# Муниципальное дошкольное образовательное учреждение Центр развития ребенка Детский сад № 46 Усть-Кутского муниципального образования

# Проект по физической культуре

# Тема: «Папа, мама и я - здоровая семья»

**Постановка проблемы.** Анкетирование родителей детского сада показало, что всего 18% семей из 60 опрошенных не только осознают значение здорового семейного досуга, но и следуют ему. В то время, как остальные родители, понимают важность следования принципам здорового образа жизни, но не считают это актуальным для своей семьи. Когда приверженность здоровому образу жизни не культивируется в семье, усилия детского учреждения по оздоровлению ребенка, как правило, оказываются напрасными. Недаром русская пословица гласит: «Ребенок учится тому, что видит у себя в дому. Родители – пример ему!»

**Актуальность.** Желание видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым - мечта любого нормального родителя. Эффективным средством укрепления здоровья, снижением заболеваемости является занятие физической культурой. Поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а в дальнейшем желание сохранять и укреплять свое здоровье – важные составляющие воспитания в семье. Не следует забывать, что в формировании у дошкольников потребности быть здоровым главное – пример. Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни – это показать, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Если ребенок видит, что родители испытывают удовольствие от здорового активного досуга, они обязательно будут им подражать. 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» (п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании»). По мнению психологов, маленький ребенок- деятель. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее его психофизическое развитие. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его. Печально, что современные родители большую часть времени уделяют вопросам материального благополучия семьи. Таким образом, естественная потребность ребенка в движении в семье пусть неосознанно, но подавляется. А, начав водить ребенка в дошкольное учреждение, ответственность за его физическое воспитание родители часто перекладывают на плечи педагогов. Но только в тандеме можно достичь положительных результатов в воспитании здорового ребенка.

**Цель:** Привлечь к совместной активной деятельности семьи и детского сада в вопросах физического воспитания детей как можно больше родителей (не менее 50%).

**Задачи:**

• Повысить культуру родителей в вопросах физического воспитания детей дошкольного возраста;

•Улучшить качество отношений «семья - детский сад»;

•Обогащать детско-родительские взаимоотношения в ходе проведения совместных мероприятий, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению физического здоровья детей.

•Активизировать заинтересованность родителей в жизни детского сада.

Участники проекта: дети 4–7 лет, родители, инструктор по физической культуре, воспитатели групп, заведующая ДОУ, заместитель заведующей МДОУ.

Тип проекта: практико-ориентированный

Форма проведения: анкетирование родителей, родительские собрания и творческие встречи, родительская конференция, Дни открытых дверей, занятия, досуги, праздники.

Продолжительность проекта: долгосрочный (2015-2016 учебный год)

**Предполагаемый результат:**

**-** информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать работу ДОУ по физическому воспитанию, вызовут интерес к данному виду деятельности;

-родители получат необходимые теоретические знания об уровне физического развития и физической подготовленности своих детей;

- обеспечится преемственность методов и приемов воспитания детей в семье и детском саду, а значит, повысит эффективность работы по оздоровлению детей.

**План реализации проекта:**

**I этап**

**Сентябрь**

а) Анкетирование родителей (все группы дошкольного возраста).

Цель: определение уровня знаний родителей по вопросам оздоровления ребенка, выявление запроса родителей по данному направлению.

б) Проведение мониторинга.( ежегодный мониторинг детей 4-7 лет)

Цель: анализ уровня физического развития и физической подготовленности детей.

в) Родительская конференция (все группы дошкольного возраста).

Цель: ознакомление с результатами анкетирования, мониторинга; определение основных задач работы по физическому развитию и укреплению здоровья детей на предстоящий учебный год. Стимулирование родительской заинтересованности в физическом развитии и совершенствовании детей.

**II этап**

**Октябрь**

а) Консультации в родительские уголки:

\* «Как ухаживать за стопами детей дошкольного возраста»

\* «Профилактика ожирения в детском возрасте»

б) Консультации по запросу.

Цель: предоставление родителям нужной информации в доступной форме, побуждение к переосмыслению физического воспитания ребенка в семье.

в) Поход в осенний лес (подготовительные к школе группы).

Цель: оздоровление организма детей и взрослых, приобретение навыков ориентировки на местности, получение эмоционально-эстетического удовлетворения.

**Ноябрь**

а) День открытых дверей:

Цель: практический показ закаливающих процедур, корригирующей гимнастики, оздоровительного бега, гимнастики после сна, физкультурных занятий.

б) «Папа, мама и я – спортивная семья» (средние группы)

Цель: Получение эмоционально-положительного отклика от совместного участия в развлекательных мероприятиях.

**Декабрь**

а) Оформление папок- передвижек:

\* «Закаливание!? А что это такое?»

\* «Берегите спину смолоду»

Цель: Повышение уровня компетентности родителей в оздоровлении детей.

б) Проведение музыкально-физкультурного праздника с участием родителей «Зимние забавы» (средний и старший дошкольный возраст)

Цель: Пропаганда активных форм отдыха. Совершенствование уровня включенности родителей в работу детского сада.

**Январь**

а) «Круглый стол» (младшие и средние группы) «Физическое развитие ребенка в семье и в ДОУ».

Цель: ознакомление с методической литературой по физическому развитию ребенка в семье.

б) Эстафетные соревнования с участием родителей и детей старшего дошкольного возраста.

Цель: способствование приобретению родителями и детьми разнообразного двигательного опыта, воспитание нравственно-волевых качеств.

**Февраль**

а) Проведение физкультурно-музыкальных досугов с привлечением пап воспитанников ДОУ:

\* «Мой папа самый-самый…»(средний возраст)

\* «Аты-баты, мы солдаты» (старший дошкольный возраст)

Цель: Привлечение родителей к спортивной жизни детского сада. Пропаганда здорового образа жизни. Получение эмоционально-положительного отклика от совместного участия в развлекательных мероприятиях.

б) Создание коллажа «Мы со спортом очень дружим» (родители и дети старшего дошкольного возраста)

Цель: получение эмоционального и эстетического удовлетворения от совместной творческой работы.

**Март**

а) Проведение физкультурно-музыкальных досугов с привлечением мам воспитанников ДОУ:

\* «Мисс Ловкость, Быстрота, Очарование» ( старший дошкольный возраст)

Цель: привлечение родителей к спортивной жизни детского сада. Пропаганда здорового образа жизни. Получение эмоционально-положительного отклика от совместного участия в развлекательных мероприятиях.

**Апрель**

а) Оформление стенгазеты «Физкультура в детском саду»

Цель: наглядная пропаганда здорового образа жизни.

б) Мастер-класс для родителей «Подвижные игры для детей»

Цель: повышение двигательной активности детей, формирование потребности в совместных играх.

**III этап**

**Май**

а) Участие в городском ежегодном празднике «Веселые старты»

б) Проведение летней Спартакиады.

в) Мониторинг.

в) Общее родительское собрание «Об итогах работы за год. Подготовка к летне-оздоровительному периоду»

Цель: анализ результатов физкультурно-оздоровительной работы за прошедший учебный год; корректировка дальнейшей работы с семьей по физической культуре.