



Проект в старшей группе: «Я здоровье берегу- сам себе я помогу!»

Автор–составитель:

воспитатель

Дьяченко Людмила Алексеевна

2023г.

Содержание:

1. Краткая аннотация проекта	3
2. Характеристика проекта.....	4
3. Актуальность	5
4. Цель, задачи	6
5. Основные виды деятельности, методы и формы работы	7
6. Этапы реализации проекта	8
7. Технологическая фаза проекта.....	9
8. Дальнейшее развитие проекта	10
9. Список литературы	11

Педагогический проект на тему «Я здоровье берегу-сам себе я помогу!».

Данный проект будет интересен и полезен детям, их родителям, педагогам детских садов.

Он важен в своей реализации, т.к. даёт возможность взаимодействия всех участников педагогического процесса и особенно актуален, т. к дети не имеют достаточных знаний о здоровом образе жизни. Проект даёт возможность всем его участникам в ходе совместной деятельности, проявить интерес к своему здоровью и способах его сохранения.

Характеристика проекта:

Тип проекта: образовательный.

Вид проекта: групповой

Продолжительность проекта: краткосрочный

Срок реализации: 1,5 месяца

Участники проекта: дети, воспитатели, родители.

Актуальность

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В.А.

Сухомлинский.

В настоящее время здоровье является важнейшим составляющим всей жизни человека, как взрослого, так и ребенка.

На современном этапе развития и модернизации российского образования на первый план ставится задача оздоровления детей, снижения их заболеваемости через формирование мотивации на здоровый образ жизни, создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Дошкольный период считается более благоприятным для формирования здорового образа жизни. Детство – уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье. Важно научить ребенка понимать, насколько ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни.

Сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Цель:

создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья, через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни

Задачи:

1. Расширение знаний детей о здоровье как о главной ценности жизни, продуктах здорового и нездорового питания.
2. Формирование знаний об организме человека, о влиянии движений на функционирование органов и систем;
3. Формирование потребности в физических упражнениях и подвижных играх; поддержание интереса к занятиям спортом
4. Привлечение родителей, к активному участию в воспитательном процессе по формированию здорового образа жизни детей

Основные виды деятельности:

- коммуникативная
- игровая
- познавательно – исследовательская
- восприятие художественной литературы

Методы и приёмы*Словесный метод:*

- чтение художественной литературы
- беседа
- объяснение
- рассказы детей

Наглядный метод:

- выполнение действий, являющихся творческими заданиями (показ).
- демонстрация картин, иллюстраций

Игровой метод:

- решение проблемной ситуации
- дидактическая игра
- игры и упражнения

Практический метод:

- выставка детских работ
- анкетирование

Формы работы:

- беседа
- консультация
- совместная деятельность

Ожидаемый результат:

- 1 Дети знают, о здоровье, как о главной ценности жизни, продуктах здорового и нездорового питания.
- 2 Сформировались знания об организме человека, о влиянии движений на функционирование органов и систем;
- 3 Сформировались потребности в физических упражнениях и подвижных играх; поддержание интереса к занятиям спортом
- 4 Привлечены родители, к активному участию в воспитательном процессе по формированию здорового образа жизни детей

Оценка эффективности проекта: через различные виды взаимодействия с детьми и родителями (беседа, совместная деятельность, консультации, рассказы детей и пр.) можно оценить степень эффективности проекта, выяснить, насколько он интересен и полезен детям и их родителям.

Диагностический инструментарий:

- беседа
- наблюдение
-

Этапы реализации проекта

Этап проекта	Деятельность педагога	Участники проекта
Фаза: проектирования		
Предпроектирование	1.Изучение материала по разработке проекта. 2.Подготовка учебно-методической базы для реализации проекта. 3.Определение способов оценки эффективности проекта.	Воспитатель
Фаза: технологическая		
1 этап Целеполагание	1.Анализ ситуации, осознание необходимости начать работу над проблемой семейных ценностей. 2. Определение задач для решения	Воспитатель

	проблемы.	
2 этап Организация работы над проектом	1.Составление плана работы с детьми, родителями, педагогами. 2.Обогащение предметно-развивающей среды. 3.Разработка содержания творческих работ с детьми.	Воспитатель
3 этап Выполнение проекта	1.Практическая деятельность в соответствии с планом работы с детьми, родителями, педагогами.	Воспитатель, родители, дети
4 этап Презентация проекта	1.Подготовка к презентации. 2.Презентация проекта «Я здоровье берегу-сам себе я помогу!»	Воспитатель
5 этап Подведение итогов	1.Формулирование выводов о решении проблемы	Воспитатель
Фаза: рефлексивная		
	1. Оценка эффективности проекта. 2. Обобщение материалов проекта.	Воспитатель, старший воспитатель

Технологическая фаза проекта

Срок	Формы работы		Источник
«Неделя вкусной и здоровой пищи».			
Сентябрь 3-я неделя	Творческая деятельность	Лепка из пластилина: «Овощи, фрукты - полезные продукты».	
	Рассматриван ие картин, фото, иллюстраций	«Вредные и полезные продукты». Рассматривание иллюстраций по теме «Витамины»,	Презентация Картинки
	Чтение художественно й литературы	«Горшок каши» «Яблоко»	Авторы: Б. Гримм, https://nukadeti.ru/skazki/grimm_gorshochek_kashi В. Сутеев, https://nukadeti.ru/skazki/suteev-yabloko
	Работа с родителями	«Роль витаминов в жизни ребенка»	Консультация https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2022/12/11/kon

			sultatsiya-dlya-roditeley-rol-vitaminov-v-zhizni
	Беседа	«Овощи и фрукты-полезные продукты» «Витамины для здоровья»	https://samigullina-ds6kar.educhel.ru/articles/post/3244024 https://www.maam.ru/detskij-sad/beseda-vitaminy-dlja-zdorovja-starshaja-grupa.html
	Игровая деятельность	Пальчиковые Игры «Фруктовая ладошка», «Ягоды» Сюжетно-ролевые игры: «Продуктовый магазин».	
«Спорт-жизнь!».			
	Творческая деятельность	«Спортсмены» Спортивный инвентарь для медвежонка Тишки».	Раскраски Лепка
Сентябрь 4-я неделя	Беседа	«С физкультурой дружить – здоровым быть».	https://www.maam.ru/detskij-sad/beseda-s-fizkulturoi-druzhit-zdorovym-byt.html
	Рассматривание	Рассматривание альбома «Спортсмены-земляки», «Виды спорта»	Фото
	Чтение художественной литературы	Чтение рассказа «Будь спортивным и здоровым»,	https://infourok.ru/bud-sportivnim-i-zdorovim-833676.html
	Игровая деятельность	П/и «Не урони палку», «Делай вот так», «Кто быстрее?» Су-джок терапия(самомассаж) Дыхательная гимнастика.	
«Микробы и вирусы» «Мое тело»			
Октябрь 1-2 неделя	Беседа	«Осторожно микробы!» Я и мое тело»	https://www.maam.ru/detskij-sad/konspekt-nod-v-starshei-grupe-ostorozhno-mikroby.html https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/03/13/beseda

			-ya-i-moe-telo
	Чтение	Стихи о микробах «Руки могут все достать» «Для чего всем людям ножки»	https://www.maam.ru/det skijsad/stihi-i-zagadki-pro-chasti-tela.html Автор: С.Волков
	Рассматривание картин, фото, иллюстраций	Смарта и Чудо-сумка - Большая тайна – микробы Строение тела человека	https://urok.1sept.ru/articles/653046 Плакат
	Творческая деятельность	Рисование «Вирусы-монстрики» Апликация «Вредная и полезная еда для зубов»	
	Игровая деятельность	С/Р/И «Вирусы на ладошках» Д/И органы чувств человека	
«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья» «Семейный туризм»			
Октябрь 3-4 неделя	Беседа	«Если хочешь быть здоров – закаляйся» «Знакомство с туризмом и кто такие туристы»	https://infourok.ru/beseda-na-temu-esli-hochesh-byt-zdorov-zakalyajsysya-6352630.html https://pandia.ru/text/80/458/41958.php
	Рассматривание картин, фото, иллюстраций	«Все о пользе плавания» «Дети в лесу», «Дети купаются», «Пикник», «Мы поставили палатку»	Презентация Картинки
	Работа с родителями	"Детский туризм как средство воспитания дошкольников" «Туристический поход»	https://urok.1sept.ru/articles/653046 Консультация для родителей Стенгазета
	Чтение Просматривание видеомультфильма	Спокойной ночи, Шмяк!	Роб Скоттон, Натали Энгл pokoynoy-nochi-shmyak.htm
	Игровая деятельность	Д/И «Что возьмем в поход» М/П/И «Угадай что я делаю»	
	Творческая деятельность	Рисование «Мы закаляемся» Сюжетная Лепка: «Мы туристы»	

Дальнейшее развитие проекта: дальнейшая работа в рамках проекта будет направлена на воспитание навыков и стремлению к здоровому образу жизни.

Список литературы:

1. **pokoynoy-nochi-shmyak.htm**
2. <https://urok.1sept.ru/articles/653046>
3. <https://urok.1sept.ru/articles/653046>
4. <https://www.maam.ru/detskijsad/stihi-i-zagadki-pro-chasti-tela.html>
5. <https://infourok.ru/bud-sportivnim-i-zdorovim-833676.html>
6. https://nukadeti.ru/skazki/grimm_gorshochek_kashi
7. <https://nukadeti.ru/skazki/suteev-yabloko>
8. <https://samigullina-ds6kar.educhel.ru/articles/post/3244024>
9. <https://www.maam.ru/detskijsad/beseda-vitaminy-dlja-zdorovja-starshaja-grupa.html>
10. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2022/12/11/konsultatsiya-dlya-roditeley-rol-vitaminov-v-zhizni>
11. <https://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-nod-v-starshei-grupe-ostorozhno-mikroby.html>
12. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/03/13/beseda-ya-i-moe-telo>
13. <https://www.maam.ru/detskijsad/beseda-s-fizkulturoi-druzhit-zdorovym-byt.html>
14. <https://infourok.ru/beseda-na-temu-esli-hochesh-byt-zdorov-zakalyajsya-6352630.html>
15. <https://pandia.ru/text/80/458/41958.php>

Приложение

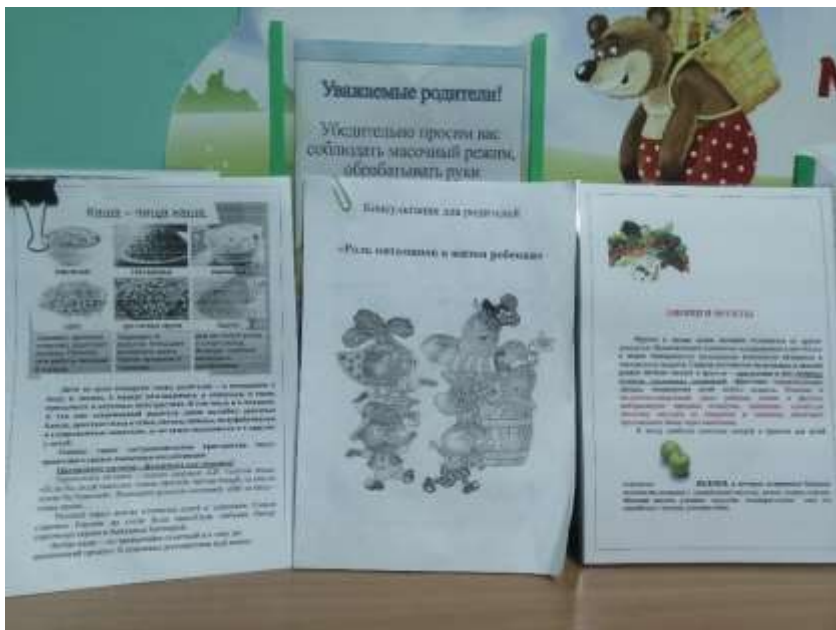












ТУРИЗМ КАК СРЕДСТВО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Туризм – это самый демократичный вид отдыха, он не ставит никаких ограничений ни по физической подготовке, ни по возрасту. Не в возрасте дело. Главное – состояние души. "Не физическая сила двигает человека, - считал известный путешественник Карло Моури, - а его вера в собственные силы".

Туризм способен удовлетворить самые разные стремления людей. Каждый в нём избирает для себя ту сложность, тот вид походов, которые более всего способствуют его устремлениям, интересам и возможностям.

Туризм даёт также простор для реализации различных увлечений, наилучшие возможности для воспитания характера и для объединения людей по интересам.

Туризм — это общение с природой и друзьями, познание своей Родины, это постоянные открытия. И не только новых путей, уникальных природных явлений. Главное — это открытие человека. В походе лучше узнаёшь своих спутников и самого себя. В различных природных условиях вырабатываются стойкость, мужество, взаимовыручка и на деле проверяется, что стоит каждый.

Чтобы походы приносили пользу, удовольствие, заканчивались без травм, необходимо знать "азбуку" туризма – его основные правила, технические приёмы, походную этику. "Когда знаешь – не трудно, трудно – когда не знаешь" – гласит китайская поговорка.

Туризм занимает ведущее место в физическом воспитании детей дошкольного и школьного возрастов. Реализация воспитательных возможностей зависит от педагогов. Работа по туризму создаёт благоприятную почву для воспитания трудовых и волевых навыков. В походе турист учится преодолевать препятствия, преодолевать препятствия, ориентироваться на местности.

Туристская подготовка в ДОУ является важным фактором в решении проблем комплексного воспитания детей: предусматривает

