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

**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 гОсновной: 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**