Проект « Мы за жизнь»

Актуальность. 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. Дошкольный возраст - благоприятный период, когда закладываются основные навыки сохранения и укрепления здоровья, вырабатываются правильные привычки. Главными образцами для ребенка являются его близкие взрослые… «Родители являются первыми педа­гогами. Они обязаны заложить основы физического, нравствен­ного и интеллектуального развития личности ребёнка в младен­ческом возрасте» (п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании»). Быть здоровым - естественное стремление человека. Здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и со­циальное благополучие. Снижение показателей здоровья, на мой взгляд, можно объяснить недостаточным уровнем культуры здоровья в семье.

В связи с этим был разработан проект, при помощи которого пропагандируется здоровый образ жизни.

Цели:

1. Пропагандировать здоровый образ жизни.
2. Подвести к осознанию потребностей ребенка в знаниях о себе и о своём здоровье.
3. Учить детей оценивать и прогнозировать своё здоровье.

**Задачи:**

**-** сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье детей;

**-** активизировать поиск педагогами и родителями нетрадиционных подходов, форм и методов оздоровления детей;

**-** воспитывать умение бережного отношения к своему организму, оценивать себя и свое состояние.

**Паспорт проектной работы:**

Возраст детей, на которых рассчитан проект: 6-й год жизни.

Направленность - развития детей, в рамках которого проводится работа по проекту: комплексное ( разные виды детской деятельности: познавательно - речевая, изобразительная, игровая, физическая).

**Участники проекта:**

Дети, воспитатели, родители.

**Тип проекта:**

Практико-ориентированный, групповой.

**Форма проведения:**

* Занятия, эстафеты и подвижные игры, закаливание, точечный массаж, бэби йога, беседы «В здоров теле- здоровый дух» Совместные занятия для детей и родителей.
* Проведение родительских собраний, семинаров-практикумов, консультаций.
* Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам

**Продолжительность:**

Долгосрочный

**Ожидаемы результаты:**

* Формирование здорового образ жизни;
* Снижение уровня заболеваемости;
* Расширение кругозора ;
* Овладение детьми и родителями навыками нетрадиционных методов по здоровьесбережению используемых в МБДОУ № 29;
* Вовлечение родителей в единое пространство «семья -детский сад».

Этапы работы с детьми над проектом

«Мы за жизнь»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **этапы** | **Форма работы с детьми и родителями** | **задачи** | **Время проведения** | | |
| **месяц** | **Режим дня** | |
| **1** | 1.Анкетирование родителей | Выявить участие родителей в оздоровлении детей в семье | Сентябрь | |  |
|  | 2. Создание сюжетной ситуации | Развитие образного мышления, способность принимать решения | 2-я половина сентября | |  |
|  | 1. Спортивное развлечение   «Осенние забавы» | Эмоциональный подъем, развить основные физические способности (быстроту, силу, ловкость, выносливость и т.д.) | Октябрь | | 2-я половина дня |
|  | 5.Родительское собрание. | Знакомство с результатами анкетирования, пропаганда здорового образа жизни | Октябрь | | 2-я  половина дня |
|  | 6.Консультация  «В здоровом теле- здоровый дух» | Ознакомление родителей с элементами точечного массажа | Конец октября | |  |
|  | 7. Рекомендации родителям «Какую обувь покупать детям» | Правильный подбор обуви | ноябрь | |  |
| **2** | 1.Изготовление нестандартного оборудования | Создание необходимой развивающей среды | Ноябрь | |  |
|  | 2.Занятие с детьми «Сохрани свое здоровье сам» | Учить самостоятельно следить за своим здоровьем | ноября | | 1-я половина дня |
|  | 3. Мероприятия антинаркотического месячника   «Мы выбираем жизнь!» |  | Ноябрь | | 1-я половина дня |
|  | 4.Консультация для родителей «Какими видами спорта можно заниматься» | Знакомство с видами спорта, которыми можно заниматься дома | декабрь | |  |
|  | 5.Занятие бэби йога | Развитие координации движений, укрепление связочно-мышечного аппарат | декабрь | |  |
|  | 6.«Круглый стол» с родителями «Физическое развитие ребенка в семье и ДОУ» | Ознакомление с методической литературой по физическому развитию ребенка в семье | декабрь | |  |
| **3** | 1.Спортивное развлечение с детьми «Спорт-это здоровье» | Закрепление знаний о разных видах спорта, об олимпиаде | Январь | | 1-я половина дня |
|  | 2. Викторина с родителями « спорт- это жизнь» | Активное участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях | Январь | | 2-я половина дня |
|  | 3.Занятие с детьми «Осанка-зеркало здоровья» | Учить, следить за своим здоровьем, побуждать к выполнению физических упражнений, радоваться достигнутым результатам | Февраль | | 1-я половина дня |
|  | 4.Занятие по инновационной методике Александра Сметанина ( книга и компьютерная программа «БОС -Здоровье » | Ознакомление с методикой Биологической Обратной Связи | Февраль | |  |
|  | 5.Консультация для родителей  «Большое внимание осанке» | Знакомство родителей с причинами нарушения осанки | Февраль | |  |
| **4** | 1. Конкурс совместных рисунков детей и родителей на тему   «Мы за жизнь». | Побуждать родителей к совместному участию | Март | |  |
|  | 1. Закаливание детей методом обтирания | Ознакомление детей с методом закаливания | Март-апрель | |  |
|  | 1. Презентация проекта « Мы за жизнь» | Подготовка к презентации проекта | апрель | |  |
|  | 1. Видео репортаж | Подготовить видео репортаж о проделанной работе | Май | |  |

**Результативность проекта:**

* Осознание необходимости и значимости здорового образа жизни;
* Сформированность знаний о культуре здоровья;
* Развитие интереса к совместной творческой деятельности;
* Повышение интереса родителей к участию в физкультурных мероприятиях.

**Перспектива:**

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать работу в данном направлении через реализацию новых проектов.

**Выводы:**

Работа по формированию здоровой личности посредством применения нетрадиционных форм и методов оздоровления достаточно эффективна, результативна и позволяет не только сохранить здоровье дошкольников, но и сформировать у них знания о культуре здоровья, повышает мотивацию детей и родителей на здоровый образ жизни.