**МБДОУ д/с № 63**

**Проект**

**«Улыбка и смех – здоровье для всех!»**



Разработал:

старший воспитатель – Л.Ю. Левченко.

г. Таганрог

2016 г.

1. **Паспорт проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| Тема проекта | «Улыбка и смех – здоровье для всех!». |
| Название проекта | Элементы смехотерапии как средство развития эмоционально-личностной сферы дошкольников. |
| Авторы проекта | Старший воспитатель МБДОУ д/с № 63 Л. Ю. Левченко. |
| Участники проекта | 1. Старший воспитатель.
2. Педагоги ДОУ:
* педагог-психолог;
* воспитатели подготовительных групп № 1, 2;
* музыкальный руководитель.
1. Воспитанники подготовительных групп № 1, 2.
2. Родители воспитанников (законные представители).
3. Социальные партнеры.
 |
| Тип проекта | Информационно-практико-ориентированный, психолого-просветительский. |
| Вид проекта  | Инновационный  |
| Срок реализации проекта | Краткосрочный – 2 недели. |
| База реализации проекта | МБДОУ д/с № 63 |
| Основание для разработки | 1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 23.07.2013 №273-ФЗ.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013г. № 1155.
3. Областной закон Ростовской области «Об образовании в Ростовской области» от 14.11.2013 № 26-ЗС.
4. Основная образовательная программа МБДОУ д/с № 63.
 |
| Цель проекта | Создание условий в ДОУ для совершенствования эмоционально-личностной сферы у старших дошкольников через использования элементов смехотерапии. |
| Задачи проекта | 1. Создать благоприятный эмоциональный климат в группах, доставляя детям радость.
2. Познакомить детей с праздником «День смеха».
3. Развивать у детей умение выражать положительные эмоции.
4. Содействовать сотрудничеству с родителями и социумом.
5. Способствовать сплочению детско-взрослого коллектива.
 |
| Основные направления реализации проекта | 1. Методическое обеспечение.
2. Коррекционно-развивающее обеспечение.
3. Социально-партнерское обеспечение.
 |
| Этапы реализации проекта | **I этап: подготовительный** **(с 24 по 25 марта)*****«1 апреля – День смеха. Что об этом положено знать»***(Изучение нормативно-правовых документов, совершенствование методической базы ДОО в соответствии с проблемой).**II этап: основной – практический** **(с 28 марта по 1 апреля)*****«Пусть хорошее настроение не покинет больше нас!»***(Реализация содержания проекта).**III этап: заключительный****(с 4 по 6 апреля)** ***«Поделись улыбкой своей…»***(Подведение итогов по реализации проекта, диссеминация опыта на региональном, федеральном уровне). |

**2. Характеристика проекта.**

**2.1. Актуальность.**

 В последнее время наблюдается, что у детей старшего дошкольного возраста преобладает равнодушное, подавленное настроение. Растет количество эмоционально неуравновешенных, конфликтных и агрессивных, лживых и изворотливых детей, нежелающих выполнять требования взрослых, детей которые «смотрят, но не видят», «слушают, но не слышат».

 Результатом неадекватного реагирования ребенка на различные социально-личностные ситуации является деструктивное, порой девиантное поведение. Причин этому явлению много: семейные конфликты, насаждение СМИ и сети Интернет фильмами, новостями, играми, где преобладает насилие, драки, ужасы, катастрофы и многое другое.

 Анализ выявленных нарушений в поведении воспитанников ДОУ показал, что существует проблема – преобладание у детей старшего дошкольного возраста отрицательных эмоций над положительными, слабо развитое чувство юмора, повышение уровня тревожности, конфликтности, агрессивности.

Известно, что при смехе расслабляется мускулатура тела, снимается нервное напряжение, улучшается настроение, пища лучше усваивается, понижается артериальное давление, нормализуется работа сердца и улучшается дыхание. Смех не только сохраняет здоровье, но и продлевает жизнь.

 В связи с этим у нас возникла идея – использование элементов смехотерапии в психолого-педагогической деятельности как инновационного средства развития эмоционально-личностной сферы и сохранения психофизического здоровья у всех участников воспитательно-образовательного процесса.

 Однако выявленное противоречие между научно доказанным положительным влиянием смеха на человека и отсутствием воспитательной системы, развивающей чувство юмора с детских лет показывает необходимость разработки и реализации проектов по данной проблеме в системе воспитательно-образовательной деятельности ДОУ.

**2.2. Научно-теоретический аспект**

Еще 2000 лет тому назад Гиппократ отмечал в одном из своих сочинений пользу смеха в качестве лечебного средства.

Со времен Аристотеля смех рассматривается как сущностная черта человека.

 В 1970-х годах появилась наука о лечении смехом - гелотология. Ее основатель, американец Норман Казинс, излечил себя смехом от прогрессирующего паралича, который медики признали... «неизлечимым».

 Строя свою концепцию этолог К. Лоренц полагал, что смех связан с агрессией и является человеческим вариантом так называемых ритуальных приветствий - форм поведения, смягчающих исходную природную агрессивность (ранее сходную точку зрения высказал Л. Нуаре).

 Согласно И. Канту, смех представляет собой аффект, явившийся следствием превращения некоторого напряженного ожидания в ничто.

 А. Шопенгауэр рассматривал смех как итог обнаружения несоответствия между нашим представлением о мире и его действительным состоянием.

 Согласно Фрейду, чувство смешного возникает в итоге преодоления тех барьеров (внутренних цензоров), которые культура возвела в психике индивида. Смеясь, человек выражает удовольствие от быстрой разрядки внутреннего напряжения, которое было порождено напором психической энергии и сдерживавших ее барьеров.

В настоящее время изучением смеха занимаются два крупных международных научных общества: во Франции и в США.

Под действием смеха уменьшается количество гормонов стресса и напряжения, укрепляется иммунная система и вырабатывается больше болеутоляющих тел. Зарубежные учёные, используя новейшие методы исследования, доказали, что во время смеха нервная система и мозг получают импульсы, оказывающие благотворное влияние на их работу и на весь организм.

Укрепляет физическое здоровье и поднимает иммунитет не только смех, но и простая улыбка! Исследователи обнаружили, что, когда мы заставляем себя улыбнуться, эта попытка вызывает электрические сигналы в коре головного мозга, побуждающие усиленно работать гипофиз, активизируя выработку в мозгу эндорфинов. Эти гормоны оказывают мощное обезболивающее и противовоспалительное действие, стимулируют и усиливают иммунную систему человека, вызывают чувство душевного комфорта.

Таким образом, анализ научной литературы показал, что смеха изучен в различных аспектах, и он оказывает разностороннее положительное влияние на здоровье человека.

**2.3. Принципы реализации проекта**

1. Личностно-ориентированный подход ко всем участникам проекта.
2. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
3. Сотрудничество дошкольной организации с социумом.
4. Приобщение детей к социокультурным нормам поведения и здоровому образу жизни.
5. Системность и последовательность.
6. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов воспитания и обучения индивидуальным и возрастным особенностям развития ребенка-дошкольника).

**2.4.** **Индикаторы реализации проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Индикативные показатели*** | ***Ожидаемые результаты*** |
| Доля педагогов ДОО, участвующих в реализации проекта. | до 100 % |
| Наличие банка опыта работы (дидактического и методического материала).  | Да/нет |
| Наличие благоприятного и комфортного климата в группах ДОУ. | Да/нет |
| Снижение уровня конфликтности и агрессивности среди воспитанников ДОУ. | Да/нет |
| Наличие знаний о празднике 1 апреля у участников проекта. | Да/нет |
| Повышение уровня осведомленности педагогов и родителей о методах здоровьесбережения (элементы смехотерапии) | Да/нет |
| Позитивное отношение родительской общественности. | Да/нет |
| Позитивное отношение социальных партнеров. | Да/нет |
| Наличие разработанных и проведенных совместных мероприятий/проектов с родителями и социальными партнерами. | Да/нет |
| Диссеминация опыта ДОО на муниципальном, региональном, федеральном уровне. | Да/нет |

**2.4.** **Механизмы реализации цели и задач проекта**

 Внедрение в оздоровительную деятельность ДОУ элементов смехотерапии как средства развития эмоционально-личностной сферы и чувства юмора.

**2.5.** **Инновационность проекта**

 Заключатся в организации системы психолого-педагогической деятельности в ДОУ с использованием элементов смехотерапии как нового здоровьесберегающего метода.

**3. Содержание проекта:**

**I этап –** подготовительный

***«1 апреля – День смеха. Что об этом положено знать»***

**Сроки реализации:** с 23 по 25 марта.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Содержание деятельности | Ожидаемые результаты проекта |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1.2.3.4.5.6.7.8. | Разработка проекта.Подготовка к реализации проекта:Изучение нормативно-правовой базы и передового педагогического опыта работы педагога-психолога.Анализ микроклимата в группах ДОУ (ребенок-ребенок, ребенок-взрослый).Пополнение развивающей предметно-пространственной среды ДОУ.Создание базы методического, литературного, музыкального материалов и интернет-ресурсов по использованию элементов смехотерапии «Радуемся вместе!».Консультация: «Эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста».Выработка рекомендаций по развитию эмоциональной сферы у старших дошкольников.Создание буклета «Улыбка и смех – здоровье для всех!» | Конспект проекта.Создание банка нормативно-правовой и методической документации.Рекомендации педагогам по корректировке оздоровительной деятельности ДОУ.Пополнены уголки психологической разгрузки в группах атрибутами, игрушками, развивающим и демонстрационным материалом, художественной литературой юмористического содержания.Сценарии праздников, развлечений, досугов, обучающие презентации, игры, анекдоты, песни, стихи, рассказы, небылицы, м/фильмы и др.Конспект. Фотоотчет.Рекомендации.Буклет. |
| ***РОДИТЕЛИ***  |
| 1.2.3. | Подбор фотографий для фотовыставки «Самая смешная фотография».Написание самой смешной истории в семье или придуманной небылицы.Рисование иллюстраций к смешным семейным историям, придуманным небылицам. | Фото.Папка с текстом смешных семейных историй, небылиц.Иллюстрации. |
| ***ВОСПИТАННИКИ***  |
| 1.2. | Разучивание юмористических стихотворений С. Черного «Что кому нравится», «Фома», стихотворение И. Михайловой «Ай, дили», К. Чуковского «Скрюченная песня» и др.Рисование иллюстраций к юмористическим стихам. | Знание стихотворений.Иллюстрации. |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ***  |
| 1. | Заключение договоров о сотрудничестве:* библиотека им. А. Гайдара;
* театр «Карусель»;
* ЦВР;
* городской дом культуры;
* социально-культурный центр «Приморский».
 | Договоры. |

**II этап:** основной – практический

***«Пусть хорошее настроение не покинет больше нас!»***

**Сроки реализации:** с 28 марта по 1 апреля.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Содержание деятельности | Ожидаемые результаты проекта |
| **СМЕШНАЯ НЕДЕЛЯ** |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1. | Оформление стендовой информации в родительском уголке «Польза смеха» (отв. педагог-психолог). | Текст стендовой информации. Фотоотчет. |
| ***РОДИТЕЛИ*** |
| 1. | Участие в садовской фотовыставке «Самая смешная фотография» (отв. старший воспитатель). | Фотографии, фотоотчет. |
| ***ВОСПИТАННИКИ*** |
| 1.2.3.4.5.6. | «Веселая зарядка» (музыкальный, спортивный залы – отв. инструктор по ф/к, воспитатели).«Музыкальная смешинка» минутка смеха для поднятия настроения – в течение дня (отв. воспитатели).Коррекционно-развивающее занятие с педагогом-психологом «От улыбки станет всем светлей».Рисование «Смешные рожицы» на фоне песни «Точка, точка, запятая…» (отв. воспитатели).Литературная гостиная «Читаем вместе» - чтение юмористического рассказа Н.Н. Носова «Огурцы» (отв. воспитатели).Кинозал – просмотр м/ф по рассказам Н.Н. Носова «Живая шляпа» (отв. старший воспитатель). | План-конспект зарядки, музыкальное оформление, фотоотчет.Детская песня юмористического содержания – «Улыбка», «В каждом маленьком ребенке».Конспект НОД. Фотоотчет.Рисунки.Текст рассказ, фотоотчет.М/фильм, фотоотчет. |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ*** |
| 1. | Встреча с сотрудниками библиотеки им. А. Гайдара – «Знакомство с юмористическими произведениями для детей» (отв.: специалист библиотеки, старший воспитатель). | Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |
| **ВТОРНИК** |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1. | Консультация «Смехотерапия. Как смех влияет на организм человека» (отв. педагог-психолог). | Конспект. Фотоотчет. |
| ***РОДИТЕЛИ*** |
| 1.2. | Консультация: «Роль рассказов Н. Н. Носова в развитии чувства юмора у дошкольников» (отв. воспитатели).Участие в садовской выставке «Смейтесь вместе снами» (отв. старший воспитатель). | Конспект консультации. Фотоотчет.Рисунки. Фотоотчет. |
| ***ВОСПИТАННИКИ*** |
| 1.2.3.4.5.6. | «Веселая зарядка» (музыкальный, спортивный залы – отв. инструктор по ф/к, воспитатели).«Музыкальная смешинка» минутка смеха для поднятия настроения – в течение дня (отв. воспитатели).Участие в садовской выставке «Смейтесь вместе снами» (отв. старший воспитатель).Кукольный театр «В гостях у клоунов Бима и Бома» (отв. муз. руководитель).Литературная гостиная «Читаем вместе» - чтение юмористического рассказа Н.Н. Носова «Дружок» (отв. воспитатели).Кинозал – просмотр м/ф по рассказам Н.Н. Носова «Фантазеры» (отв. старший воспитатель). | План-конспект зарядки, музыкальное оформление, фотоотчет.Детская песня юмористического содержания – «Небылицы», «Карусель».Рисунки. Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ.Сценарий спектакля. Фотоотчет.Конспект мероприятия, фотоотчет. М/фильм, фотоотчет. |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ*** |
| 1. | Кукольный спектакль Ростовского театра «Карусель» ко Дню смеха. | Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |
| **СРЕДА** |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1. | Практикум с элементами тренинга «Использование элементов смехотерапии в коррекции поведенческих нарушений у дошкольников» (отв. педагог-психолог). | Конспект, фотоотчет. |
| ***РОДИТЕЛИ*** |
| 1. | Стендовая консультация «Проблемы в поведении ребенка? Способы их решения» | Информация в родительских уголках. Фотоотчет. |
| ***ВОСПИТАННИКИ*** |
| 1.2.3.4.5.6. | «Веселая зарядка» (музыкальный, спортивный залы – отв. инструктор по ф/к, воспитатели).«Музыкальная смешинка» минутка смеха для поднятия настроения – в течение дня (отв. воспитатели).Загадки Антошки «Загадки-обманки» с использованием кукольного театра (отв. воспитатели).Коррекционно-развивающее занятие с педагогом-психологом «От улыбки хмурый день светлей!».Литературная гостиная «Читаем вместе» - чтение юмористического рассказа Н.Н. Носова «Находчивость» (отв. воспитатели).Кинозал – просмотр м/ф по рассказам Н.Н. Носова «Бобик в гостях Барбоса» (отв. старший воспитатель). | План-конспект зарядки, музыкальное оформление, фотоотчет.Детская песня юмористического содержания – «Антошка», «Дуэт Пончика и Сиропчика».Конспект, фотоотчет о проведенном мероприятии.Конспект занятия, фотоотчет.Конспект мероприятия, фотоотчет. М/фильм, фотоотчет. |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ*** |
| 1. | Концерт вокальной группы ЦВР «Жар-птица» - «Пойте и радуйтесь вместе с нами!» (отв.: руководитель вокальной группы, старший воспитатель). | Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |
| **ЧЕТВЕРГ** |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1. | Психологическая минутка с элементами смехотерапии «Пусть хорошее настроение не покинет больше нас!» (отв. педагог-психолог). | Конспект, фотоотчет. |
| ***РОДИТЕЛИ*** |
| 1. | Участие в городской выставке детского рисунка, посвященной Дню смеха в ГДК. | Рисунки. Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |
| ***ВОСПИТАННИКИ*** |
| 1.2.3.4.5.6. | «Веселая зарядка» (музыкальный, спортивный залы – отв. инструктор по ф/к, воспитатели).«Музыкальная смешинка» минутка смеха для поднятия настроения – в течение дня (отв. воспитатели).Игра-потеха «Карнавал животных» - имитация движений животных под музыку (отв. педагог-психолог).Веселые игры с мячом: «Назови меня шутливо», «Охотники и утки», «Мой веселый звонкий мяч», «Не зевай и быстрей передавай» и др. Литературная гостиная – «Чтение юмористических стихотворений С. Черного «Что кому нравится», «Фома», стихотворения И. Михайловой «Ай дили», К. Чуковского «Скрюченная песня» и др.»Кинозал – просмотр м/ф по рассказам Н.Н. Носова «Приключения Незнайки и его друзей» (отв. старший воспитатель). | План-конспект зарядки, музыкальное оформление, фотоотчет.Детская песня юмористического содержания – «Как кричит Крокодил?», «Кукарача».Конспект игры-потехи, фотоотчет.Фотоотчет.Конспект мероприятия, фотоотчет.М/фильм, фотоотчет. |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ*** |
| 1. | Участие в городской выставке детского рисунка, посвященной Дню смеха в ГДК. | Рисунки детей и их родителей. Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |
| **ПЯТНИЦА** |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1. | Психологическая минутка с элементами смехотерапии «Пусть хорошее настроение не покинет больше нас!» (отв. педагог-психолог). | Конспект, фотоотчет. |
| ***РОДИТЕЛИ*** |
| 1. | Участие в городской выставке детского рисунка, посвященной Дню смеха в СКЦ «Приморский». | Рисунки. Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |
| ***ВОСПИТАННИКИ*** |
| 1.2.3.4.5.6. | «Веселая зарядка» (музыкальный, спортивный залы – отв. инструктор по ф/к, воспитатели).«Музыкальная смешинка» минутка смеха для поднятия настроения – в течение дня (отв. воспитатели).Конкурс на самый веселый и задорный смех (отв. старший воспитатель). Развлечение «Смех, смех, смех собирает всех!» с просмотром 1 выпуска ДЮЖ «Ералаш». Раздача буклета «Улыбка и смех – здоровье для всех!» (отв. муз. руководитель, старший воспитатель).Литературная гостиная «Рассказы детей «Самая смешная история в нашей семье» с демонстрацией иллюстраций к ним (отв. воспитатели).Кинозал – просмотр м/ф «Малыш и Карлсон»(отв. старший воспитатель). | План-конспект зарядки, музыкальное оформление, фотоотчет.Детская песня юмористического содержания – «Смешной человечек», «Частушки Бабок-Ежек».Конспект мероприятия. Фотоотчет.Конспект мероприятия, буклет. Фотоотчет.Конспект мероприятия. Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ.М/фильм. Фотоотчет.  |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ*** |
| 1. | Участие в городской выставке детского рисунка, посвященной Дню смеха в СКЦ «Приморский». | Рисунки детей и их родителей. Фотоотчет. Информация на сайте ДОУ. |

**III этап:** заключительный

 ***«Поделись улыбкой своей…»***

**Сроки реализации:** с 4 по 6 апреля.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Содержание деятельности | Ожидаемые результаты проекта |
| ***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ*** |
| 1.2.3.4.5. | Анализ внедрения в оздоровительную деятельность ДОУ элементов смехотерапии. (отв. старший воспитатель, педагог-психолог).Результаты реализации проекта «Улыбка и смех – здоровье для всех!».Диссеминация опыта работы в педагогических сообщества, СМИ и сайте ДОУ.Публикация проекта в сборнике конференции «Актуальные проблемы формального и неформального образования в контексте современных требований реализации ФГОС ДО» (отв. старший воспитатель).Оформление портфолио педагога «Реализация проекта «Улыбка и смех – здоровье для всех» (отв. педагоги – участники проекта). | Эффективность внедрения элементов смехотерапии в оздоровительную деятельность ДОУ доказана повышением уровня эмоционального развития воспитанников на 10-12%.Отчет и презентации о мероприятиях, проведенных в рамках реализации проекта, материалы проекта на бумажных и электронных носителях.Конспекты мероприятий.Фотоотчеты. Презентации. Информация на сайте ДОУ.Сборник материалов конференции. Сертификат участника.Портфолио педагога (публикации, сертификаты, дипломы, грамоты, фотографии и др.). |
| ***РОДИТЕЛИ*** |
| 1.2. | Проведение родительских собраний с участием педагога-психолога «Развиваем чувство юмора у ребенка в детском саду и дома» (отв. педагог-психолог).Создание книжек-самоделок с рисунками и иллюстрациями юмористического содержания. | Протокол родительского собрания. Фотоотчет.Книжки-самоделки. Фотоотчет.  |
| ***ВОСПИТАННИКИ*** |
| 1.2.3.4. | Выявление уровня развития эмоционально-личностной сферы у детей старшего дошкольного возраста. «Музыкальная смешинка» минутка смеха для поднятия настроения – в течение дня (отв. воспитатели).Рисунки на асфальте «Самая смешная рожица» (отв. воспитатели).Оформление портфолио ребенка «Смейтесь вместе с нами!» | Динамика эмоционально-личностного развития воспитанников, участников проекта. Детская песни юмористического содержания – по желанию детей.Фотоотчет на сайте ДОУ.Портфолио. |
| ***СОЦИАЛЬНЫЕ ПАРТНЕРЫ*** |
| 1. | Диссеминация опыта работы. | Фотоотчет. |

Список литературы:

1. В школу с радостью: конспекты комплексно-игровых занятий с дошкольниками для психолога и воспитателя / авт. – сост. Е.Д. шваб. – Волгоград: Учитель, 2007. – 79 с.
2. Инновационный потенциал современной системы образования: материалы I Всероссийской заочной научно-практической конференции. 30 сентября 2013 г. / Гл. ред. Е.М. Артемьева. – Чебоксары: Центр образования и воспитания, 2013. – 312 с.
3. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). – СПб.: Издательство «Речь», 2006.
4. Сам себе лекарь. № 2, январь, 2003.
5. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. – СПб.: Валери СПД; - М.: ТЦ Сфера, 2002. – 112 с.