Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №32 «Росинка» г.Павлово

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ**

**Тип проекта:** познавательно - творческий.

**Участники:** дети старшей группы, их родители, педагоги группы.

**Продолжительность проекта:**3 недели

**Автор-разработчик:**

 Воспитатель

старшей группы

Рыжова Наталья Николаевна

**Актуальность.**

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основа основ достижения любых успехов. Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. В образовательных программах дошкольных учреждений все больше разделов, посвященных изучению организма человека, обеспечению безопасности его жизни. В детстве человек осуществляет более напряженную, более сложную, чем взрослый, работу по саморефлексии, самопостроению, самоконтролю и саморегулированию. Если ребенок пассивен в этом процессе, то деформируется его социализация, разрушается здоровье.

Поэтому именно на этапе дошкольного возраста приоритетными являются задачи воспитания у детей мотивации на здоровье, ориентации их жизненных интересов на здоровый образ жизни. Процесс обучения здоровому образу жизни неразрывно связан с двигательной активностью, как мощным и стимулирующим фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка. Именно на основе интереса детей к физкультурной деятельности следует формировать умения и навыки обеспечения здоровой жизнедеятельности, мотивацию на здоровье.

Во главе всех принимаемых решений по развитию дошкольного воспитания должен стоять ребенок, его психическое и физическое здоровье, эмоциональное благополучие. Ведущей идеей является идея постоянного развития человека, развитие личности в период ее физического и социально-психологического созревания, расцвета и стабилизации жизненных сил и способностей, формирования достоинства личности и «базового» доверия, а также соблюдение конвенциальных норм и прав ребенка. В последние годы одной из ведущих стала идея валеологизации образования, согласно которой здоровье детей рассматривается как приоритетная ценность, цель, необходимое условие и результат успешного педагогического процесса.

Валеология – наука о здоровом образе жизни, сохранении, формировании и управлении здоровья.

Предмет изучения валеологии есть здоровый человек, поэтому часто термин «валеология» объясняют как «наука о здоровье человека или здоровье здоровых».

Применительно к дошкольному образованию, валеология ставит свой целью обучение детей основным гигиеническим правилам и нормам, укрепление здоровья и привитие навыков здорового образа жизни: активный труд, рациональный отдых, закаливание, занятие физкультурой и саморазвитием, рациональное и полноценное питание, личная гигиена, своевременное обращение к врачу и др.

Проект направлен на расширение представлений о здоровье и здоровом образе жизни, на осмысление детьми старшего дошкольного возраста необходимости беречь здоровье.
В проекте учитываются особенности психологического развития детей 5-6 лет, выражающиеся в способности к самоконтролю над привычками, формированием привычки к здоровому образу жизни, совершенствованием культурно-гигиенических навыков

**Цель**: является создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья; формирование психологического здоровья дошкольника как важного фактора здоровья человека в целом; профилактика психосоматических заболеваний. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни, расширять знания о сохранении здоровья.

**Задачи** проекта:

* Воспитание у детей сознания того, что человек – часть природы и общества
* Установление гармонических отношений детей с живой и неживой природой
* Формирование личности ребенка
* Воспитание привычек личной гигиены
* Закаливание ребенка и его двигательная активность
* Профилактика и устранение вредных привычек
* Расширять представления о здоровье, его ценности
* Укреплять и сохранять здоровье детей введением физкультурно-оздоровительных, закаливающих мероприятий.
* Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Выявление проблемы.

В настоящие 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 развитие дошкольников.

Основополагающий вопрос:
«Знают ли ребята как сохранить свое здоровье?

**Основные формы реализации данного проекта**:

**1 этап – подготовительный**.

Постановка задач, целей;

Сообщение родителям задач по теме.

Подбор познавательной, художественной литературы.

Составление конспектов занятий бесед, консультаций по данной теме.

Подбор наглядной информации для родителей.

Подбор игр и демонстрационного матеоиала по валеологии, подбор художественной литературы для детей во валеологическому воспитанию, составление каталогов загадок «Загадки о предметах личной гигиены», «Части тела», «Пословицы и поговорки по валеологии – «В здоровом теле здоровый дух».

Вопросы
Что такое здоровье?
Где найти [витамины](http://apteka-ifk.ru/) и зачем они нужны?
Что такое микробы и вирусы?
Что мы делаем, чтобы избавиться от микробов и вирусов?
Что означает выражение «будь здоров без докторов»?
Что такое здоровый образ жизни?
Как мы укрепляем свое здоровье?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2 этап –основной.**

Совместная деятельность с детьми

Специально организованная групповая и подгрупповая деятельность

 Беседа на тему «Полезные продукты»

Беседа на тему «Закаливание»

Беседа на тему «Мы гуляем на улице»

Беседа на тему «Мои правила здоровья»

Ситуативная беседа на тему «Как сохранить свою кожу здоровой? »

Беседа на тему «Предметы личной гигиены»

Беседа на тему «Для чего нужно делать зарядку»

Беседа на тему «Для чего и сколько раз нужно чистить зубы»

Беседа на тему «Зачем нужно мыть руки»

Беседа на тему «Вредные для здоровья продукты»

Беседа на тему «Вред и польза телевизора и компьютера»

Беседа на тему «Части тела»

Беседа на тему «Предметы, опасные для жизни»

Беседа на тему «Культура безопасного поведения за столом во время еды»

Проблемная ситуация «Окажи первую помощь в случае… »

Беседа на тему «Витамины»

Загадки «Части тела»

Загадки «Предметы личной гигиены»

Физкультурно-оздоровительная работа на прогулке

Подвижные игры: «Гуси», «Поймай мяч», «Совушка-сова», «Коршун и наседка», «Не сбей флажок», «Город-село», «Ловишки с лентами», «Золотые ворота», «Лягушки и цапля», «Волки во рву», «Гори-гори ясно», «Найди себе пару», «Кольцеброс», «Кот и мыши», «Найди, где спрятано», «Кто быстрее от дерева к дереву», «Море волнуется», «Хромая лиса», «Охотники и утки», «Пустое место», «Дудочка-погудочка», «Прятки» и др.

Образовательная деятельность в режимных моментах

1. Закрепление умения одеваться и раздеваться в правильной последовательности, складывать одежду и убирать ее на свое место

2. Дидактическое упражнение «Кто правильно сложит одежду»

3. Дидактическая игра «Полезно – вредно»

4. Изучение алгоритма сервировки стола

5. Дежурство по столовой

6. Дидактические игры по валеологии

7. Чтение стихотворения И. Ищук «Мои ладошки»

8. Дидактическая игра «Угадай на ощупь»

9. Игровое упражнение «Режим дня»

10. Дидактическое упражнение «Что будет, если… »

11. Отгадывание загадок о предметах личной гигиены

12. Чтение стихов о здоровье

13. Пальчиковые игры

14. Дидактическая игра «Что мы видели не скажем, а что делали – покажем»

15. Чтение стихотворения В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо»

16. Чтение произведений К. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе»

17. Дидактическая игра «Кто больше видов спорта назовет»

18. Ситуативный разговор о воде во время умывания «Польза-вред»

Самостоятельная деятельность детей

1. Рассматривание энциклопедии «Человек»

2. Рассматривание иллюстраций книг

3. Дидактическая игра «Валеология»

4. Домино «Фрукты»

5. Раскраски «Овощи и фрукты»

6. Дидактическая игра «Человек-части тела»

7. Дидактическая игра «Малыш-крепыш»

8. Рисование детьми полезных продуктов

9. Рисование предметов гигиены

10. Сюжетно-ролевая игра «Больница»

11. Дидактическая игра «Хорошо или плохо»

Индивидуальная работа с детьми

Физкультурно-оздоровительная работа на прогулке

Индивидуальная работа по ОВД: «Прыжки на одной и двух ногах», «Броски и ловля мяча», «Прыжки в длину, в высоту, из обруча в обруч», «Метание в цель, вдаль», «Пройди по бревну», «С кочки на кочку», «Перебрасывание и ловля мяча двумя руками», «Брось дальше».

**Работа с родителями**

Консультация для родителей, приобретение игр и демонстрационного материалапо валеологии.

Совместная деятельность родителей и детей - Рисунки на тему «Мы занимаемся гимнастикой!».

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3 этап -заключительный.**

Спортивное развлечение с родителями «Мама, папа, я – спортивная семья!»

**Ожидаемые конечные результаты реализации проекта:**

* В ходе реализации задач предполагается, что дети приобретут:
* Представление о своем теле и организме;
* Повысится интерес детей к оздоровлению собственного организма;
* Появится умение у детей определять свое состояние и ощущение;
* Сформируются навыки ведения здорового образа жизни;
* Снизится уровень заболевания.

**Список используемых источников.**

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду М.: Сфера, 2003 – 88 с.
2. Белая К.Ю., Зимонина В.А. «Как обеспечить безопасность дошкольников: конспекты занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста» М.: Просвещение, 2000 – 94 с.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам: программа и программные требования М.: 1999 – 144 с.
4. Закон Российской Федерации «Об образовании» в редакции Федерального закона от 01.12.2007 № 309 – ФЗ и приказ Министерства образования и науки РФ от 23.11.2009 № 655 « Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования.
5. Зимонина В.А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.;ВЛАДОС,2003-304 с
6. Каштанова Т.В, Организация оздоровительного центра в образовательном учреждении: практическое пособие М.:2002
7. Колабанов В.В. Валеология – СПб: Деан, 2001
8. Конвенция по правам ребёнка.
9. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
10. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
11. Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. СПб, 2002 – 176 с.
12. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004