

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка – детский сад «Родничок»

**Педагогический проект
«Быть здоровым с детства»**

Автор проекта:
Чуксева С.Н. – инструктор по ФК

г. Волгодонск
2013 г.

1. **Название проекта:** «Быть здоровым с детства»
2. **Автор проекта:** Чуксеева С.Н. – инструктор по ФК
3. **Вид проекта:** творческо-тематический, познавательно-речевой, детско-взрослый, внутригрупповой.
4. **Продолжительность проекта:** декабрь 2013 года – апрель 2014 года.
5. **Участники проекта:** инструктор по физической культуре, воспитатели группы, музыкальный руководитель, дети, родители.
6. **Проблема:** поиск творческого подхода к укреплению здоровья детей и осуществления эффективных форм взаимодействия ДОО с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни.
7. **Цель проекта:** создание условий для развития интереса у детей и родителей в формировании потребности в здоровом образе жизни семьи через вовлечение их в физкультурно-оздоровительный процесс.

Задачи проекта:

- Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья средствами физической культуры, правильного питания, заботливого отношения к своему организму;
- развивать умение передавать свои мысли, делать умозаключения;
- способствовать повышению резервных сил организма за счет функциональных возможностей;
- повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка с учетом гендерного различия, через вовлечение их в совместную деятельность;
- воспитывать стремление быть здоровым, внимательно относиться к своему психическому и физическому здоровью.

Актуальность:

Физическое воспитание – один из основных компонентов общего воспитательного процесса, без которого невозможно гармоничное развитие ребенка. Забота о здоровье ребенка занимает во всем мире приоритетные позиции. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья, отводится ведущее место. Подчеркивается важность создания условий, обеспечивающих физическое,

психическое и социальное благополучие ребенка, так как, именно эти три составляющие и определяют здоровье дошкольника на современном этапе. Педагогический проект «Быть здоровым с детства» предусматривает валеологическое просвещение детей старшего дошкольного возраста и их родителей: развитие представлений о важности двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о здоровом образе жизни. Эти сведения становятся важным компонентом личностной культуры и социальной защищенности дошкольника. Проект раскрывает новые эффективные формы взаимодействия ДОО с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни, которые основываются на формах совместной деятельности детей и родителей. Предполагается активное участие детей, родителей, педагогов.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Поэтому искусству сохранения и укрепления здоровья, формирования осознанной потребности в здоровом образе жизни должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. Кроме этого, а именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи. А добиваться успехов в укреплении здоровья и полноценном физическом развитии детей, в повышении их двигательной активности можно только при единых подходах к физическому воспитанию в детском саду и дома.

Реализация проекта по этапам

1 этап – подготовительный: (2.12.2013 г – 13.12.2013 г.)

- постановка проблемы;
- проведение консультаций, бесед по теме с родителями;
- обсуждение темы проекта совместно с детьми и родителями.

2 этап – аналитический: (16.12.2013 г. – 31.12.2013 г.)

- составление плана работы;
- внесение мероприятий в план воспитательно – образовательной работы;
- объяснение заданий родителям.

План образовательной деятельности

Образовательная область	Задачи	Содержание деятельности детей	Взаимодействие с родителями
Физическая культура	Формировать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании мальчиков и девочек.	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Подвижные игры Игровые занятия.</p> <p>Спортивные соревнования.</p> <p>Разучивание физкультминуток, речевок.</p>	<p>Привлечение родителей к пополнению предметно – развивающей среды, физкультурного уголка группы и спортивного зала.</p> <p>Привлечение родителей к участию в спортивных соревнованиях.</p>
Здоровье	Формировать первичные ценностные представления о здоровье и здоровом образе жизни у мальчиков и девочек.	<p>Комплекс закаливающих процедур.</p> <p>Ежедневная утренняя гимнастика.</p> <p>Ежедневная гимнастика пробуждения.</p> <p>Ароматерапия, полоскание горла отваром траву.</p> <p>Питье чая с лимоном.</p> <p>Прием витаминов.</p> <p>Употребление в пищу лука и чеснока.</p> <p>Прогулки на свежем воздухе.</p> <p>Беседа о правильном питании.</p>	<p>Оформление родительского уголка с рекомендациями правильного питания и гигиенического воспитания мальчиков и девочек.</p> <p>Привлечение родителей к подготовке консультаций для детей на темы: «Полезные и вредные для формирования зубов продукты», «Как правильно чистить зубы».</p> <p>Раздача буклетов о правилах чистки зубов.</p>

		Массаж биологически активных зон.	
Безопасность	Формировать основы безопасности собственной жизнедеятельности	Знакомство с основами безопасного поведения на спортивных тренажерах. Просмотр фильма-презентации «Пришла зима» о безопасном поведении в зимний период на дорогах и водоемах.	Беседа с родителями о безопасном расположении и хранении спортивного оборудования дома.
Социализация	Формировать представления о работе врачей и о службе скорой помощи.	Ситуативные разговоры и беседы о детском травматизме. Сюжетно – ролевые игры: «Больница», «Скорая помощь».	Привлечение родителей к изготовлению атрибутов для сюжетно – ролевых игр.
Труд	Развивать трудовые навыки	Заготовка природного материала для массажных дорожек. Посадка лука в уголке природы.	Привлечение родителей к изготовлению массажных дорожек
Познание	Формировать понятие, что здоровье зависит от правильного питания. Формировать представление о витаминах, об их влиянии на организм и о продуктах, в которых они содержатся.		

	<p>Формировать элементарное представление о действии микробов на организм.</p> <p>Соблюдать правила личной гигиены и гигиены питания. Поощрять исследовательский интерес.</p>		
Коммуникация	Развивать свободное общение со взрослыми и детьми, обогащать словарный запас детей.	Рассказы детей на тему: «Как я укрепляю свое здоровье»	Привлечение родителей к беседе о здоровом образе жизни.
Чтение художественной литературы	<p>Воспитывать умение слушать произведение, следить за развитием действия, сопереживать героям.</p> <p>Развивать память, логическое мышление.</p>	<p>Чтение и разучивание стихотворений: К.И. Чуковский «Айболит», «Федорино горе».</p> <p>М.Картушина «Чтобы горло не болело»</p> <p>Л.Вильберг «Витамины».</p> <p>С. Островский «Ты с красным солнцем дружишь».</p> <p>С.Афонькин «Мыло работает на совесть»</p>	Привлечение родителей к посещению совместно с ребенком детской библиотеки.
Художественный труд	Формировать умение создавать	Рисование на тему: «Что укрепляет здоровье?».	

	несложные сюжетные композиции.		
Музыка	Использовать музыкальные произведения как средство обогащения представлений о здоровом образе жизни.	<p>Прослушивание и разучивание музыкальных произведений:</p> <p>«Умывальная» слова В.Викторова, муз. А.Н.Александрова;</p> <p>«Зарядка» слова З.Петровой, муз. Ю.Слонова;</p> <p>«Купальная» слова З.Александровой, муз. М.Старокаданского;</p> <p>«Малыши – крепыши» Слова Т.Волгиной, муз. А.Филиппенко.</p>	

3 этап – основной, практический: (13.01.2014 г. – 30.03.2014 г.)

- **Обогащение предметно-развивающей среды:** приобретение для спортивного зала различных тренажеров простейшего типа для мальчиков и девочек. Приобретение и изготовление дидактических игр, изготовление книжек-самodelок, плакатов, пополнение физкультурного уголка группы атрибутами для спортивных игр, с учетом гендерного принципа
- **Беседуем с медсестрой:**
«Гигиена мальчиков», «Будущие мамы»
- **Активно участвуем в плановой оздоровительной компании детского сада:**
 - употребляем витамины;
 - делаем массаж биологически активных точек;
 - закаляемся: ходим по массажным дорожкам, делаем различную гимнастику: утреннюю, пробуждения, пальчиковую.

- укрепляем иммунитет: пьем чай с лимоном, едим лук, чеснок, принимаем витамины.

Все это обеспечивают родители.

- *Играем на прогулке в подвижные игры.*
- *Проводим оздоровительный бег на улице*
- *Придумываем упражнения для девочек и мальчиков.*
- *«Варим» витаминный компот.*
- *Играем в малоподвижные и дидактические игры: «Вредно – полезно», «Микробы».*
- *Создаем книжки – самоделки: «Семейные подвижные игры старшей группы», «В здоровом теле – здоровый дух».*
- *Проводим конкурс семейных газет «Здоровый образ жизни нашей семьи».*

4 этап – заключительный (24.04.2014 г.)

Провели спортивный праздник совместно с родителями «С папами на старт» под девизом «В здоровом теле – здоровый дух».

5 этап контрольный (25.04.2014 г.)

