Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 31 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга

 **Конспект проекта - семейного досуга:**

**«Страна Здоровья»**

**с использованием информационно - коммуникативных, здоровьесберегающих и игровых технологий**

Выполнила:

воспитатель Герасева Г.Г.

Пушкин

2013

**План**

|  |
| --- |
| **Продукты деятельности детей** |
| **Формы работы** | **Название этапа** | **Результаты, итоги, выводы** |
| **Задачи** | **Цель** | **Работа с родителями** |

**Этапы реализации проекта:**

1. Подготовительный (экологический)

2. Основной (познавательный)

3. Заключительный (спортивный)

**Цель**: развитие свободной творческой личности ребенка, которое определяется задачами развития исследовательской деятельности детей.

**Задачи**:

1. обеспечение психологического благополучия и здоровья детей;
2. развитие познавательных способностей;
3. развитие творческого воображения;
4. развитие творческого мышления;
5. развитие коммуникативных навыков.

**1 этап - Экологический:**

|  |
| --- |
| «За чистый воздух» - плакатРисунки и зарисовки детей совместно с родителями |
| Игра-занятие «Путешествие во времена года» | «У природы нет плохой погоды» | Дети больше узнали о человеке и о природе, как беречь окружающую среду и почему ее нужно беречь, как участвовать в сохранении природы, а также сохранять свое здоровье и здоровье окружающих. |
| Расширение представлений детей об окружающем мире через знакомство с элементарными знаниями из различных областей наук, развитие элементарных математических представлений (мерка - как способ измерения объема, массы, длины) | Расширение знаний о многообразии окружающего мира. | Гостиные для родителей «Здоровье ребенка в наших руках».Выставки поделок и рисунков «Снеговики», «Осень». |

**2 этап - Валеологический:**

|  |
| --- |
| Альбомы с речетворчеством детей |
| - Чтение литературных произведений «Мойдодыр», «Федорино горе», «Цыпленок и утенок»;- Рассматривание картин, изображающих природу и прогулки в разное время года;- Беседы о личной гигиене, пище и воде;- Знакомство с пословицами о здоровье;- Сюжетно-ролевая игра «Больница»;- Выучить отрывок из стихотворения К. Чуковского «Айболит», «Прививка» | «Экскурсия в медицинский кабинет» | - Игра в больницу;- Чтение литературных произведений;- Приготовление витаминного салата;- Закаливание;- Прогулки. |
| Учить самостоятельно следить за своим здоровьем (мыть руки, в холодное время года тепло одеваться. Словарь: здоровье, витамины.Познакомить детей с внешним видом строения человека. Воспитывать чувство гордости, что «Я - человек». Вызвать интерес к дальнейшему познания себя. | - научить с малых лет жить в гармонии с окружающим;- сформировать установку на здоровый образ жизни. | - Информация для родителей на тему: «Правила поведения в случае болезни». |

**3 этап - Спортивный**

|  |
| --- |
|  |
| - Разучивание стихотворения «Маленький спортсмен»- Игры и игровые упражнения: «Идем по сенсорной тропе», «Веселая гимнастика», «Поймай мяч».- Игровые упражнения, игры-забавы. | **«Папа, мама и я - спортивная семья»** | **Спортивные досуги и праздники:**- «Папа, мама и я - спортивная семья» |
| - Учить детей рационально использовать ресурсы собственного тела;- Совершенствовать различные виды ходьбы, бега;- Поддерживать у детей интерес к движениям и желание самостоятельно их выполнять;- Создавать условия для физической активности детей в подвижных играх с использованием физкультурного оборудования;- Учить детей сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, средний, медленный) | - Сформировать у детей правильное отношение к своему здоровью;- Способствовать развитию умений и навыков, которые позволят успешно взаимодействовать с окружающей средой и людьми. | Информация для родителей по темам: «Я и моё здоровье», «Я расту», «Для чего нужен режим дня», «Красивая осанка». |

**Семейный досуг**

**«Мама, папа, я - спортивная семья»**

Большинство людей на земном шаре понимают роль спорта в жизни семьи и общества, но сами порой почему-то остаются в стороне. Одни ссылаются на то, что нет времени; другие жалуются на то, что не хватает терпения. В семье родители часто не задумываются над тем, что дети берут пример в первую очередь с горячо любимых ими людей. Если ребенок не делает зарядку, значит, его не приучили к этому и гимнастика не стала для него потребностью. Но никогда не поздно приобщить ребенка к спорту. Для этого нужно единственное - личный пример.

Жизнь даётся нам с одним непременным условием - каждый день защищать ее. Защищать ради великого счастья - жить на Земле. Не надо стремиться к формальному долголетию - главное в том, чтобы сохранить бодрость, энергию, способность к деятельности.

Воспитывать интерес и любовь к спорту нужно с самого раннего детства. Очень важно воспитать у ребенка чувство «мышечной радости», как назвал его великий русский физиолог И. П. Павлов, - чувство наслаждения, испытываемое здоровым человеком при мышечной работе. Чувство это есть у каждого человека от рождения.

Для того, чтобы приобщить родителей к воспитанию ребенка, в дошкольных учреждениях проводится специальная работа с родными и близкими детей. Одной из форм такой работы является организация совместных спортивных развлечений и праздников. Именно они помогают родителям в деле воспитания ребенка, в повышении собственной компетенции, а также способствуют созданию эмоционального благополучия ребенка дома и в группе и сближают дошкольное учреждение с семьей.

Наиболее важным является правило, которое надо неукоснительно выполнять: каждый родитель приходит на праздник не только к своему ребенку, но и ко всем детям, так как группа - это единая спортивная семья.

Девиз: «В здоровье - сила!»

Под звуки марша дети входят в зал с флажками и строятся в три колонны.

Ведущий: «Дорогие друзья! Прекрасно, что мы собрались вместе на соревнования «Мама, папа, я - спортивная семья».

Дети читают стихи:

1-ый: Мы выходим на площадку,

 Начинается зарядка.

 Шаг на месте, два - вперед,

 А потом наоборот.

2-ой: Зарядка всем полезна,

 Зарядка всем нужна:

 От лени и болезни

 Спасет нас она.

3-ий: Для чего нужна зарядка?

 Это вовсе не загадка -

 Чтобы силу развивать

 И весь день не уставать.

4-ый: Чтоб расти и закаляться,

 Будем спортом заниматься.

 Закаляйся, детвора,

 В добрый час - физкульт - ура!

Ведущий: А теперь я вам представлю непосредственных участников семейных соревнований:

Команда «Медвежата» - Майдины;

Команда «Зайчики» - Васильевы;

Команда «Белочки» - Ковальковы;

Команда «Лисички» - Ляхи;

Команда «Ёжики» - Мартыновы.

Команда «Волчата» - Голованенко.

Приветствуем их! Представляю наше компетентное жюри.

(Перечисляет жюри.)

Все соревнования начинаются с разминки! Разминку проводим совместно с родителями - упражнения «Весы», «Наклоны», «Часы».

Ведущий: Пока жюри оценивают результаты, у нас будет музыкальная пауза. Далее предоставляется слово жюри.

Ведущий: Продолжаем соревнования. Проверим объем легких у участников. Аттракцион «Надуй шарик».

Ведущий: А сейчас посмотрим, чей семейный поезд быстрее проедет круг - упражнение «Паровозик». Жюри объявляет результат.

Ведущий: Участникам приготовиться к новым состязаниям. Переходим к эстафете - упражнения «Прыжки», «Кто быстрее передаст предмет».

Жюри оценивает результаты, а дети и гости танцуют танец «Утят».

Затем жюри объявляет результаты.

Ведущий: Наши соревнования подходят к концу. Слово жюри, объявляется общий итог соревнований.

Награждение победителей: Почетной грамотой - участников и сувенирами - капитанов.