Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 10

структурное подразделение детский сад «Ягодка»

**Проект по физкультурно-оздоровительному направлению**

**«О здоровье всерьез»**



Подготовили и провели:

Иванова Е.В. - инструктор по физической культуре,

Иост Т.В., Рогозянова М.А. – воспитатели средней группы №10

г.о. Жигулевск,

май 2014г.

**Проект: «**О здоровье всерьез**»**

**Тип проекта:** педагогический, познавательно- творческий, долгосрочный.

**Участники:**

* Дети среднего дошкольного возраста;
* Родители воспитанников;
* Воспитатели средней  групп;
* Узкие специалисты: инструктор по физической культуре

**Актуальность проекта:**

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Ее решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет. В современном мире здоровье перестает быть только личной проблемой конкретного человека.

Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению как самих себя так и своих детей. «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка в младенческом возрасте. Быть здоровым- естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие.

Базовой целью любого дошкольной организации является создание оптимальных условий для эффективного решения проблем развития каждого дошкольника. Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма. Чтобы сохранить и улучшить здоровье ребенка в один из самых ответственных периодов его жизни, необходима планомерная целенаправленная работа, как в дошкольном учреждении, так и в семье.

Личный пример участия родителей в физкультурных праздниках позволит не только повысить эффективность физкультурно-оздоровительного процесса, но и окажет положительное влияние на состояние здоровья, динамику физической подготовленности дошкольников, а также сформирует у них интерес к систематическим занятиям физической культуры.

Проект направлен на решение вопросов по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста и созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

Ключевые понятия: здоровье, образ жизни, здоровый образ жизни, культура здоровья.

**Цель:** Разработка новых эффективных форм совместной здоровьесберегающей деятельности взрослых и детей среднего дошкольного возраста.

Планируя работу по здоровьесбережению, мы должны учесть, что воспитание практических приемов и навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья в повседневной жизни зависит от целенаправленно- образовательной работы в дошкольном учреждении и семье, создании условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия в триаде ребенок- педагог- родитель.

**Задачи:**

1. Сформировать у воспитанников и их родителей первичные ценностные представления о здоровье, желание его сохранить.
2. Сформировать потребность в двигательной активности.
3. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
4. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей,
5. Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
6. Повысить интерес родителей к ведению здорового образа жизни в семье,

**Проблема:** незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей.

**Обоснование проблемы:**

- неосведомленность родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми.

-недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста,

- нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми.

- невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье

**Предполагаемые риски:**

1. Администрация не поддержит идею реализации проекта, т.к. это мероприятие предполагает изменение в режиме дня, циклограмме НОД , ломает устоявшиеся стереотипы.
2. Некоторые сотрудники не проникнутся актуальностью проекта.
3. Родители не заинтересуются темой проекта, недостаточно компетентны в вопросах о развитии физических умениях и навыках детей, формирования здорового образа жизни.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Содержание** | **Задачи** | **Сроки** | **Ответственные** |
| **Подготовительный** | 1. Составление плана реализации проекта 2. Изучение методической литературы 3. Анкетирование родителей «Место физической культуры в вашей семье» 4. Беседа с детьми: «Если хочешь быть здоров». 5. Игра-беседа о значении питания в жизни человека | 1. Познакомить администрацию, педагогов и родителей с проектом. 2. Изучить мнение всех участников образовательного процесса по проблеме. 3. Подобрать методическое обеспечение проекта 4. Разработать конспекты физкультурных занятий, сценарий физкультурного развлечения совместного с родителями. 5. Подготовить консультации для родителей, наглядность в виде информационных файлов, презентацию по использованию нетрадиционного оборудования. | 01.04.2014 - 04.04.2014 | Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитатели средней группы |
| **Основной** | 1. Ежедневная профилак­тическая работа:  • Профилактическая гимнастика (пальчиковая, гимнастика для глаз)  • Упражнения для улучшения осанки, кор­рекционные упражнения для стоп ног, игровой са­момассаж  • Гимнастика пробуж­дения, «дорожки здоро­вья»  • Воздушное закалива­ние  2. Беседы с детьми: «В стране Витаминии»,  «В гостях у Витаминки»,  Игра-беседа, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании,  Сказка-беседа «В стране Болейкино».  3. Решение провокацион­ных вопросов, проблем­ных ситуаций. Беседа «Микробы и мыло»  4. ИГРЫ:  • Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Аптека»  • Дидактические игры «Мяч на поле», «Задуй мяч» (на дыхание), упражнение «Найди два одинаковых мяча», «Что лишнее?» и др.  • Подвижные игры на воз­духе: «Попади в окошко», «Повторяй за мной», с мя­чом «Школа мяча», «Ло­вишки парами», «Закати мяч в обруч», «Мяч вдо­гонку» и т.д.  5. Рассматривание иллю­страций, фотографий о занятиях спортом.  6. Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.  7. Чтение художественной литературы: К.Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Я расту», «Придумываю сны», «Мы с Тамарой са­нитары»; С. Михалков «Прививка», «Тридцать шесть и пять», «Чудесные таблетки», «Грипп».  8. **Консультации** для ро­дителей: « Физкультура – дело серьезное» «Помо­гите ребенку укрепить здоровье», «Физкультур­ное оборудование своими руками».  9. **Изготовление родите­лями нетрадиционного физкультурного оборудо­вания.**  10. **Составление информа­ционных файлов** «Десять советов родителям по укреплению здоровья де­тей»  11. **Выставка рисунков** детей совместно с родите­лями о спорте.  12. **Выставка семейных газет** «Мы дружим со спортом».  13. **Изготовление карто­теки** «Народная аптечка»  14. **Тренинг** для родителей: «Лучики здоровья»  15. **Мастер – класс** для родителей «Использование здоровьесберегающих технологий с детьми в семье» | 1. Провести индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми. 2. Провести День открытых дверей, с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования, сделанных в совместной творческой деятельности родителей с детьми. 3. Показать презентацию на тему «Физкультурное нетрадиционное оборудование » 4. Активизироватть всех участников образовательного процесса | 07.04.2014-27.04.2013 | Инструктор по физической культуре, воспитатели средней группы |
| **Завершающий** | 1. Показ открытого физкультурного занятия «В стране веселых мячей» 2. Совместное развлечение с детьми и родителями «Мой веселый звонкий мяч». 3. Подведение итогов реализации проекта на педагогическом совете | 1. Изучить отношение всех участников образовательного процесса к проекту 2. Обобщить и распространить семейный опыт по вопросам развития физических умений и навыков детей, формированию здорового образа жизни | 20.05.2014 – открытое физкультурное занятие.  23.05.2014 - Совместное развлечение с детьми и родителями.  29.05.2014 – педсовет с обсуждением итогов проекта | Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитатели средней группы |

**План реализации проекта**

**Предполагаемый результат:**

* Сформированность у детей начальные представления о здоровом образе жизни.
* Устойчивое желание сохранять и укреплять свое здоровье у детей и родителей.
* Освоение практических навыков, умений поддержания и приумножения собственного здоровья.

**Управление проектом:**

* Руководители проекта — инструктор по физической культуре, педагоги средней группы
* Участники проекта – инструктор по физической культуре педагоги, родители, дети
* Эксперт – старший воспитатель.

**Перспективы распространения результатов проекта.**

* *Уровень детского сада:*

Подведение итогов реализации проекта на педсовете.

* *Окружной уровень*

Представить опыт работы по формированию у воспитанников и их родителей первичных ценностных представлений о здоровом образе жизни и значимости совместной двигательной деятельности родителей с детьми на окружном семинаре-практикуме.

* *Всероссийский уровень:*

Опубликование в периодических изданиях

**Используемая литература.**

1. Бабенкова Е.А., Параничева Т.М. «Подвижные игры на прогулке» . – М.:ТЦ Сфера, 2011. – 96с.
2. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Планирование и конспекты. - М.:ТЦ Сфера, 2008. – 208с.
3. Волошина Л.Н. «Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников» - Волгоград: Учитель, 2013. – 141с.
4. Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Методическое пособие. – М.:ТЦ Сфера, 2007. – 160с.
5. Карепова Т.Г. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников», Волгоград: Учитель, - 2012, - 170с.
6. Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим» . – М.:ТЦ Сфера, 2007. – 384с.
7. Картушина М.Ю. «Сюжетные физкультурные занятия для детей средней группы ДОУ». – М.: Скрипторий 2003,2011. – 112с
8. Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» Практическое пособие – Воронеж, 2007, - 176с.
9. Морозова Л.Д. «Сюжетные игры-занятия и подвижные игры в детском саду», М.: 2012. - 88с.
10. Подольская Е.И «Формы оздоровления детей 4-7 лет» - Волгоград: Учитель, 2009. – 207с.
11. Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С. «Приобщаем дошкольников к здоровому образ жизни». - М. :ТЦ Сфера, 2012. – 128с.