

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №1 «Подснежник»
г. Краснокаменск, Забайкальский край**

**Проект
«В баню за здоровьем!»**

В рамках XII муниципального конкурса детских проектных работ «Мой проект» в 2021-2022 учебном году

Направление: здоровье сбережение

Вид: например, краткосрочны (2 недели: февраль 2022 г.)

Участник: Нерадовская Софья 6 лет, подготовительная к школе группа №9 «Пчелки».

Руководитель: Козлова Ольга Анатольевна (инструктор по физической культуре с обучением плаванию)

г. Краснокаменск, 2022 г.

I этап – Постановка проблемы

Актуальность. Сохранение и укрепление здоровья детей становится актуальной проблемой в сфере общественного, семейного воспитания и образования. Физическое воспитание является важнейшей частью семейного воспитания, которое способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата.

Педагогическая проблема

Снижение значимости роли родителей в оздоровлении детей и приобщении их к здоровому образу жизни в том числе и через традиции и ценности русской культуры.

Детская проблема: После очередного посещения бани, ребенок задал вопрос: - Для чего люди ходят в баню, если в каждом доме есть ванная, в которой удобно купаться и мыться. Не надо носить воду, дрова и долго ждать, пока вода нагреется.

Цель взрослая: Создание условий для формирования у детей дошкольного возраста навыков здорового образа жизни путем сохранения и возрождение традиций народной культуры в семейном физическом воспитании, в укреплении семейных ценностей.

Детская цель: Узнать, почему современные люди считают баню лечебной.

Задачи:

Педагогические:	Родительские:	Детские:
1. Развить интерес и стремление детей дошкольного возраста к сохранению и укреплению физического и психического здоровья;	1. Способствовать развитию интереса к научно – исследовательской работе.	1. Уточнить и расширить представление детей об особенностях использования русской бани в целях оздоровления организма человека.
2. Учить поиску эмоционально привлекательных для детей форм получения информации о здоровом образе жизни;	2. Приобщаться семьей к традициям народной культуры.	2. Получить первичные представления: - об одежде и аксессуарах для бани - о разновидности и целебных свойствах банных веников и травяных отваров.
3. Способствовать развитию творческого воображения, инициативы		
4. Дать представление о морфологической таблице, как способе получения и систематизации знаний.		

Гипотеза:

Предположим, что русская баня сохраняет и укрепляет здоровье.

Методы исследования:

- самостоятельное размышление;

- вопросы родителям, воспитателям, специалистам и поиск в сети Интернет;
- наблюдение и фиксация физических изменений организма, при посещении бани;
- эксперимент.

Условия применения

Воспитанник подготовительной к школе группы и его семья

Новизна проекта: в пропаганде здорового образа жизни, через народные методы здоровье сбережения в традициях семейного воспитания.

Результативность проекта:

- Сформированность представлений о здоровом образе жизни и овладение навыками самооздоровления при помощи бани на основе ценностей народной культуры.
- Сформированность у родителей представления о создании благоприятного эмоционального и социально-психологического климата для полноценного развития ребенка.
- Оснащение среды для полноценного формирования представления воспитанниками о бане, как средстве оздоровления традиций ЗОЖ.

Средства

- Метод проекта – представляет способ достижения дидактической цели через детальную разработку проблемы, которая должна завершиться вполне реальным, осязаемым, практическим результатом.
- Морфологический анализ.
- Решение проблемных ситуаций.

Наглядные пособия

- Морфологическая таблица «А в ванне? А в бане?»
- Лэпбук «С легким паром»
- Фотоальбом «В баню за здоровьем»
- Макет бани «Баня правит!»

Описание методики

Организация проектной деятельности опирается на модель.

Модель проектной деятельности:

- *Копилка*
- *Картотека*
- *Поиск ответов на вопросы*
- *Презентация*
- *Выход на новый проект*

II этап – создание копилки

1. Сбор информации о русской бане.

2.Выбор иллюстраций и информации из интернета.

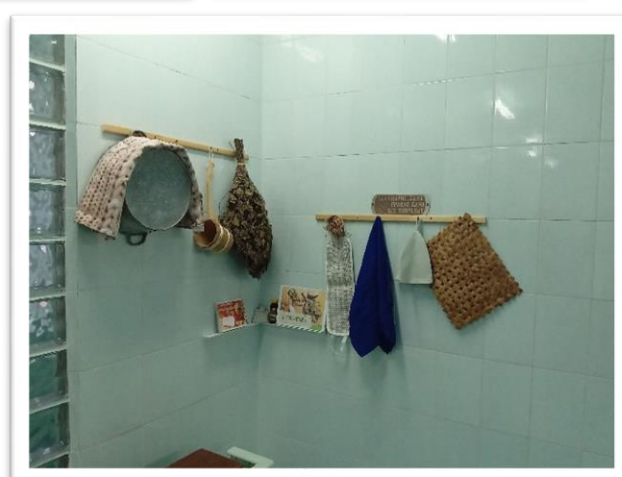
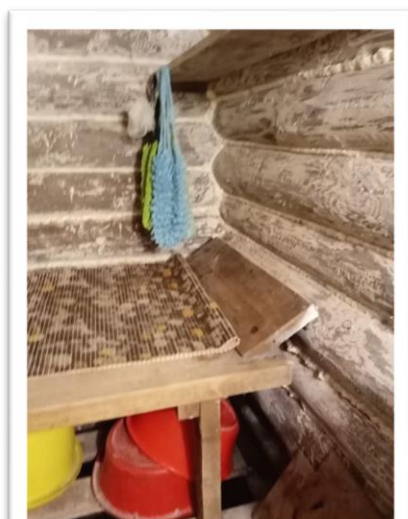
3.Сбор занимательного материала (пословицы и поговорки, загадки о бане).

4.Подбор и изготовление материала для создания лэпбука «С легким паром» и макета бани «Баня правит».

5.Подготовка фотоматериала к оформлению опытов в морфологической таблице.

6.Заполнение морфологической таблицы «А в ванне? А в бане?».

7.Привлечение родителей к участию в проекте: семейное посещение бани, ознакомление с видами веников в банном магазине, подбор занимательной информации о бане для ребенка, фиксация ощущения ребенка после бани и после принятия ванны.

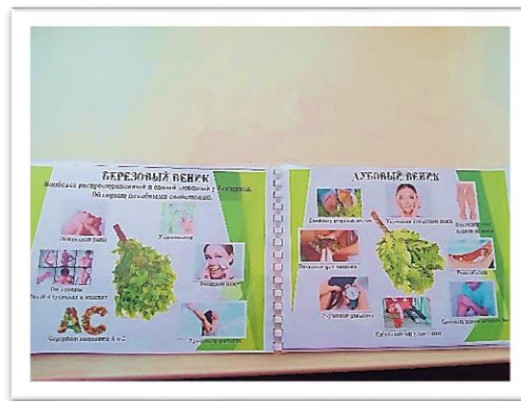


III этап - картотека:

На данном этапе проходило посещение бани с целью ознакомления с ее интерьером и принадлежностями для мытья и парения, рассматривались фотографии и иллюстрации деревенских бань, подбирался материал из сети Интернет для создания картотек. На основе чего были созданы:



- Загадки о бане и банных принадлежностях
- Пословицы и поговорки, связанные с баней
- Альбом «В бане веник дороже денег» (виды и польза банных веников)



- Репродукции художников на банную тему
- Создание лэпбука «С легким паром!»
- Создание дидактической игры «Идем в баню»

IV этап «Поиск ответов на вопросы».

Были проведены наблюдения с фиксацией изменений в организме при принятии ванны и посещении бани.

1. При принятии ванны воспитанник пронаблюдала, что особых изменений с телом не происходит.

2. А при посещении бани — изменяется дыхание, сердцебиение, цвет кожи и появляется потоотделение.

3. В сравнении этих двух наблюдений выявились и схожие состояния тела и организма. И после ванной и после бани тело становится чистым, расслабленным и присутствует ощущение спокойствия.

На основании сделанных наблюдений была создана морфологическая таблица «А в ванне? А в бане?». После заполнения морфологической таблицы появился новый вопрос «Не вредят ли эти изменения моему здоровью?». За ответом на вопрос ребенок обратился к медсестре.

Объяснения медсестры:

От горячего пара мы больше вдыхаем и выдыхаем воздуха от этого дыхание становится глубоким и частым. Мы получаем много кислорода очень нужного для всего организма. При простудных заболеваниях микробы и вирусы не выдерживают высокую температуру, и погибают.

Горячий пар расширяет сосуды, кровь протекает быстро и пульс становится тоже быстрым. Это тренировка для сердца. Быстрые движения крови разносит кислород по всему организму, а также делает цвет кожи розовой или красной.

От высокой температуры поры кожи раскрываются и с потом выходят все вредные вещества из организма.



V этап – Презентация проекта

При представлении проекта ребенок будет рассказывать о пользе посещения бани с использованием мультимедийной презентации с демонстрацией продуктов проекта.

В результате проектной деятельности ребенок научился делать причинно-следственный анализ реакции организма помещенного в определенные условия среды. А также воспитанница получила новые дополнительные знания, которыми она с удовольствием делится со сверстниками, пропагандируя здоровый образ жизни и стремление к самооздоровлению через использование русских народных традиций, что немаловажно в воспитании здорового поколения патриотов своей страны.

VI этап – постановка новой проблемы

Проект вызвал большой интерес детей к данной теме. Теперь они хотят узнать о традициях русской бани, видах бань и о банях разных стран. Это будет новая тема для будущего проекта. Дальнейшая работа будет заключаться в продолжении проекта, где предполагается участие в традиционных банных мероприятиях, ознакомление с видами и названиями бань, проведение развлечения для детей старшей группы «Банные посиделки».