

МБДОУ «Детский сад № 27»

***Долгосрочный проект в
подготовительной к школе группе
«Пчелки»***



МЫ ЗА ЗОЖ

**Воспитатель: Слямзина Валентина
Николаевна**

Сентябрь 2021 – Май 2022

Содержание проекта

Паспорт проекта

Календарно-перспективное планирование

Список литературы

Паспорт проекта

Срок проведения: сентябрь 2021-май 2022

Участники проекта: воспитатели группы, дети подготовительной к школе группы, родители.

Пояснительная записка.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании физического и психического здоровья. Ведь именно до 6 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Актуальность проекта

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных задач развития страны.

Приобщение здоровьесберегающему и здоровьесберегающему осознанному поведению детей с дошкольного возраста является актуальной проблемой дошкольного воспитания.

Здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в нашей группе являются формирование у них представлений о здоровье как одной из

главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Дети должны научиться правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Помочь родителям привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Решение задач по воспитанию осознанного отношения к своему здоровью может идти как в непосредственно образовательной деятельности, так и реализоваться в процессе образовательной деятельности в ходе режимных моментов, в проектной деятельности детей.

Система обучения знаниям, умениям и навыкам обеспечения и поддержания здоровья позволит успешно решать задачу формирования собственной философии здоровья и сформировать укрепляющие здоровье привычки, пока вредные еще не приобретены, и тогда поведенческие навыки ЗОЖ станут неотъемлемой частью бытия.

Педагогический проект был разработан в 2021 году на базе подготовительной группы возраста. Долгосрочный проект направлен на расширение представлений о здоровом образе жизни, на осмысление детьми необходимости беречь здоровье. В проекте учитываются особенности психологического развития детей данного возраста, выражающиеся в способности к самоконтролю над привычками, формированием привычки к здоровому образу жизни, совершенствованием культурно-гигиенических навыков.

3. Цель проекта: формировать начальные представления о здоровом образе жизни, расширять знания о сохранении здоровья.

Задачи проекта:

1. Расширить представления о структуре человека, здоровье, его ценности охранять здоровье детей введением физкультурно-оздоровительных, закаливающих мероприятий

2. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни
3. Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания
4. Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе сотрудничества в ходе реализации проекта

Проблема: «Недостаточная заинтересованность детей и родителей в сохранении и укреплении своего здоровья»

Ресурсы обеспечение: методический и наглядный материал (сценарии спортивных развлечений, схемы упражнений, картотека подвижных игр и т.д.), физкультурное оборудование и спортивный инвентарь, массажные коврики, спортивный комплекс на участке детского сада, спортивный зал, физкультурный центр в группе.

Формы работы: познавательные, подвижные и дидактические игры; эксперименты и опыты; развлечение; оформление альбомов, стенгазет, буклетов; подбор художественной литературы; просмотр презентаций по теме, НОД, наблюдение на прогулках; оформление выставок, чтение художественной литературы; театральная деятельность; игровые ситуации, созданные воспитателем, составление кроссвордов, придумывание сказок, рисование буклета «Полезные продукты».

Основные принципы работы:

1. **Доступность** - учет возрастных особенностей детей;
2. **Последовательность и систематичность:** постепенная подача информации от простого к сложному; повторение усвоенных правил и норм;
3. **Дифференциация** – создание благоприятной среды для достижений норм и правил ЗОЖ к каждому ребенку.

Предполагаемые результаты:

Для детей:

1. Расширятся представления о структуре организма и своего тела;
2. Повысится эмоциональный, психический и физический тонус;
3. Сформируется потребность к ЗОЖ и возможность его обеспечения;

4. Дети и родители научатся добиваться хороших результатов в совместных целях.

Для родителей:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей;
2. Моральное удовлетворение, сплочение и сотрудничества в ходе реализации проекта детей – родителей - педагога;
3. Расширится благотворное влияние на физические и нравственные качества, сохранение и укрепление здоровье;
4. Сформируется осознание потребности в ведении здорового образа жизни педагогов
5. Снижение уровня заболеваемости;
6. Повышение теоретического уровня и профессионализма педагога;
7. Самореализация;
8. Внедрение современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошколят.

Этапы работы над проектом: «Мы - за здоровый образ жизни»

№	Содержание основной деятельности
1 этап – подготовительный	
1	- Составление плана совместной работы с детьми и родителями по реализации проекта.
2	- Подбор литературы и изучение её.
3	- Подбор оборудования и материала для НОД, игр, консультаций, бесед и т.д.
4	- Разучивание и чтение стихов, сказок, загадок, девизов.
5	- Знакомство с новыми играми и повторение знакомых игр.
6	- Подбор костюмов и игрушек заместителей для инсценировки и сюжетных игр.
2 этап – исследовательский	
Работа с детьми:	
1	- Чтение художественной литературы.
2	- Просмотр роликов и презентаций.
3	- «Огород на подоконнике» посадка лука детьми.
4	- НОД и беседы по проектному планированию.
5	- Экспериментально-исследовательская деятельность (опыты).
6	- Художественно-эстетическая деятельность (лепка, рисование, аппликация).
Работа с родителями:	
7	- Вовлечь родителей в процесс
8	- Организация
9	- Изготовление альбома на тему: «Зимние забавы»

10	- Привлечь
11	- Заинтересовать
	3 этап - заключительный
1	- Создание альбомов: «Художественные слова к ЗОЖ», «Алгоритмы для детей»,
2	«Зимние забавы».
4	- Создание стенгазеты «Здоровье».
5	- Проведение спортивного праздника 1 июня – День Защиты Детей
6	- Экскурсия в сельскую детскую библиотеку Викторина «Знатоки ЗОЖ»
7	- Подведение итогов о проделанной работе;
8	- Трансляция опыта:
9	- Родительское собрание.
10	- Творческий отчет в конце учебного года.
11	- Сайт.
12	- Деловая игра (педагоги)

Календарное планирование

Раздел плана	Содержание деятельности	Сроки исполнения
Работа с детьми	Беседы «Строение тела человека» Дидактические игры: «Фрукты и овощи», «Вершки и корешки», «Назови и не ошибись» (части тело человека), «Полезно или вредно».	сентябрь
	Просмотр роликов «Ваше здоровье», «Азбука здоровья» Презентация на тему «Строение человека». Сказки собственного сочинения и инсценировка детьми на тему: «Дорога к доброму здоровью»	Октябрь
	Беседа с детьми на тему «Я – мой организм – мое здоровье» Подвижные игры: «Мышеловка», «Лиса в курятнике», Ловишки», «Бабка Ёжка». Рассматривание иллюстраций на тему «Будь здоров без докторов».	Ноябрь
	НОД с проведением исследовательской деятельностью (опыты со снегом, водой). Сюжетно-ролевая игра «Семья: сюжет готовим обед» Отгадывание и придумывание загадок.	Декабрь
	Рассматривание иллюстраций на тему: «Зимние забавы». Алгоритм «Расскажи о себе». Посадка лук «Огород на подоконнике».	Январь
	Беседа с детьми на тему «Микробы и вирусы» Консультация «Где живут витамины?», «Прививки «ЗА» и «ПРОТИВ». Отгадай кроссворд	Февраль
	Игры-эстафеты Игровые ситуации: «Полезная еда», «Правила поведения во время приема пищи». Чтение стихотворения по теме и инсценировка (по выбору)	Март

	Сюжетно-ролевая игра «Магазин: отделы кондитерский и овощной», «Супермаркет» Рисование цветными мелками «Овощи и фрукты» Лепка по теме Экскурсия в сельскую детскую библиотеку. Викторина на тему «Знатоки ЗОЖ».	Апрель
	Экскурсия в процедурный кабинет «Осторожно клещи». Чтение художественной литературы и беседа по содержанию: «Мойдодыр», «Доктор Айболит», «Федорино горе». Рисование буклета (воспитатель и дети) «Полезные продукты».	май
Ежедневно - физкультурно-оздоровительная работа: гимнастика после сна, дыхательная гимнастика, утренняя гимнастика.		
Работа с родителями	- Придумывание сказок совместно с родителями. Закончи сказку «Мои друзья здоровья» - Консультация для родителей «Витамины и микробы», «Золотые правила питания», «Любите своего ребенка, он - ваш». - Оформление родительского уголка. - Организация фото конкурса (совместно с родителями) «Мы - за здоровый образ жизни». - Оформление стенгазеты «Для здоровья».	В течение проекта
Работа с педагогами	- Деловая игра на тему: «Здоровье дошкольника в наших руках». - Родительское собрание. - Информация на сайт. - Познавательная беседа «Азы первой медицинской помощи. Инструктаж проводит специалист по охране труда	