**Проект «Здоровая семья – здоровый ребенок»**

**по формированию потребности в здоровом образе жизни у детей и их родителей.**

**Назначение проекта:**  
Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации. Проект направлен на становление ценностного отношения к  здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.  
**Актуальность проекта:**В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом. Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.  
**Вид проекта:** практико-ориентированный.  
По содержанию: социально - педагогический  
Участники проекта: дети 5-7 лет, педагоги, родители.   
По времени проведения: 2014-2015 учебный год (долгосрочный)  
**Цель проекта**: Создание единого здоровье сберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни у детей и родителей.

**Задачи проекта:**- создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников;

- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни;

- улучшить показатели физического развития и здоровья детей;

- ориентировать родителей на воспитание здорового ребенка;  
- повышать интерес родителей путём просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми;

- Повышать педагогическую и валеологическую культуру родителей.  
**Проблема**: «Физическое развитие – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость?»  
**Предполагаемый результат проекта:**

* Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
* Разработан цикл занятий по теме: «Азбука здоровья».
* Составление перспективное планирование по здоровье сбережению и обобщение опыта работы по технологии здоровье сбережения.
* Создание цикла консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.
* Улучшение показателей здоровья детей.
* Улучшение материально-технической базы нестандартного физкультурного оборудования. **Этапы реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Этапы | Цель | Сроки |
| 1. | Подготовительно-проектировочный этап | Выявления потребности в оздоровлении детей. | Сентябрь |
| 2. | Практический этап | Выявление перспективных форм работы по здоровье сбережению с детьми и родителями. | Октябрь - апрель |
| 3. | Обобщающе - результативный этап | Мониторинг результатов и подведение итогов | май |
| 4. | Презентация проекта | Обобщение и внедрение передового педагогического опыта. | май |

**План реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Виды и формы работы с детьми и педагогами** | **С родителями** | **Цели и задачи** |
| Сентябрь | Разработка плана совместной работы педагогов по формированию представлений детей о ЗОЖ.  Консультации:  «Создание здоровьесберегающей системы ДОУ»;  «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ и критерии их оценки».  Тематическая выставка в методическом кабинете по теме проекта.  Создание совместно с педагогами групп уголков здоровья. | Анкетирование родителей. «Отношение родителей к формированию здорового образа жизни»;  оформление для родителей уголка здоровья «Растем здоровыми»;  -«Растим вместе здорового ребенка»,  -«Спортивный досуг семьи. Движения и игры на прогулке». | Изучение литературы по физическому развитию дошкольников, программ по здоровье сбережению, опыт работы детских садов из разных городов России.  Ориентация семьи на воспитание здорового ребенка; формирование у родителей теоретических знаний и выработка потребности следовать здоровому образу жизни.  -Вызвать интерес к спортивным играм, желание заниматься спортом |
| Октябрь | Консультация  «Утренняя гимнастика и вариативность ее содержания».  «Здоровье сберегающие технологии в работе ДОУ».  «Организация в группах здоровье сберегающего пространства».  Спортивный праздник «Моя семья, физкультура и я!» | Консультации:  «Утренняя гимнастика – одно из средств оздоровления и профилактики болезней»;  «Нетрадиционные методы оздоровления»,  Семинар-практикум для родителей «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»  -Профилактика простудных заболеваний  Спортивный праздник «Моя семья, физкультура и я!» с участием родителей. | Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей  Познакомить родителей с нетрадиционными методами лечения простудных заболеваний.  Приобщать к здоровому образу жизни, развивать физические качества, двигательные умения и навыки; формировать интерес к физкультуре и спорту; воспитывать сплоченность, дружеские взаимоотношения в семье и коллективе. |
| Ноябрь | Консультация  «Социально – психологическое благополучие дошкольника в семье».  Консультация «Закаливание – в системе оздоровления ребенка-дошкольника». | Семейный клуб. «Здоровая семья – здоровый ребенок»,  Консультации:  «Укрепляем мышцы спины, пресса - формируем правильную осанку».  «День Здоровья» - пригласить родителей для ознакомления с различными формами двигательной деятельности - «Мы со спортом крепко дружим!» в старшей группе. | Познакомить с формами организации физической активности и их значение для здоровья человека  Воспитание потребности в занятиях физической культурой. |
| Декабрь | Консультация «Нетрадиционные методы оздоровления»;  Презентация Специфика организации физкультурно – оздоровительной работы в детском саду».  Познавательное развитие «Что я знаю о своем теле?» | Родительская конференция «Физкультура и здоровье ребенка»  -Показ НОД с использованием здоровьесберегающих технологий «Здравствуй зимушка-зима!» в подготовительной группе;  -Делимся опытом семейного воспитания  «Наша спортивная семья» (родители);  -«Уголок для занятий физкультурой дома»;  -Выставка методической литературы о физкультуре, спорте и здоровье. | Повысить уровень педагогической компетентности родителей по приобщению детей к здоровому образу жизни.  Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей. |
| Январь | Семинар – практикум «Использование здоровье сберегающих технологий в личностном развитии ребенка», презентация «Здоровье сберегающие технологии – технологии сохранения и укрепления здоровья дошкольников», | Консультация «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»  Участие в спортивных соревнованиях вместе с детьми «Мы мороза не боимся». | Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию Развитие двигательных умений и навыков. Дать детям возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действии. |
| Февраль | Тренинг «Игры и упражнения для развития ловкости у детей 5 – 7 лет»;  Конкурс уголков здоровья в группах.  Спортивный праздник «Эстафеты для сильных и смелых» посвященный дню Защитника Отечества. | Консультация «Влияние психологического климата семьи на здоровье ребенка»;  Участие пап в спортивном празднике «Эстафеты для сильных и смелых», посвященному дню Защитника Отечества. | Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей.  Осуществление пропаганды здорового образа жизни. Воспитание интереса к физической культуре и спорту. |
| Март | Консультации «Сохранение и укрепление здоровья детей»;  «Дыхательные упражнения как игровой метод оздоровления и развития дошкольников». | Семейный клуб. Встреча-дискуссия «Здоровье без лекарств»  -Как природа нам помогает быть здоровыми»  День Здоровья | Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей. |
| Апрель | НОД Познавательное развитие -  “Твоё питание - твоё здоровье” в старшей и подготовительной к школе группах;  Неделя здоровья  Семинар – практикум: «Использование различных видов и форм работы с детьми при формировании элементарных представлений детей о ЗОЖ».  Выставка рисунков  «О спорт - ты мир!» | Обмен опытом «Вкусно, полезно, доступно» (блюда полезные для здоровья);  Подготовка совместно с педагогами и детьми к выставке газет ««Быть здоровым я хочу», в рамках проведения недели здоровья. | Дать детям знания о полезных и не очень полезных продуктах.  Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться.  Воспитывать ответственность за своё здоровье.  Формировать у детей представление о спорте как одном из составляющих здоровья. |
| Май | Эстафета педагогического мастерства. Творческие отчеты педагогов о проделанной работе.  Конкурс детских групповых альбомов «Хочу заниматься спортом».  Мониторинг эффективности педагогической работы по формированию представлений детей о ЗОЖ.  Презентация проекта. | Участие в спортивном празднике “ Спорт – это сила и здоровье!»; Консультации «Подвижные игры дома и на улице», «Игры детей летом», «Закаливание детей в летний период»;  Анкетирование родителей на тему: «Изменилось ли ваше отношение к физкультуре и спорту?» | Формировать представление и роли спорта в сохранении и укреплении здоровья человека. Осуществлять пропаганду здорового образа жизни. Воспитывать интерес к физической культуре и спорту у всех участников образовательного процесса. |

**Постпроектная деятельность:**

1. Подведение итогов реализации проекта, опрос удовлетворенности родителей и педагогов, результаты мониторинга. 2.Распространение опыта на методическом объединении воспитателей.

2. Презентация цикла занятий « Здоровье без лекарств».