



# Проектная деятельность в ДОУ

Приобщение к ЗОЖ через  
проектную деятельность

---

# Давайте растить детей здоровыми

- Обеспечение высокого качества дошкольного образования – одна из актуальных задач современной системы образования. Учитывая данный факт каждое образовательное учреждение ищет свои пути решения данной проблемы.
- В соответствие с реализацией задач ФГОС ДО по «Охране и укреплению физического и психического здоровья детей», комплексного выполнения основного направления образовательной программы МБДОУ ЦРР – «Детский сад №209» (части формируемой участниками образовательных отношений), на протяжении ряда лет педагогический коллектив результативно работает по приобщению дошкольников к ценностям ЗОЖ

Работа в инновационном режиме обуславливает систематическое совершенствование содержания методов воспитания, обучение и развития дошкольников в области приобщения к ценностям ЗОЖ. Поэтому одной из наиболее перспективных форм в нашей работе, по обеспечению интеграции образовательного процесса, ориентированного на приобщение детей к ценностям ЗОЖ стала проектная деятельность дошкольников. Опыт работы МБДОУ ЦРР – «Детский сад №209», практикующий в области содействия здоровью, показал значимость проектной деятельности, позволяющей эффективно объединять всех участников образовательных отношений при решении данной проблемы. Воспитатели - родители – дети становятся соавторами и соучастниками данной работы, что обеспечивает особую содержательность деятельности в ходе проекта, установление осмысленных связей с реальной жизненной практикой.

## **Преимуществом оздоровительных проектов:** (практическая значимость оздоровительных проектов)

1. Обогащается опыт детей по сохранению и укреплению собственного здоровья;
2. Формируются элементарные валеологические знания дошкольников, в соответствии с возрастными возможностями, потребностями и интересами детей;
3. Освоение и использование в ходе проектов элементов здоровьесберегающих технологий;
4. Развиваются элементарные умения управлять своим поведением на основе выполнения правил и норм ЗОЖ;
5. Воспитывается ответственное отношение к своему здоровью

Как в любой проектной деятельности оздоровительный проект «В гостях у Мойдодыра», появился от прямой востребованности и заинтересованности детей. Воспитанники проявили стойкий интерес и познавательную активность после прочтения произведения К.Чуковского «Мойдодыр». Кроме того результат педагогических наблюдений показал не сформированную мотивацию и самостоятельность воспитанников в выполнении культурно-гигиенических навыков в умывании. Пользование предметами личной гигиены.

**Основная цель:** создавать условия для приобщения дошкольников к гигиенической культуре. Данный проект ориентирован на младший дошкольный возраст.

**Основные задачи:**

- формировать навыки самостоятельного и правильного выполнения детьми КГН: пользоваться личными принадлежностями, аккуратно принимать пищу, правильно пользоваться столовыми приборами, правильно мыть руки, пользоваться мылом, полотенцем и др.;
- обеспечивать оптимальный уровень индивидуального здоровья каждого воспитанника;
- воспитывать ответственное отношение к выполнению правил и норм ЗОЖ;
- способствовать развитию познавательной активности, инициативность дошкольников;

## **Планируемый результат:**

- формирование мотивации к самостоятельному выполнению КГН дошкольников;
- обогатить представления и практический опыт детей в умении правильно выполнять гигиенические процедуры;
- умение использовать накопленный опыт в практике повседневных жизненных ситуациях;
- заинтересованность родителей в совместной работе по приобщению детей к ценностям ЗОЖ

Для успешной реализации оздоровительного проекта в РППС (на подготовительном этапе) были созданы условия, стимулирующие детей освоение ценностей ЗОЖ:

- В игровом центре появились дидактические игры, позволяющие реализовывать детские замыслы: «Научим куклу Машу пользоваться предметами личной гигиены», «Волшебный сундучок» (включающие предметы личной гигиены), «В гостях у ребят» (основная задача правильная сервировка стола) и др.
- В книжном уголке появилась детская литература с содержанием приобщающих детей к гигиенической культуре: К. Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр», «Айболит» и т.д.
- Разработаны конспекты занятий по познавательному развитию «Да здравствует мыло душистое», «Как нужно ухаживать за собой»;
- Подготовлены медали (положительные смалики), для поощрения детей;
- В родительском уголке оформлены консультации: «Привитие и воспитание культурно – гигиенических навыков у детей дошкольного возраста»; буклеты «Приобщение детей к КГН»
- В помощь воспитателю была оформлена «Методическая копилка», включающая в себя картотеки художественного слова, игр приобщающих к гигиенической культуре (дидактических, словесных, а также картотеки игровых упражнений развивающие умения детей правильно умываться, пользоваться предметами личной гигиены (упражнение «Волшебные перчатки» и др)

В ходе основного этапа реализации оздоровительного проекта активно использовалось художественное слово в режимных моментах (при умывании, кормлении детей). Эти своеобразные стишки, стали оздоровительным ритуалом при выполнении процесса умывания или в кормлении детей. На заключительном этапе появились рисунки – здоровья, где дети с удовольствием прорисовывали «подарки» или «веселые картинки» необходимых предметов для процесса умывания (мыло, полотенце) или чистки зубов (зубная щетка, тюбик с пастой) и др.

Рано утром мы проснулись  
Сладко-сладко потянулись,  
Дождь из доброй тучки,  
На пальчики и ручки.  
Теплые росинки  
В кудряшки, волосинки.  
Вытри полотенчико  
Маминог птенчика!



Мы в песочнице играли,  
Ручками песок копали.  
Там микробы разные,  
Стали ручки грязными.  
Ручки с мылом надо мыть,  
Девочки и мальчики.  
Чтоб животиком не ныть,  
Чтоб блестели пальчики!



Т.к. особое внимание в реализации проекта, следует уделять формированию практических навыков выполнения процесса «Умывания» и привычки самостоятельно выполнять те или иные гигиенические процедуры. Важной составляющей в основной части проекта, стало использование различных видов игр (дидактических, словесных, различных игровых образовательных ситуаций ориентированных на выполнение гигиенической процедуры). Поэтому успешно игра «Волшебные перчатки», когда воспитатель предлагает намылить мыло таким способом, чтобы появились на руках «Кружевные (волшебные) перчатки»...





Н-р игра-упражнение с  
одновременным массажем пальцев  
«Умывание». Где каждый ребенок в  
доступной игровой форме,  
поочередно массирует каждый палец,  
одновременно переходя на  
растирание ладоней и кистей рук:

**Знаем, знаем – да, да, да,  
Где ты прячешься, вода!  
Выходи водица,  
Мы пришли умыться!  
Лейся на ладошку  
По-нем-нож-ку.  
Нет, не понемножку –  
Посмелей!  
Будем умываться веселей**



Оздоровительные проекты ориентированы на формирование практических умений у дошкольников, способствовали этому оформленные совместно с родителями правила в картинках «Как правильно мыть руки», «Вот так мы умываемся», в содержании которых был заложен алгоритм последовательного выполнения действий детьми процесса умывания.

## Умывание



# Правила безопасного поведения при приёме пищи



Нельзя разговаривать во время приёма пищи



Нельзя пить из тарелки и наклонять тарелку с супом к себе



Нельзя размахивать руками в которых находятся столовые приборы



Нельзя есть руками



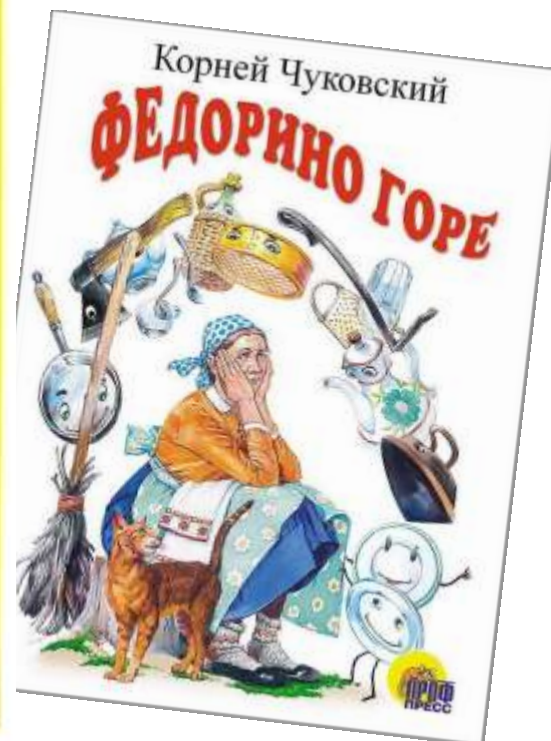
Нельзя после приёма пищи рот вытирать рукавом



Мотивировать детей к самостоятельному выполнению правил гигиены, позволяли различные поощрения воспитанников, в форме вручения медалей, которые вручались в конце дня, в процессе познавательной беседы «Что полезного я сделал для своего здоровья». Дети в процессе беседы с огромным удовольствием делились своими успехами, но а «Друзья чистоты» ( в виде медалей) были желанным поощрением для малышей.



В ходе реализации оздоровительного проекта, в основной части оздоровительного проекта, активно использовались в течение дня: чтение художественной литературы, заучивание стихов, рассматривание наглядных пособий и литературы с валеологическим содержанием.



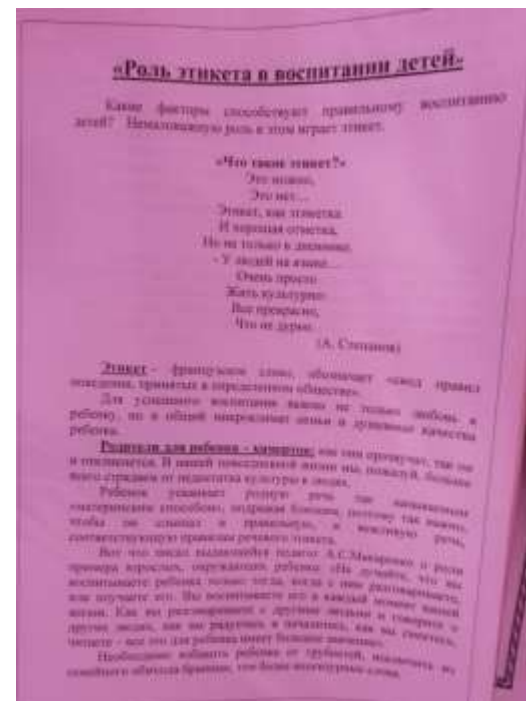


## Рассматривание тематических иллюстраций, пособий,

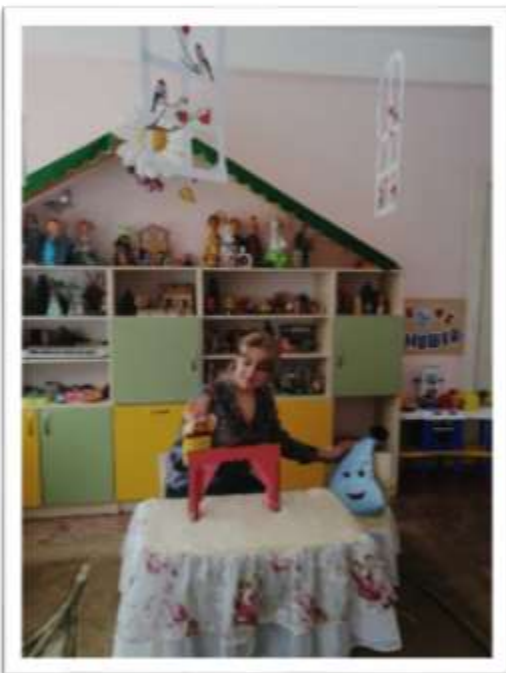


## Взаимодействие с семьями воспитанников:

В процессе реализации оздоровительного проекта были оформлены буклеты, памятки, консультации: «Приобщаем малышей к гигиенической культуре», «Формируем здоровые привычки дома», «Семейные традиции в формировании ценностей ЗОЖ».



Кроме того, родители, стали участниками тематического дня «В гостях у Волшебной капельки», проведение которого было организовано на итоговом этапе оздоровительного проекта. Родители не только имели возможность увидеть малышей в различных режимных моментах, но и стать соучастниками театрализованного представления «Хрюша - не грязнуля!».





Оздоровительный  
проект: «Где найти  
витамины зимой»  
(старшая группа)



# Актуальность

Данный проект, в области формирования культуры здоровья, был ориентирован на детей старшего дошкольного возраста. Был организован и проводился в актуально рассматриваемый сезон –

( ВЕСНОЙ), когда происходит период высокой заболеваемости детей и проведения профилактических мероприятий в учреждениях образования. Стало важно в этот период, сформировать у детей элементарные гигиенические знания, способствующие сохранению и укреплению собственного здоровья в сложной санитарно-эпидемиологической обстановке.

Учитывая особенности детей старшего возраста, степень их выполнения правил и норм ЗОЖ на более сформированном самостоятельном и осознанном уровне, данная проблема приобрела особую значимость и практичность в ее реализации для нашей группы и всего образовательного учреждения в целом.

## **Цель данного проекта:**

- создать оптимальные условия, способствующие сохранению и укреплению собственного здоровья в процессе расширения знаний о питании в весенний период года.

## **Задачи:**

- формировать элементарные знания о пользе и необходимости использования в рационе питания овощей и фруктов в весенний период года;
- способствовать развитию стойкой мотивации к самостоятельному и осознанному выполнению правил правильного питания;
- развивать познавательный интерес, представления о роли витаминов и их назначение для организма человека.
- содействовать развитию здоровых традиций в семьях воспитанников;
- создать условия для активного и содержательного соучастия родителей в жизни группы.

**Участники:** дети, родители, воспитатели

### **Планируемый результат:**

- овладение детьми способами правильного питания (культура еды);
- сформированы знания о пользе и необходимости использования в рационе питания овощей и фруктов (витамины, использование в рационе питания овощей и фруктов, познакомить с рецептами оздоровительных салатов и др.);
- развитие у ребенка познавательных процессов: любознательности в области укрепления собственного здоровья, умение задавать вопросы, делать выводы;
- ребенок использует накопленный опыт в практике повседневной жизни, способен управлять своим поведением в соответствии с правилами и нормами ЗОЖ;
- ребенок расширяет опыт общения со сверстниками и взрослыми в совместной проектной деятельности;



Для успешной реализации оздоровительного проекта «Где найти витамины зимой» в РППС (на подготовительном этапе) были созданы условия, обеспечивающие формирование элементарных валеологических знаний в области «Питания» и развивающие стойкий интерес к освоению данной проблемы:

- В игровом центре были оформлены дидактические игры, наглядно – дидактические пособия (плакатами, иллюстрациями, картинками): д/игры «Что лишнее», «Из чего, что приготовить», «В каких продуктах живут витамины»;
- В игровом уголке созданы условия для реализации игровой деятельности : изготовлены атрибуты и созданы условия для с/р игры «Кафе здорового питания «Ромашка», «Приготовим для куклы Витаминный салат»;
- разработаны конспекты занятий по познавательному развитию «Лук – полезный друг», «Овощи, фрукты – полезные продукты», «Где живут витамины зимой?»;
- Сделана подборка и оформлена в книжном уголке художественная литература об овощах и фруктах (стишки, загадки, рассказы и др.);
- В уголке природы была организована посадка, уход, наблюдение за ростом лука и др. полезно зелени (петрушка, укроп). Оформлен мини - огороде на окне;
- Совместно с родителями были оформлены альбомы «Овощной переполох», где родители принесли интересные фотографии из семейной жизни связанной с правильным питанием (выращивают и ухаживают за овощами на даче, готовят праздничный стол с любимыми овощными блюдами, выращенные овощи рекордсмены в моей семье); стенгазету «Лук – от семи недугов», создали семейную картотеку «Рецепты «Здоровых» блюд моей семьи»;

## Подбор и чтение художественной литературы в режиме дня:

- Дж. Родари «Приключение Чипполино»
- С. Михалков «Хозяйка однажды с базара пришла»
- Л. Серов «На грядке»
- И. Ревю «Вырос лук»
- Сказки «Три брата луковки», «Луковая семья»
- Заучивание стихов, загадок об овощах и фруктах.



## Дидактические игры

- «Составь любимый салат моей семьи»
- «Что лишнее»
- «Из чего приготовить...»



**В основной части проекта, проводилась исследовательская деятельность по выращиванию витаминной зелени в «Огороде на окне».**

На этом этапе мы знакомились с процессом посадки лука, петрушки, укропа, наблюдали за его ростом в разных условиях, устанавливали связи: растения – земля, растения – вода, растения – свет, учились анализировать, делать выводы: «Строение растения», «Условия, необходимые для жизни растения». Кроме того, дети выращивая растения на «Витаминном огороде», придумывали или подбирали различные стишки вместе с родителями, самый лучший стишок с благодарностью оценивался и заучивался сверстниками.





### *Лук*

В огороде зреет лук –  
Для здоровья – лучший друг!  
Порою лук – до слез доводит, но со  
стола у нас не сходит!



### *Чеснок*

Ешьте, детки, чеснок,  
Заготавливайте впрок,  
Чтоб всегда он в доме был  
И здоровье нам дарил!





### ***Щавель***

Витаминов в нем – не счесть,  
Пироги с ним любим есть!  
Кислотой своей полезен,  
Он спасет нас от болезней!

### ***Салат***

Словно юбочки на сборке –  
Листики мои в оборках,  
А за складочкой, смотри –  
Витаминчики внутри!  
Знаю, каждый будет рад –  
Съесть зелененький салат!



# Результат нашего труда



Чтобы обогатить знания детей о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни людей, активно использовалась театрализованная деятельность: проведены игры – драматизации и инсценировки «Спор овощей», игры – импровизации, где дети с особым удовольствием изображали «Жгучий чеснок», «Сладкий помидор», «Горький перец» и др.





Особую значимость в основной части оздоровительного проекта приобрели практические мероприятия: мастер-класс от шеф повара ДООУ, где дети перевоплощались в маленьких поваров и готовили оздоровительное блюдо «Винегрет». Затем любимый салат дети с огромным удовольствием и с собой гордостью угощали своих родителей в кафе здорового питания «Ромашка».





Сюжетно/ролевая игра «Кафе здорового питания», позволила детям обыгрывать и закреплять правила правильного питания, различные образовательные ситуации помогали разобраться детям о пользе и вреде отдельных продуктов питания, научить делать правильный выбор в питании, сформировать мотивацию к выполнению правил и норм ЗОЖ. Результатом серии сюжетно-ролевых игр стала совместная книга «Здорового питания», состоящая из рисунков детей «Мои любимые блюда».



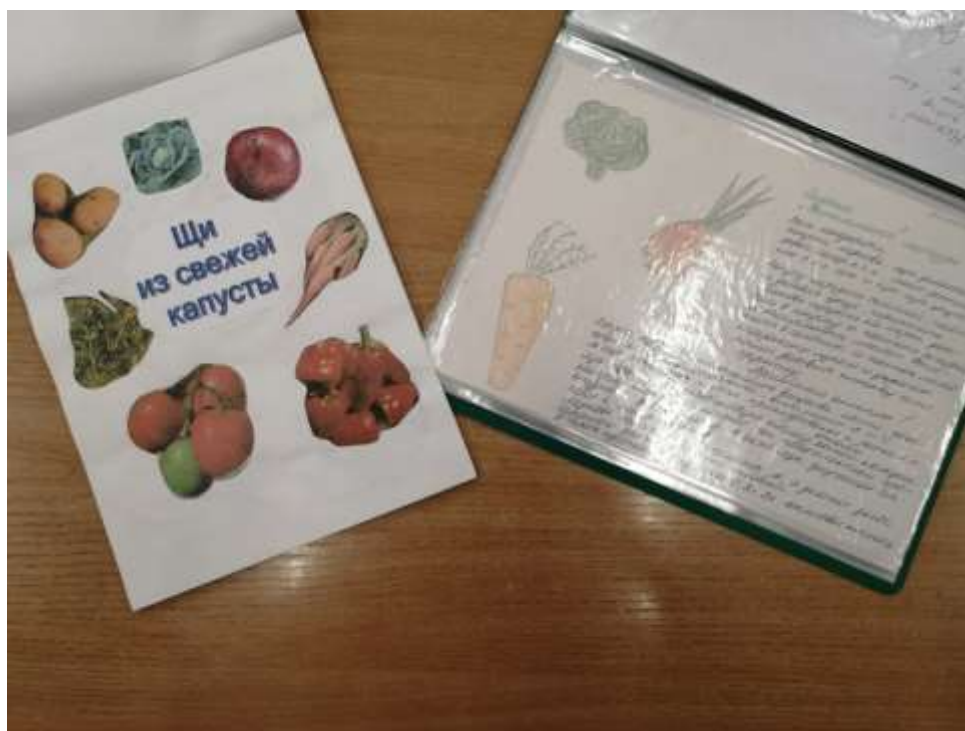
# Кафе здорового питания



С целью формирования культуры еды важное значение уделили организации приема детьми пищи. С особым вниманием отнеслись к сервировке стола: скатерти, красивые салфетки, красиво украшенные порционные блюда, делали процесс приема пищи особенно долгожданным, дежурные с удовольствием выполняли свои обязанности, а дети становились интересными собеседниками в процессе обсуждения полезности тех блюд, которые они кушали согласно меню.



К проекту были привлечены и родители. Им было предложено составить рецепт любимого, а самое главное – полезного блюда - их семьи. Как итогом данной работы была составлена книга рецептов полезных блюд семей наших воспитанников.





Подводя итоги, реализации оздоровительных проектов можно с уверенностью сказать, что проектная деятельность в процессе приобщения детей к ценностям ЗОЖ, является эффективной формой, обеспечивающей процесс здоровьесбережения и здоровьеобогащения дошкольников, способствующей созданию оптимальных условий содержательного взаимодействия всех участников образовательных отношений (дети – родители – педагоги), позволяющей организовать целостный образовательный процесс становления культуры здоровья взрослых и детей.

