# *Детско-родительский образовательный проект "Познай себя"*

 Автор: педагог-психолог Компаниец Т.В.

 База реализации проекта: воспитанники и родители

 подготовительной гр.№ 5

 МБДОУ №107

**Тип проекта:** методический, творческо- информационный.

**Продолжительность проекта:** долгосрочный.

**Участники проекта:** дети подготовительной группы, воспитатели группы, специалисты, родители воспитанников.

**Образовательная область:** физическое развитие и оздоровление.

Актуальность темы: воспитание здорового ребенка - приоритетная, наиглавнейшая задача дошкольной педагогики, особенно в современных условиях. Проблема воспитания счастливой личности напрямую связана со здоровьем этой личности. Здоровье населения России находится в опасности. В последние годы негативные процессы стали угрожать существованию нации. Практически все показатели здоровья и социального благополучия претерпели резкое ухудшение. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляются отклонения в состоянии здоровья, в том числе и психологическом.

 Таким образом, можно заключить, что в области охраны здоровья подрастающего поколения наше общество несет наибольшие потери. И хотя во многих нормативных документах законодательно закреплено, что физическое и психическое здоровье человека- непреходящая ценность, в настоящий момент, когда резко ухудшаются здоровье населения, среда обитания, когда процессы депопуляции и вырождения выходят из-под контроля, все декларированные права и свободы сводятся к праву большинства населения быть больным и влачить жалкое существование.

 Отсюда вытекает важная проблема: как помочь подрастающему ребенку реализовать свое право на здоровье, на счастливую жизнь.

**Цели проекта:**

\*определить педагогические основы проблемы формирования представлений о своем организме у детей подготовительной группы;

\*выяснить влияние знаний о человеческом организме на становление и развитие самопознания, самооценки, "Образа Я" у дошкольников;

\*разработать наглядные материалы, оказывающие развивающее воздействие и познавательную стимуляцию на детей подготовительной к школе группы.

**Задачи проекта:**

\*Формирование у детей 6-7 лет элементарных представлений о человеческом организме.

\*Обучению уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи

\*Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма

\*Воспитание любви к себе, своему телу.

\*Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

\*Развитие представлений о строении человеческого тела и назначении внутренних органов.

**Объект проектной деятельности:**

Образ жизни семейного воспитания и развивающая среда детского сада, направленная на формирование основ здорового образа жизни.

**Предмет проектной деятельности:**

 Система работы, направленная на обогащение знаний детей подготовительной группы детского сада как основа приобщения к здоровому образу жизни и формирование элементарных представлений о самом себе детей дошкольного возраста

**Принципы работы:**

Принцип гуманизма, осознания бережного отношения к собственному здоровью

Принцип системности, знания об особенностях своего организма и бережного отношения к собственному здоровью

Принцип учета возрастных особенностей детей дошкольного возраста

Принцип единства воспитания, семьи и детского сада

**1 этап Проекта:**

- Анкетирование родителей детей подготовительной группы

Цель: Определить уровни состояния здоровья у детей, отношение семьи к проблеме здоровья, выявить опыт семейного воспитания по теме

-Составление перспективно-творческого плана по формированию у детей элементарных представлений о своем организме

**2 этап Проекта**

Цель: активное участие детей, родителей, педагогов ДОУ во всех мероприятиях по реализации Проекта «Познай себя»

1.Использование словесных методов (беседы, рассказы, стихи, загадки, речёвки о здоровье)

-Аудиозаписи (песни, посвященные утренней зарядке, движениям, спорту)

-Составление сказок о здоровом образе жизни

-Обогащение словаря самостоятельно придумывание загадок о своем организме

- Чтение художественной и познавательной литературы - поиск новых знаний (дети вместе с родителями готовили сообщения на темы: «Чтобы зубы не болели», «Что бы осанка была красивой» и т. д.

 2.Практические методы

 Проведение акции «Береги здоровье смолоду» - создание плакатов

 Викторины, КВН-закрепление и обогащение знаний (викторины «Я простуды не боюсь»

 КВН- «Для чего нужны мне уши, глазки …»

 3.Наглядные методы (рассматривание иллюстраций, открыток, семейных фотографий-

 Донести детям красоту зимних и летних видов спорта)

 **Предполагаемый результат:**

1.Рассмаиривание рисунков и фотографий в анатомических атласах.

2.Знакомство с литературными произведениями: А. Барто "Я расту", "Придумываю сны", "Мы с Тамарой санитары", С. Михалков "Прививка", "Тридцать шесть и пять", "Не спать", "Чудесные таблетки", "Грипп"; отрывки из произведений про дядю Степу, в которых отражены вопросы сохранения здоровья, закаливания, лечения людей.

3.Использование дидактических игр: "Что было бы, если бы...", "Что ты знаешь о…","Полезная и вредная еда, "Подбери пару" и прочее.

4.Разучивание точечного массажа, самомассажа, пальчиковой гимнастики.

Роль родителей в реализации проекта:

\*Семейные старты, спортивное соревнование "Путешествие в страну спорта и здоровья», «Рассматривание семейных альбомов с фотографиями»

\*Обмен семейным опытом: "Здоровье детей", "Ребенок растет".

\*Представления семьями, заранее подготовленных буклетов: " Утренняя гимнастика", "Проблема детского ожирения", "Оздоровительный бег", "О пользе велосипеда".

\*Сбор народных знахарских рецептов в сундучок "Бабушкины рецепты»

\*Изготовление совместно с детьми дома папок на тему "Как я берегу зубы", "Как я берегу осанку", "Профилактика плоскостопия", "Мое здоровье", "Детство без травм", "Мы за здоровый образ жизни", "Безопасность движения", "Как беречь зрение с детства».

/ на выбор/

Участие специалистов в осуществлении проекта:

\*Педагог-психолог: Консультация для родителей «Психологическое здоровье ребенка в семье»

\*Выступление врача-педиатра: "Как предупредить ожирение и правильное питание ребенка дошкольника".

Инструктор по физкультуре: Проведение совместных соревнований с детьми и родителями «Самая спортивная семья»

Работа с воспитателями:

Семинар-практикум «Мальчики и девочки - они такие разные» (Проводит педагог-психолог)

\*Консультации.

\*Спортивные и оздоровительные мероприятия: "Волшебная страна ", День здоровья", "Пейте, дети, молоко, будете здоровы", "Поход по стране здоровья".

\*Познавательные занятия: "Я расту", "Глазки, уши и носы быть здоровыми должны", "Да здравствует мыло душистое", "Сердце и его работа".

**Продукт проектной деятельности:**

Анатомический фартук; дидактические игры; наглядный материал точечного массажа носа; пальчиковая гимнастика; рисунки детей; фотографии занятий и спортивных мероприятий; сундучок "Бабушкины рецепты; модели занятий; Папки о ЗОЖ, изготовленные вместе с детьми; Буклеты, изготовленные семьями; газеты, посвященные ЗО; папки, изготовленные совместно с родителями.