

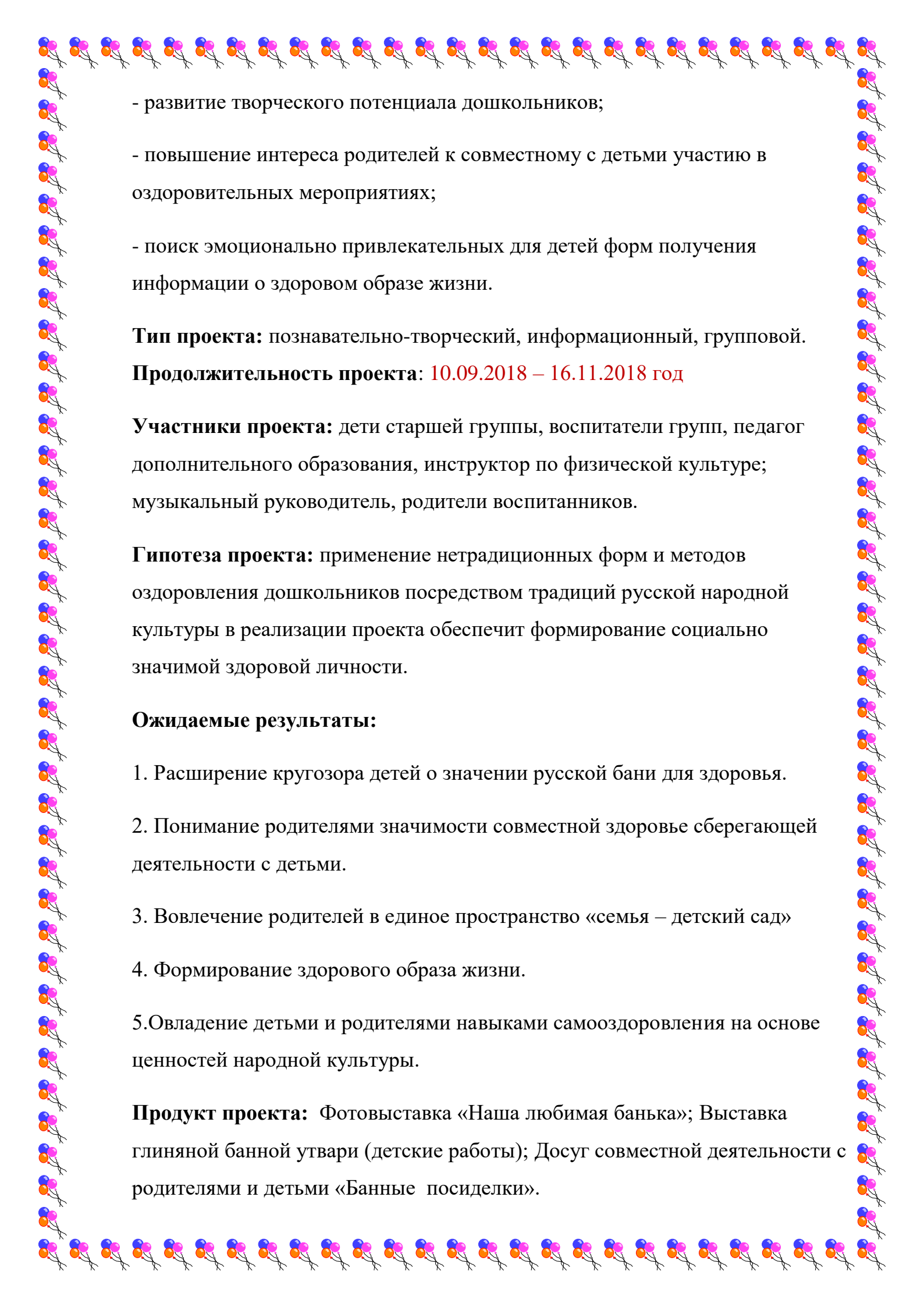
## Проект: «Русская банька».

**Актуальность:** На современном этапе развития выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья граждан разного возраста. Поэтому забота о сохранении и укреплении здоровья ребенка и взрослого является в нашем обществе приоритетной. Дошкольный возраст – благоприятный период, когда закладываются основные навыки сохранения и укрепления здоровья, вырабатываются правильные привычки. Главными учителями для ребенка являются его близкие родственники, с которых он берет пример. Но... Снижение показателей здоровья, можно объяснить недостаточным уровнем культуры здоровья в самой семье. Все реже родители посещают с детьми бассейны, ходят на лыжах, посещают спортзалы, катки. В связи с этим необходимо поддерживать интерес к процессу оздоровления, как детей, так и взрослых. Необходимо укрепить значимость роли родителей в оздоровлении детей и приобщении их к здоровому образу жизни разными путями, в том числе через традиции и ценности русской культуры. Именно поэтому мы решили разработать проект «о бане», который при совместной деятельности педагогов и родителей, поможет донести до сознания детей значимость русской бани для здорового образа жизни.

**Цель проекта:** Формирование у детей дошкольного возраста мотивации к навыкам здорового образа жизни через традиции и ценности русской культуры в области здоровья; возрождение традиций семейного воспитания и укрепление семейных ценностей.

### **Задачи:**

- сохранение и укрепление физического здоровья детей дошкольного возраста;
- приобщение педагогов и родителей к нетрадиционной форме и методу оздоровления дошкольников;
- приобщение детей и родителей к истокам русской народной культуры;

- 
- развитие творческого потенциала дошкольников;
  - повышение интереса родителей к совместному с детьми участию в оздоровительных мероприятиях;
  - поиск эмоционально привлекательных для детей форм получения информации о здоровом образе жизни.

**Тип проекта:** познавательно-творческий, информационный, групповой.

**Продолжительность проекта:** 10.09.2018 – 16.11.2018 год

**Участники проекта:** дети старшей группы, воспитатели групп, педагог дополнительного образования, инструктор по физической культуре; музыкальный руководитель, родители воспитанников.

**Гипотеза проекта:** применение нетрадиционных форм и методов оздоровления дошкольников посредством традиций русской народной культуры в реализации проекта обеспечит формирование социально значимой здоровой личности.

**Ожидаемые результаты:**

1. Расширение кругозора детей о значении русской бани для здоровья.
2. Понимание родителями значимости совместной здоровьесберегающей деятельности с детьми.
3. Вовлечение родителей в единое пространство «семья – детский сад»
4. Формирование здорового образа жизни.
5. Овладение детьми и родителями навыками самооздоровления на основе ценностей народной культуры.

**Продукт проекта:** Фотовыставка «Наша любимая банька»; Выставка глиняной банной утвари (детские работы); Досуг совместной деятельности с родителями и детьми «Банные посиделки».



## **Пути реализации проекта:**

**Беседы** на темы: «История русской бани», «Банная утварь», «Целебные свойства веника», «Целебные травы нашего края»; Игры, аттракционы, эстафеты; Создание родителями фотовыставки «Наша любимая банька»; Изготовление продукта детского творчества - банная утварь из глины; Подготовка родителей к совместному досугу: разучивание частушек, пословиц, поговорок, пляски «Баня».

## **Этапы реализации проекта:**

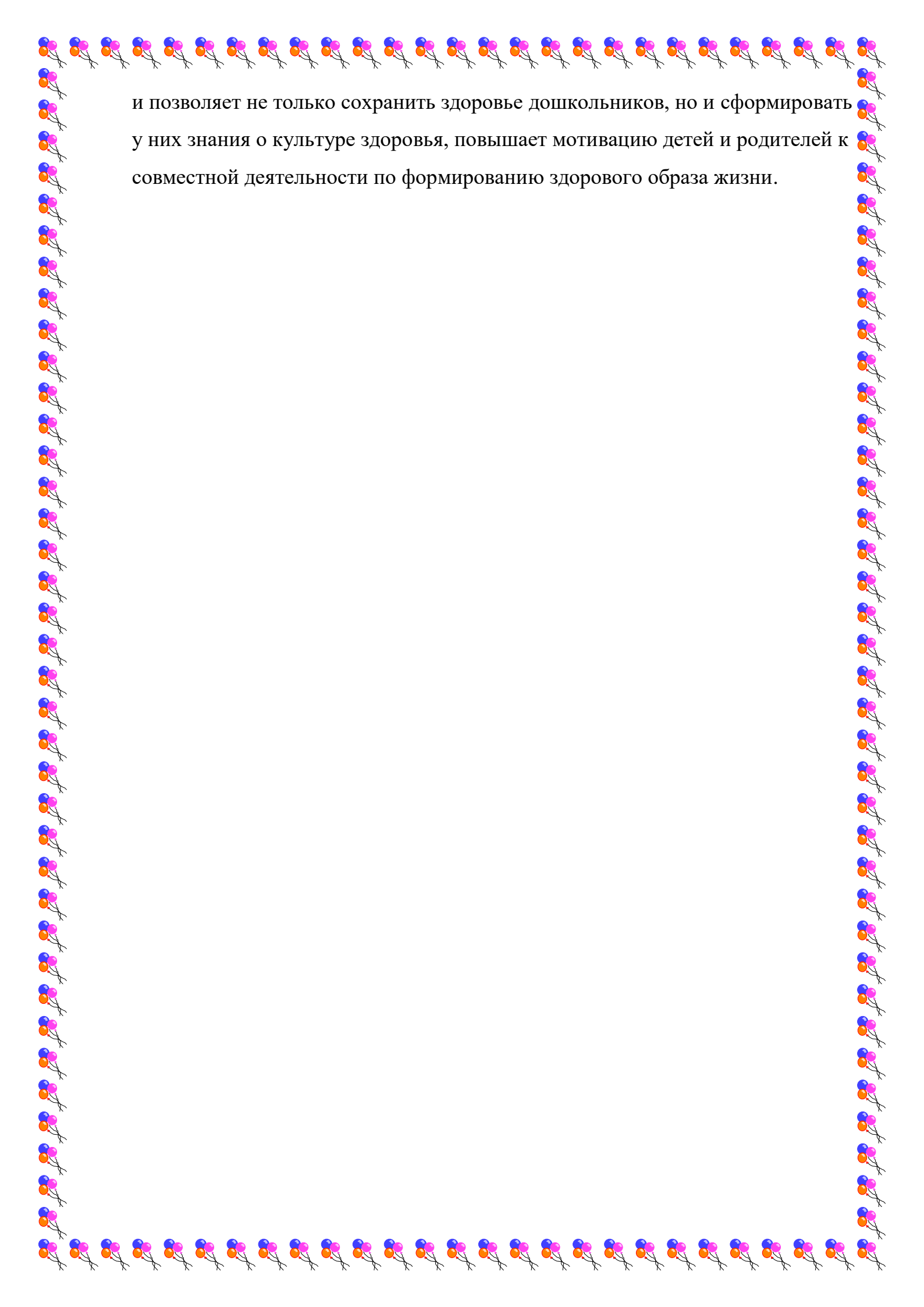
**1-й этап – подготовительный** постановка цели и задач; разработка паспорта проекта; подбор материала для бесед, консультаций для родителей.

**2-й этап – реализационный** совместная работа с воспитанниками группы:  
**Беседы:** Баня свое дело знает – больному да хворому, здоровье возвращает; История русской бани; О банной утвари с использованием презентации; Целебные травы Пермского края с использованием презентации; Целебные свойства веника.

**Продуктивные виды деятельности:** Лепка и роспись банной утвари из глины; Создание альбома «Русская банька». Совместная работа педагогов, детей и родителей: Консультация познавательного характера « Дети в бане»; Фотовыставка «Нет милей и родней жаркой баньки моей!»; Подготовка родителей к совместному досугу «Банные посиделки» - разучивание частушек, поговорок, пословиц, танца «Баня».

**3-й этап – обобщающий** совместный досуг педагогов, родителей и детей «Банные посиделки»; Презентация проекта «Русская банька» на родительском собрании.

**Выводы:** Проведенная работа по формированию социально значимой здоровой личности посредством применения нетрадиционных форм и методов оздоровления дошкольников достаточно эффективна, результативна

A decorative border of colorful balloons (blue, pink, orange) with black strings, framing the text on all four sides.

и позволяет не только сохранить здоровье дошкольников, но и сформировать у них знания о культуре здоровья, повышает мотивацию детей и родителей к совместной деятельности по формированию здорового образа жизни.



## Сценарий развлечения для детей и родителей «Банные посиделки».

Зал оформлен в русском стиле. На заднем плане декорации русской бани. На стенах развешены плакаты с пословицами о бане, веники, банные атрибуты.

**Действующие лица:** ведущая, Петрушка, Дед, бабка.

**Ведущая:**

Здравствуйте, гости дорогие! Сегодня мы приглашаем вас на посиделки. Да не простые, а банные!

В этот праздничный денек

Мы вас ждем на огонек.

Баня греется давно,

Да и нам не все равно –

С кем досуг свой проводить,

С кем нам в баньку ходить.

Баня жаром славится,

Приходите париться!

*Дети рассказывают стихотворение «Русская баня» И. Бутримовой:*

**1-й ребенок:**

Русскую баню любит народ,

Русская баня силы дает.

Печку затопим, квасу плеснем,

Ярким румянцем все расцветем.

**2-й ребенок:**



Если нахлынет в душу тоска,

Баня поможет в этом всегда.

Вместе с друзьями в баню иди,

Сердце забьется громче в груди.

**3-й ребенок:**

Тело расслабит ласковый пар,

Трав ароматных терпкий отвар,

Сгинут печали, радость придет,

Ведь только в бане душа отдохнет!

*Дети исполняют танец под песню «Русская баня».*

(После танца в зал под русскую народную музыку заходит Петрушка, в руках у него лоток с вениками.)

**Петрушка:**

Поклон вам гости званые, да желанные!

Здравствуйте, лебедушки! Здравствуйте, молодухи!

Да ребята – удалыцы, веселые молодцы!

Да мужчины – усачи, да дедушки – бородачи!

Проходи честной народ, Петрушка продает.

Разные венички для Катеньки и Леночки.

Есть веники для Миши и для Вани.

Свежие пахучие, нежные и жгучие!

Подходите, не зевайте, венички скорее покупайте!



**Ведущая:**

Ну, вы даете!!! Как это не банные?! Да мои веники самые банные в мире! Они волшебные! Они от всех болезней вылечивают! В этих вениках все витамины есть! Они для бани просто необходимы!

Голова же в бане – веник! И проказник, и затейник!

Он не только кровь гоняет – наше тело исцеляет!

Веник может быть дубовый и березовый, кленовый, из смородины, рябины, можжевельника, калины. Веник в бане – козырь главный, «инструмент» отличный банный. Им по телу ты пройдешься – в раз здоровья наберешься!

**Ведущая:**

Неужели твои веники такие полезные?

Петрушка:

Эх, темнота! Ну, тогда глядите. Начинаем наш парад веников. Отряд! Стройся раз – два!

*Выходят дети. Берут у Петрушки по венику. Рассказывают о них:*

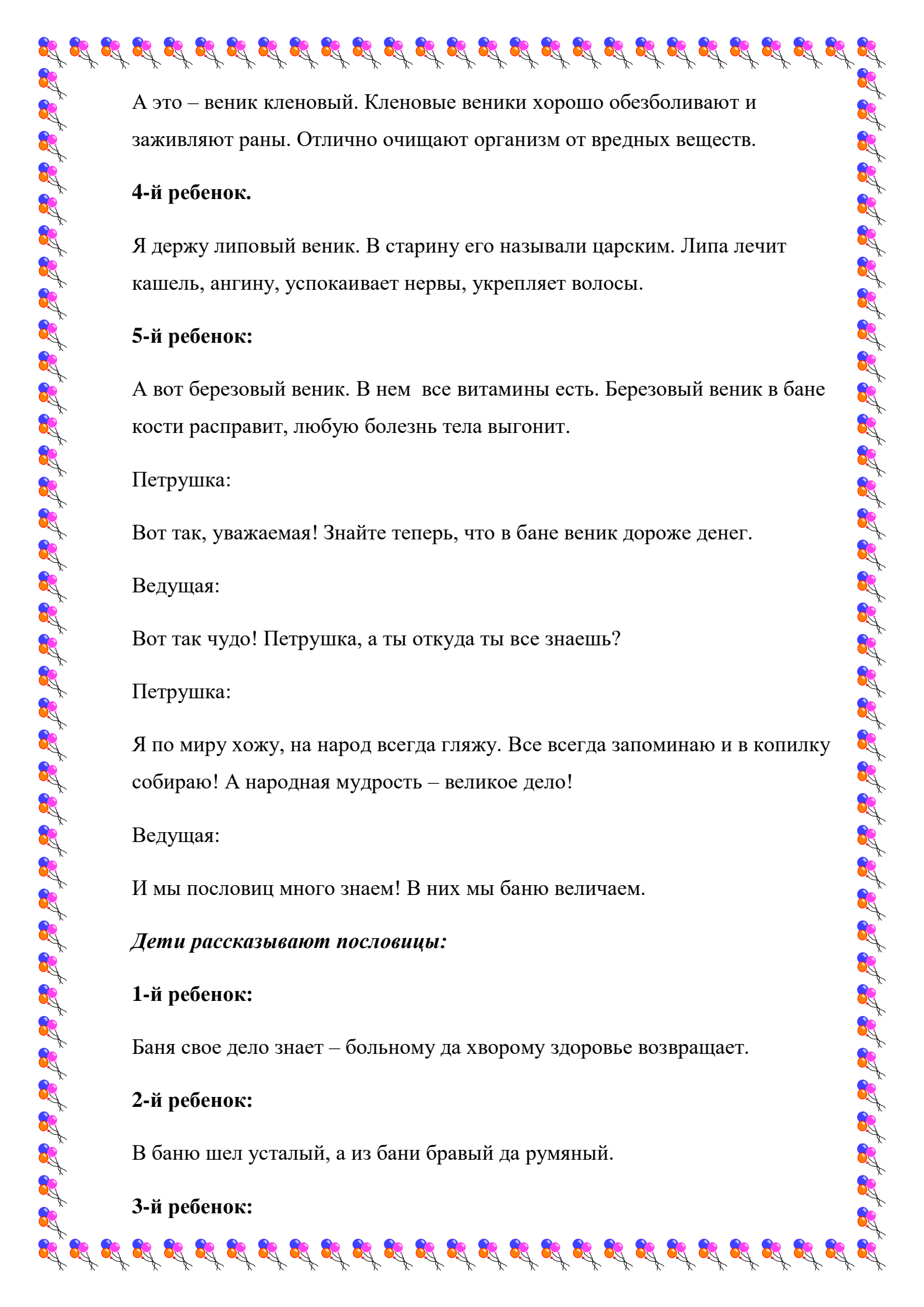
**1-й ребенок:**

Это веник дубовый. Дубовым веником лечат кожные заболевания. Его аромат понижает давление, успокаивает нервную систему.

**2-й ребенок:**

У меня веник из эвкалипта. Эвкалипт снимает головную боль, усталость, помогает при радикулите и ушибах, отбеливает кожу. Такой веник – прекрасное средство от простуды.

**3-й ребенок:**



А это – веник кленовый. Кленовые веники хорошо обезболивают и заживляют раны. Отлично очищают организм от вредных веществ.

**4-й ребенок.**

Я держу липовый веник. В старину его называли царским. Липа лечит кашель, ангину, успокаивает нервы, укрепляет волосы.

**5-й ребенок:**

А вот березовый веник. В нем все витамины есть. Березовый веник в бане кости расправит, любую болезнь тела выгонит.

Петрушка:

Вот так, уважаемая! Знайте теперь, что в бане веник дороже денег.

Ведущая:

Вот так чудо! Петрушка, а ты откуда ты все знаешь?

Петрушка:

Я по миру хожу, на народ всегда гляжу. Все всегда запоминаю и в копилку собираю! А народная мудрость – великое дело!

Ведущая:

И мы пословиц много знаем! В них мы баню величаем.

***Дети рассказывают пословицы:***

**1-й ребенок:**

Баня свое дело знает – больному да хворому здоровье возвращает.

**2-й ребенок:**

В баню шел усталый, а из бани бравый да румяный.

**3-й ребенок:**





В бане помыться – как вновь народиться.

4-й ребенок:

После банного веничка душа добрее.

5-й ребенок:

Банный денек все хвори уволок.

**Петрушка:**

А чтоб поднять вам настроение, устрою я вам представление. Летит время, век уходит, Русь меняется опять, только баня остается, баню будем величать!

Баня парит, баня правит, наша баня все исправит. Смыть усталость, пыль и пот в баню тянется народ. Кого надо выпарит, а не надо выгонит. Это присказка – не сказка, сказка будет впереди. Только слушай, да гляди.

*Под русскую народную музыку выходят сгорбленный Дед с веником и Бабка.*

**Петрушка:**

Я по миру колесил, много пар лаптей сносил. Ну, а в этой деревеньке отдохнуть чуток решил. Гляжу – домик на горе стоит, из трубы дымок валит. Старый дед в субботний день баньку истопить решил. Веник дед сломал большой, будет париться с душой!

**Дед:**

Не из клена, не из дуба, а с березы возле клуба. Наломал охапок пять, будет в бане, чем махать.

**Бабка:**

Отправляю в баню деда. Баня топиться с обеда! Парься лучше дорогой, будешь вечно молодой!



Дед уходит с веником за декорацию.

**Петрушка:**

Баня – чудо, баня - свет! Ароматов трав букет! В бане сразу же добреешь и как будто молодеешь! Долго дедушка пыхтел, выходить он не хотел! Так прошел один часок, перестал валить дымок. Смотрит бабка – перед ней Королевич Елисей!

Под русскую народную музыку из – за декорации выходит помолодевший Дед.

**Бабка:**

Где мой дед! Скажи на милость! Что со старым приключилось?

**Дед:**

Ты, старуха, глаз раскрой, перед тобой же дед родной! Здесь во всем он виноват! (Показывает веник)

**Бабка:**

Ну – ка, дай мне это чудо! Может, и я красоткой буду!

*Бабка, подхватив веник, убегает за декорацию.*

**Петрушка:** Покупайте веники!

**Дед:** Вы не пожалеете!

**Вместе:** Лет на 20 сразу с ними вы помолодеете!

**Петрушка:**

Стоит баня на пригорке, снова из трубы дымок. Бабка вмиг помолодела, как уселась на полоч. Парится и парится наша раскрасавица!

*Под русскую народную музыку из – за декорации выходит помолодевшая Бабка.*

**Бабка:** После бани благодать! Красота, ни дать, ни взять!

**Дед:** Ай, да веник молодец! Ну, хоть снова под венец!

*Танец родителей с вениками под песню «Баня!».*

**Петрушка:**

Сказка ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок! Чтоб всегда здоровым быть, надо в баню всем ходить. И поэтому у нас банный день для вас сейчас! А сейчас – внимание, внимание! Приглашаю на веселые соревнования!

Сегодня мы немножко посоревнуемся. Разделимся на 2 команды, и каждая команда получает у нас свое «банное» название. Первая команда детей и родителей – «Веничек березовый». Вторая команда детей и родителей – «Печки – лавочки». Судить соревнования будет наше многоуважаемое жюри (Петрушка представляет жюри).

### **Первое задание**

**Петрушка:**

Конец недели, банный день.

Помыться в баньке нам не лень.

Нам надо баньку затопить, пора дровишек наносить.

Проводится эстафета «Принеси дрова»: каждый член команды должен принести по очереди по одному полену.

### **Второе задание.**

**Петрушка:** Из трубы идет дымок, значит, баня топится, наносите – ка воды, а потом помоемся.

*Проводиться эстафета «Принеси воды»: в центре зала для каждой из команд установлены большие ведра с водой, а на полосе «старт» пустые тазики. Участникам нужно поочередно набрать стаканом воду в маленькое ведро, добежать до тазика и вылить в него воду, затем передать эстафету следующему участнику и так до «последней капли»*

### **Третье задание.**

#### **Петрушка:**

Ну – ка, вспомним – ка , друзья, что для бани надо: а для этого ответить мы на вопросы рады.

#### **Загадки о бане:**

- Полна коробушка золотых воробушек. (Угли в печке)
- Маленький, мохнатенький, всех людей перебил и царя не упустил. (Веник)
- Наша толстая Федора наедается не скоро. А затем, когда сыта, от Федоры теплота. (Печь)
- На крыше всех выше, дымом дышит. (Труба)
- Я кудрявый, я мохнатый, а зимой – над каждой хатой.

Над пожаром и заводом, над костром и пароходом, но нигде.

Нигде меня не бывает без огня. (Дым)

- Вафельное, полосатое, гладкое и лохматое, всегда под рукою, что это такое?  
(Полотенце)

- Пузыри пускало, пеной сверху лезло – и его не стало, все оно исчезло.  
(Мыло)

### Четвертое задание

**Петрушка:** Что за баня без парилки? Веник нужен нам как раз. Каждый стукнуть себя должен веником до трех раз.

*Проводиться эстафета «Будем париться, друзья». В центре зала для каждой из команд поставлено по стульчику и тазу с веником.*

*Участникам команд нужно добежать до стула по ребристой доске, сесть на стул и три раза стукнуть веником себе по спине. Затем вернуться к команде и передать эстафету следующему участнику. Так до последнего участника.*

**Петрушка:**

Не устали париться? Баня паром славиться! Посидите, отдохните, кваску холодного глотните. Баня парит, баня правит, и общение подарит, наше тело исцелит. Душу нам развеселит! Вот и в нашей – то парной – шум веселье! Ой – ой – ой! Навострите ваши ушки! Мы споем для вас частушки!

*Дети вместе с мамами исполняют частушки.*

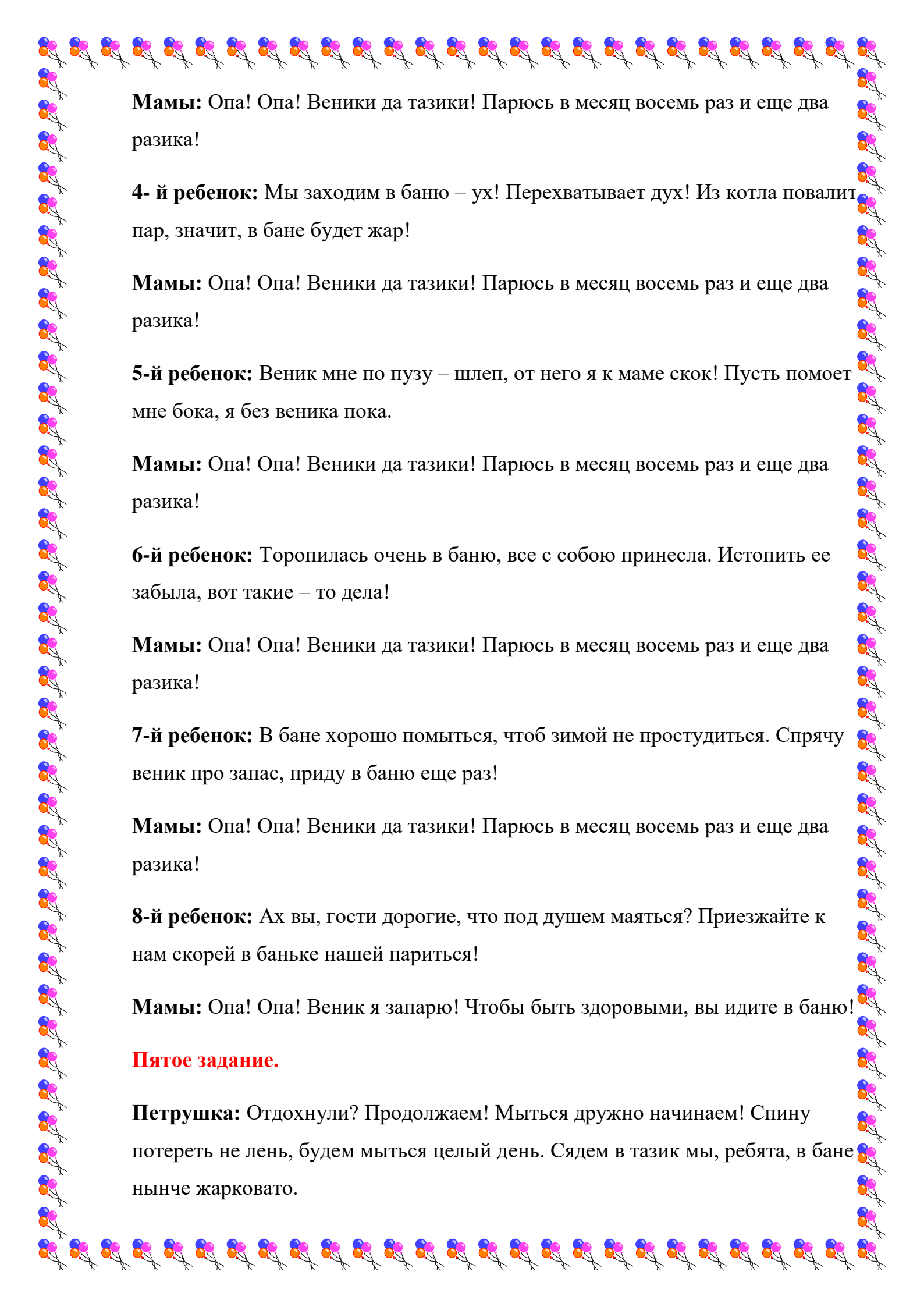
**1-й ребенок:** Поглядите: ой – ой – ой! В небе дым плывет густой. По традиции народной баню топят в выходной!

**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазы! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**2-й ребенок:** Баня в гости приглашает всех друзей попариться! Захватите с собой веник, чтобы разругнаться!

**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазы! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**3-й ребенок:** Истопили все дрова, чтобы было жарко. Приходите в баню к нам, нам воды не жалко.



**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазики! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**4-й ребенок:** Мы заходим в баню – ух! Перехватывает дух! Из котла повалит пар, значит, в бане будет жар!

**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазики! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**5-й ребенок:** Веник мне по пузу – шлеп, от него я к маме скок! Пусть помоев мне бока, я без веника пока.

**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазики! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**6-й ребенок:** Торопилась очень в баню, все с собою принесла. Истопить ее забыла, вот такие – то дела!

**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазики! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**7-й ребенок:** В бане хорошо помыться, чтоб зимой не простудиться. Спрячу веник про запас, приду в баню еще раз!

**Мамы:** Опа! Опа! Веники да тазики! Парюсь в месяц восемь раз и еще два разика!

**8-й ребенок:** Ах вы, гости дорогие, что под душем маяться? Приезжайте к нам скорей в баньке нашей париться!

**Мамы:** Опа! Опа! Веник я запарю! Чтобы быть здоровыми, вы идите в баню!

### **Пятое задание.**

**Петрушка:** Отдохнули? Продолжаем! Мыться дружно начинаем! Спину потереть не лень, будем мыться целый день. Сядем в тазик мы, ребята, в бане нынче жарковато.

*Проводиться эстафета «Будем мыться». Один из детей от каждой команды усаживается в тазик в центре зала. Участники команд поочередно с мочалкой в руках должны добежать до ребенка, сидящего в тазике, потереть ему спину три раза мочалкой, вернуться к команде и передать мочалку следующему участнику. Последними бегут папы с полотенцами и приносят ребенка.*

**Шестое задание:**

**Петрушка:** После бани волосы надо расчесать, заплести косицу и с друзьями поболтать.

*Родители с детьми поочередно расчесывают друг друга и садятся на скамеечки. Уставший Петрушка так же садиться на скамью.*

**Ведущая:** Ну что, Петрушечка, устал?

**Петрушка:** Ох, устал. Напарился! Надо мне чайку попить, наверное.

**Ведущая:** После бани чай очень полезен, особенно травяной. Сейчас мы тебя душистым чаем напоим! Да по традиции русской – из самовара!

*Дети и родители исполняют песню «Русский чай»*

**Петрушка:** славно мы попарились и повеселились, пора подводить итоги, ведь жюри трудились.

*Жюри объявляют команду победительницу и награждают победителей.*

**Петрушка:** Проигравших нынче нету – все равны ведь в бане! Ну, а вам пора на чай – русский, с пирогами!

*Праздник заканчивается чаепитием в группе.*

