. | Дети, воспитатель, родите  ли | 19.04.  2024 |

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА.**

Дети знают и называют: что такое здоровье и как его сберечь; знают правила личной гигиены, что такое витамины, и их роль в жизни человека; дети стали более активны, физически развиты.

*Родители* получили информацию по укреплению здоровья своих детей и поддержанию здорового образа жизни в семье. Появился интерес к образовательно – воспитательному процессу, желание общаться с педагогами, участвовать в жизни группы. Родители принимали активное участие в реализации проекта, с интересом знакомились с предложенным информационным материалом.