МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ – ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК»

630501, р.п. Краснообск, здание 74

Т:308-77-55, факс:348-57-87

[teremok@edunor.ru](mailto:teremok@edunor.ru)

**Проект «Мы – за здоровье»**

Коллектив подготовительной к школе группы «Незабудка»

МБДОУ-детского сада «Теремок», р.п Краснообск

Автор – руководитель проекта: Комличенко Наталья Сергеевна



р.п. Краснообск 2022 г.

**1. Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование проекта** | «Мы за здоровье» |
| **Этапы реализации проекта** | Подготовительный: октябрь 2022 г  Основной: ноябрь-декабрь 2022 г.  Заключительный: январь 2023 г. |
| **Цели и задачи проекта** | **Цель проекта** – формирование навыков здорового образа жизни у дошкольников через поддержку инициатив детей и их родителей.  **Задачи:**   * Определить существующие проблемы в вопросах оздоровительного направления воспитания дошкольников и наметить пути решения через совместные оздоровительные мероприятия; * Создать условия для развития детско-взрослой общности, приобщая и воспитывая у дошкольников правила и нормы культуры безопасного поведения; * Воспитывать потребность в осознанном соблюдении здоровогообраза жизни; * Введение оздоровительных традиций в ДОО. |
| **Автор проекта** | Комличенко Наталья Сергеевна, инструктор по физической культуре |
| **Участники проекта**  **(команда)** | 1. Артем Васильев 2. Алиса Гребенюк 3. Варя Кулакова 4. Вова Китов 5. Лиза Савинская 6. Максим Михель 7. Полина Бакулина 8. Рома Бекетов 9. Тимур Базанов 10. ФейрузаНосирова |
| **Участники проекта** | Педагоги, воспитанники и их родители МБДОУ-детского сада «Теремок» |
| **ФИО руководителя** | Столбунова Наталья Николаевна |
| **Сайт ДОУ** | <http://teremoknr.edusite.ru> |

*Здоровый ребенок дошкольного возраста – это жизнерадостный, активный, любознательный, устойчивый к неблагоприятным внешне-средовым факторам, выносливый и сильный, с высоким уровнем физического и умственного развития*

*Ю.Ф. Змановский*

**2. Актуальность темы**

С наступлением осени, пасмурной прохладной погоды дети стали замечать, что многие их них не ходят в детский сад, пропускают занятия, интересные мероприятия. Оказывается, дети часто болеют. Также их заинтересовало: почему они болеют? Что у них болит? Дети младшего возраста и взрослые люди также часто болеют? И почему?

Воспитатели группы и родители воспитанников поддержали интерес детей. Так, возникла идея и актуальность данного проекта, направленного на популяризацию ценностей здорового образа жизни.

**3. Ожидаемые результаты**

**Дети:**

1. Появление устойчивого интереса к своему здоровью и здоровью окружающих.
2. Познавательное развитие в вопросах осмысленного соблюдения норм и правил здорового образа жизни.
3. Возникновение желания делиться ценностями здорового образа жизни.
4. Воспитание культуры ЗОЖ.

**Родители:**

1. Привлечение родителей к совместной детско-взрослой деятельности.
2. Повышение педагогической компетенции в вопросах здоровьясбережения.
3. Популяризация ценностей ЗОЖ в семьях.

**Педагоги:**

1. Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах организации работы с воспитанниками и их родителями.
2. Создание и внедрение в жизнедеятельность детского сада новых оздоровительных традиций.

**4. План реализации проекта «Дорожная карта»**

**Этапы работы по проекту**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Подготовительный этап**  **Цель:** мотивирование детей, педагогов ДОУ, родителей воспитанников на совместную здоровье сберегающую деятельность.  **Задачи:**   1. Проанализировать существующие проблемы в вопросах соблюдения здорового образа жизни воспитанников группы, их родителей. 2. Разработать план совместных оздоровительных мероприятий. 3. Создать условия, способствующие проявлению интереса и желания у воспитанников и родителей участвовать в решении задач проекта. | | | | | | | | | | |
| **№** | **Мероприятия** | | **Сроки проведения** | | | | **Участники** | | **Отметка о выполнении** | |
| 1 | Разработка плана реализации проекта | | 04.10.2022- 07.10.2022 | | | | - воспитатели группы «Незабудка»;  - воспитанники группы;  - родители воспитанников;  - руководитель проекта – инструктор по ФК | | + | |
| 2 | Объявление о начале проекта.  Оповещение и привлечение к реализации проекта всех участников образовательного процесса (педагоги, дети и их родители) | | 08.10.2022 | | | | + | |
| 3 | Подготовка к анкетированию и соцопросу родителей воспитанников (разработка анкеты, создание таблиц для заполнения детьми) | | 11.10.2022-12.10.2022 | | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитанники | | + | |
| 4 | Анкетирование детей группы (создание макета для детских зарисовок своих ответов) | | 13.10. 2022-18.10.2022 | | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - воспитанники | | + | |
| 5 | Анкетирование воспитанников средней группы (подбор вопросов, разработка макетов для детских зарисовок) | | 19.10.2022-22.10.2022 | | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - воспитанники | | + | |
| 6 | Разработка плана мероприятий для реализации задач проекта  - для детей подготовительной группы «Незабудка»  - для детей средней группы «Ягодка»  - с педагогами ДОУ  - с родителями воспитанников | | 25.10.2022-29.10.2022 | | | | - воспитатели;  - руководитель проекта;  - воспитанники | | + | |
| **Основной этап (практический)**  **Цель:**создание новой практики детско-взрослой общности, оздоровительных традиций в ДОУ.  **Задачи:**   1. Побудить интерес у дошкольников к здоровью, к здоровому образу жизни. 2. Активизировать педагогический потенциал родителей воспитанников. 3. Способствовать познавательному осмыслению детьми ценностями здорового образа жизни, овладению элементарными нормами и правилами (в двигательном режиме, питании, закаливании, формировании полезных привычек и т.д.) 4. Воспитание культуры здоровья у дошкольников. 5. Создание и внедрение в жизнедеятельность детского сада новых оздоровительных традиций. | | | | | | | | | | |
| **№** | | **Мероприятия** | | | **Сроки проведения** | | | **Участники** | | **Отметка о выполнении** |
| 1 | | Составление тематического календарного планирования воспитательно-образовательной деятельности (1 тема – 1 неделя)  (НОД, совместная деятельность, режимные моменты) | | | 01.11.2022 – 05.11.2022 | | | - руководитель проекта – инструктор ФК | | + |
| 2 | | Составление макета мероприятий на каждую тему с воспитанниками | | | 08.11.2022 – 12.11.2022 | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели | | + |
| 3 | | Подборка необходимого материала (макеты, пособия, энциклопедии, художественная литература, материал для творчества) | | | 15.11.2022 – 19.11.2022 | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - родители воспитанников | | + |
| 4 | | Самостоятельное, совместное с воспитанниками изготовление необходимых материалов и оборудования для обогащения в группе развивающей «рукотворной» среды  (макеты, таблички, и др.) | | | В течении времени реализации проекта | | | - воспитатели;  - воспитанники;  - родители воспитанников | | + |
| 5 | | Дистанционное проведение акции в ДОУ «Путешествие в королевство здоровья» (в условиях карантина)  «Видеопривет» для часто болеющих детей  «Утренняя гимнастика вместе» и др. | | | 22.11.2022 – 26.11.2022 | | | - воспитатели;  - воспитанники;  - родители воспитанников | | + |
| 6 | | Общесадовская акции: «Чистые руки», «Здоровая спина-красивая спина», «Защити себя и окружающих», «Берегите глазки» | | | 29.11.2022 – 10.12.2022 | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - воспитанники | | + |
| 7 | | Организация выставки детских творческих работ «Самые добрые в мире глаза», «Мое сердечко».  Оформление коллекций загадок, поговорок, историй. | | | В течении времени реализации проекта | | | - воспитатели;  - воспитанники;  - родители воспитанников | | + |
| 8 | | Досуг «Мой организм»  Спортивный праздник «Советы Бабушке Яге» | | | 13.12.2022 – 24.12.2022 | | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - воспитанники | | + |
| **Заключительный**  **Цель:** проведение анализа результатов работы, обобщение и представление новой практики детско-взрослой общности, оздоровительных традиций в ДОУ.  **Задачи**:   1. Создать условия для представления, рассказа детьми о проделанной совместной деятельности. 2. Создать альманах сценариев проведения тематических праздников, развлечений по привлечению дошкольников к здоровому образу жизни 3. Распространить листовки с целью популяризации здорового образа жизни детям средней группы, педагогам ДОУ 4. Обобщить опыт работы в форме презентации и представить его на сайте ДОУ. 5. Внедрить в образовательное пространство ДОУ оздоровительные традиции. | | | | | | | | | | |
| 1 | | Проведение оценки эффективности реализации проекта (анкетирование) | | 11.01.2023-14.01.2023 | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - воспитанники | | | + | |
| 2 | | Итоговая презентация, проведенных тематических мероприятий с воспитанниками по приобщению их к здоровому образу жизни | | 17.01.2023-21.01.2023 | | - воспитатели;  - воспитанники  - родители | | | + | |
| 3 | | Размещение заметок о проведении тематических мероприятий на сайте ДОУ. | | По итогам проведения | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели | | | + | |
| 4 | | Общесадовская акция «Защити себя и окружающих» | | 24.01.2023-28.01.2022 | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели;  - педагоги ДОУ  - воспитанники | | | + | |
| 5 | | Обобщение и представление опыта работы на итоговом педсовете ДОУ | | август-сентябрь 2023 г. | | - руководитель проекта – инструктор ФК;  - воспитатели | | | + | |
|  | | Продолжать обогащать и накапливать материал по формированию и воспитанию у дошкольников ценного отношения к своему здоровью и здоровью близких. | |  | |  | | |  | |

**Результаты реализации проекта.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Подготовительный этап:** 04 октября 2022 г. – 28 октября 2022г. | | | | | |
| **№** | **Мероприятие** | **Дата проведения** | **Цель, задачи** | | **Итог, результат** |
| **1** | Разработка плана реализации проекта | 04.10.2022-07.10.2022 | - создание условий для реализации целей и задач проекта | | план проекта, «дорожная карта» |
| **2** | Объявление о начале проекта.  Оповещение и привлечение к реализации проекта всех участников образовательного процесса (педагоги, воспитанники, родители) | 08.10.2022 | - разработка и оформление объявления о проекте | | размещение объявления в группе и сайте ДОУ |
| **3** | Подготовка к анкетированию и соцопросу родителей воспитанников (разработка анкеты, создание таблиц для заполнения детьми) | 11.10.2022-12.10.2022 | - определение существующих проблемных моментов в вопросах, соблюдения здорового образа жизни воспитанников группы;  - подборка вопросов к анкетированию;  - разработка анкеты;  - создание таблиц | | - выводы по результатам анкетирования, соцопроса родителей в виде детских зарисовок, макетов |
| **4** | Анкетирование детей подготовительной группы  (создание макета для детских зарисовок своих ответов) | 13.10.2022-  18.10.2022 | - определение существующих проблем в вопросах, соблюдения здорового образа жизни воспитанников подготовительной группы;  - разработка анкеты;  - создание макетов для зарисовок | | - выводы по результатам анкетирования детей подготовительной группы в виде детских зарисовок, макетов |
| **5** | Анкетирование воспитанников средней группы (подбор вопросов, разработка макетов для детских зарисовок) | 19.10.2022-  22.10.2022 | - определение существующих проблем в вопросах, соблюдения здорового образа жизни воспитанников средней группы;  - разработка анкеты;  - создание макетов для зарисовок | | - выводы по результатам анкетирования детей средней группы в виде детских зарисовок, макетов  - анкеты;  - макеты для зарисовок |
| **6** | Обогащение развивающей предметно-пространственной среды в группе  (наглядные, дидактические пособия, игры и упражнения, макеты, атрибуты и т.д.) | 25.10.2022-29.10.2022 | - создание необходимых материально-технических условий для реализации проекта | | - создана содержательно-насыщенная, доступная, «рукотворная» среда в группе. |
| **Основной этап:** 1 ноября 2022 г. – 24 декабря 2022 г. | | | | | |
| **№** | **Мероприятие** | **Дата проведения** | **Цель, задачи** | | **Итог, результат** |
| **1** | Составление тематического календарного планирования воспитательно-образовательной деятельности  (НОД, совместная деятельность, режимные моменты) | 01.11.2022-05.11.2022 | - создание условий для реализации проекта | | тематический календарный план воспитательно-образовательной деятельности на время реализации проекта |
| **2** | Составление макета мероприятий на каждую тему с воспитанниками | в соответствии с календарным планированием | - создание условий для реализации задач данного проекта  - создание условий для детско-взрослой общности | | детско-взрослые тематические макеты |
| **3** | Дистанционное проведение акции в ДОУ «Путешествие в королевство здоровья»  «Видиопривет» для часто болеющих детей  «Утренняя гимнастика вместе» | в течение проекта | - создание условий для дистанционного взаимодействия с родителями воспитанников | | фото, видео отчеты |
| **6** | Общесадовская акция «Чистые руки» | с 10.10. 2022 по 20.10.2022 | - привлечение внимания взрослых и детей к своевременному и правильному мытью рук, соблюдении мер профилактики, чтобы уберечь себя и окружающих от вирусов и короновирусной инфекции | | фото, видеоматериалы |
|  | Общесадовская акция «Здоровая спина - красивая спина», | 20.10.2022 – 30.11.2022 | - содействие правильному физическому развитию детей, сохранение и укрепление их здоровья, формирование правильной осанки, мотивации к здоровому образу жизни | | фото, видеоматериалы |
| **7** | Организация выставки детских творческих работ «Самые добрые в мире глаза», «Мое сердечко».  Оформление коллекций загадок, поговорок, историй | в течение проекта | - развитие детского творчества | | - выставка детских работ  - фото отчет |
| **8** | **Тема «Чистота – залог здоровья»:**  - правил гигиены  - дид. игра «Витаминная корзинка», «Опасно- безопасно»;  -картотека загадок, пословиц по теме: «Чистота-залог здоровья»;  - беседа-рассуждение «Легенда о здоровье»  - досуг «Путешествие в королевство Здоровья» | 01.11. 2022-05.11.2022 | -помочь детям в занимательной форме, играх усвоить понятие «Здоровый образ жизни», убедить в необходимости соблюдения личной гигиены;  - объяснение детям важности придерживания принципов здорового питания;  -привитие навыков ЗОЖ, обучение детей умению самостоятельно следить за своим здоровьем;  -воспитание умения слушать друг друга, общаться, быть терпеливым, уважать мнение товарища, чувствовать ответственность за мнения других. | | - сценарий мероприятия;  - картотека загадок и пословиц;  - фотоотчет;  - презентация |
| **9** | **Тема «Что я знаю о себе?»:**  - поговорок на тему «Почему так говорят»  - игра-рассуждение «Как человек воспринимает окружающий мир»  - беседа-рассуждение: «Легенда о человеке»;  - конкурс рисунков «Нарисуем человека» | 08.11. 2022-12.11.2022 | -ознакомление со строением организма человека;  -воспитывание бережного к нему отношения;  -формирование представления о связи двигательной активности и здоровья | | - картотека поговорок  - продукт совместной; деятельности: рисунки «Нарисуем человека  - фотоочет |
| **10** | **Тема «Скелет - опора нашего организма»:**  - беседа–рассуждение: «Сколько у человека костей»;  - игра-рассуждение «Почему игрушечный заяц Степашка не может стоять?»;  - поговорки «Почему так говорят?»;  - беседа–рассуждение: «Правила для поддержания правильной осанки»;  - конкурс знатоков «Крепкие кости»;  - игра «Выбери прилагательное для описания здорового и не здорового человека»;  - игра «Конструирование тела человека»;  - дид. игра «Что укрепляет наш скелет и кости» ;  - комплекс упражнений «Для правильной осанки»;  - под. игра «Гимнасты»;  - под. игра «На велосипеде»;  - консультация для родителей «Осанка» | 15.11. 2022-19.11.2022 | - формирование элементарных знаний об опорно-двигательном аппарате человека (скелете, мышцах);  -раскрытие значения и важности занятий физкультурой для укрепления и развития скелета и мышц;  -ознакомление с правильной осанкой; соблюдение правил посадки за столом;  -закрепление умения определять эмоциональные состояния по изображенным движениям и передавать эти состояния в рисунке путем дорисовывания;  -формирование установок на здоровый образ жизни;  -просвещение родителей и привлечение их к сотрудничеству | | - картотека поговорок;  - картотека упражнений, подвижных игр;  - конспект;  - фотоотчет |
| **11** | **Тема «Сердце - жизненно важный орган человека»:**  - иллюстрации с изображением сердца;  - беседа–рассуждение: «Для чего нам нужно сердце?»;  - беседа–рассуждение: «Правила для сохранения здорового сердца»;  - аппликация «Моё сердечко»;  - опыт «Измерение пульса, находящегося ребенка в спокойном состоянии и ребенка после подвижных игр»;  - дид. игра «Что любит наше сердце»;  - комплекс упр. с гантелями | 22.11 2022-26.11.2022 | ознакомление детей с работой сердца: где находится, какие функции выполняет;  -развитие логического мышления, умение пользоваться моделями;  -развитие умения находить и измерять пульс;  -закрепление знаний о здоровом образе жизни;  -воспитание чуткости, бережного отношения к родным и друзьям. | | - продукт совместной деятельности: аппликация «Мое сердечко»;  - картотека упражнений;  - фотоотчет |
| **12** | **Тема «Зачем нам нужен нос?»:**  - беседа–рассуждение: «Для чего нам нужен нос?»;  - игра «Узнай по запаху?»  - пословицы, поговорки, крылатые выражения на тему «Когда так говорят»;  - сказка «Карлик Нос»;  - под.игра «Синхронное плавание»;  Комплекс упражнений «Носовое дыхание» | 29.11. 2022-03.12.2022 | -способствование формированию у детей представления о строении и функции носа;  -ознакомление детей с важностью обоняния в жизни человека, птиц, животных, рыб;  -закрепление представлений о ЗОЖ;  -оказание помощи в овладении детьми дыхательной гимнастикой;  -воспитание бережного и заботливого отношения к своему организму. | | - картотека крылатых выражений;  - картотека упражнений;  - фотоотчет |
| **13** | **Тема «Легкие – основы жизни»:**  - иллюстраций с изображением органов дыхания;  - беседа–рассуждение: «Зачем человек дышит?»;  - игра-соревнование «Чья дудочка дольше поет?», «Кто быстрее надует шарик»;  - открытый показ: «Мой организм» | 06.12. 2022-10.12.2022 | -формирование представления об органах дыхания человека (легких), дыхательном процессе;  -уточнение знаний детей о воздухе, его свойствах и роли в жизни всего живого;  -закрепление знаний детей о том, что укрепляет дыхательную систему, и что ей вредит, приемов выполнения дыхательной гимнастики;  -развитие сообразительности, самостоятельности, логического мышления, внимания, умения согласовывать свои действия с действиями сверстников;  -воспитание осознанного отношения к своему здоровью. | | -сценарий мероприятия;  - фотоотчет |
| **14** | **Тема «Хочу видеть мир своими глазами»:**  - иллюстрации с изображением глаза;  - беседа–рассуждение: «Для чего нужны глаза?»;  - дид. игра «Что для глазок хорошо? Что для глазок плохо?»;  - с-р игра «Кабинет окулиста»;  - гимнастики для глаз;  - конкурс рисунков «Самые добрые в мире глаза» | 13.12. 2022-17.12.2022 | -ознакомление детей со строением глаза, с профессией окулиста;  - объяснение детям важности сохранения зрения для человека;  -ознакомление детей с техникой безопасности для глаз;  -освоение детьми элементов гимнастики для глаз. | | - картотека гимнастики для глаз;  - продукт совместной; деятельности: рисунки;  - фотоотчет |
| **15** | **Тема «Слух – большая ценность для человека»**  - иллюстрации, картинки о строении уха;  - игра «Какой музыкальный инструмент играет?»;  - самомассажа ушной раковины;  - правила ухода за ушами;  - ритмические движения;  - спортивный праздник  «Советы для Бабы Яги» | 20.12.2022- 24.12.2022 | -ознакомление детей с элементарными представлениями об органах слуха и основных функциях;  -уточнение, что уши у всех имеют разную форму, как у человека, так и у животных;  -развитие слухового внимания;  -ознакомление с правилами ухода за ушами;  -обучение детей элементам самомассажа ушной раковины;  -воспитание бережного отношения к своему здоровью. | | - картотека упражнений для самомассажа;  - памятка ухода за ушами;  - сценарий мероприятия;  - фотоотчет |
| **Заключительный этап:** 10 января 2023 г. **–** 28 января2023 г. | | | | | |
| **№** | **Мероприятие** | **Дата проведения** | **Цель, задачи** | **Итог, результат** | |
| **1** | Подготовка к заключительному анкетированию и соцопросу родителей воспитанников (разработка анкеты, создание таблиц для заполнения детьми) | 11.01.2023-14.01.2023 | - проведение оценки эффективности реализации проекта | - анкеты для воспитанников;  - анкеты для родителей;  - таблицы для соцопроса | |
| 2 | Итоговая презентация проведенных тематических мероприятий | 17.01.2023-21.01.2023 | - определение образовательных результатов в процессе реализации проектной деятельности  - активное вовлечение родителей воспитанников в жизнедеятельность детского сада | - презентация | |
| 3 | Организация общесадовской акции «Защити себя и окружающих»  Внедрить в образовательное пространство ДОУ оздоровительные традиции. | 24.01.2023-28.01.2023 | обобщение полученных представлений о здоровом образе жизни  - развитие предметно развивающей среды в ДОУ;  - активное вовлечение родителей воспитанников в жизнедеятельность детского сада | - сценарий мероприятия | |
| 4 | Распространение листовок детям средней группы, педагогам ДОУ |  | популяризации здорового образа жизни детям средней группы, педагогам ДОУ | - листовки;  - буклеты | |
| 5 | Представление опыта работы по планированию и реализации проекта на итоговом педагогическом совете, на сайте ДОУ |  | обобщение и распространение опыта работы | Проект «Мы – за здоровье!» | |
| 6 | Продолжать обогащать и накапливать материал по приобщению старших дошкольников к праздничным традициям и обычаям русского народа | постоянно | Наметить перспективу дальнейшей работы по приобщению старших дошкольников к праздничным традициям и обычаям русского народа |  | |

**Приложение**

**I этап. Подготовительный**

**II этап Основной (практический)**

**III этап Заключительный**