

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 122»

162618 г. Череповец, ул. Олимпийская, д. 27, т. (8202) 26-81-18, 28-83-51

e-mail: sad122@cherepovetscity.ru

ИНН 3528076677 КПП 352801001 Р/с 40701810000091000286 Отделение Вологда,
г. Вологда БИК – 041909001 ОКПО – 57118684 ОКВЭД 80.10.1 ОГРН 1023501238474



Проект:
«За здоровьем в детский сад»

Подготовила: Мокина Наталья Владимировна;
Галашичева Светлана Викторовна

Г. Череповец

Под здоровьем нельзя разуместь одно
только наружное благосостояние тела,
а нужно понимать вообще
естественное гармоническое развитие организма
и правильное совершение всех его отправлений.

Николай Александрович Добролюбов

Участники проекта: педагоги, инструктор по физической культуре, инструктор по плаванию, воспитанники и их родители.

Возраст детей: дошкольники старшего возраста.

Тип проекта: долгосрочный

Актуальность проекта

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования направлен на решение множества задач, одной из них является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Я решила сделать упор на решение именно этой задачи в проекте «За здоровьем в детский сад». Проблема укрепления здоровья дошкольников актуальна в настоящее время. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, сами будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению культурно-гигиеническим навыкам, вырабатывать привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние здоровья и здоровья окружающих. Именно поэтому в дошкольном учреждении любая деятельность (игровая, спортивная, досуговая и т.д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни. И как писал В.А. Сухомлинский: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

Проблема: как сохранить и укрепить здоровье детей.

Цель: создание необходимых условий воспитания и развития ребёнка, направленных на сохранение и укрепление физического и нравственного здоровья детей. Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья.

Задачи:

для детей:

- расширить кругозор в вопросах спортивной жизни страны и в мире.
- сформировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять своё здоровье;
- повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- расширить двигательные возможности ребёнка за счёт освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий;
- воспитывать социально значимые личностные качества: целеустремлённость, организованность, инициативность, трудолюбие;
- воспитывать чувства патриотизма и интернационализма;
- активизировать детей художественно-творческой деятельностью.
- повышать эмоциональное благополучие ребёнка за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных мероприятий физкультурной направленности.

для воспитателей:

- повышать уровень профессиональной компетентности на семинарах-практикумах, деловых играх, мастер-классах в ходе реализации проектной деятельности;
- обогащать физкультурно-оздоровительную среду в ДОУ за счёт приобретения физкультурного инвентаря и изготовления нестандартного физкультурного оборудования из доступных материалов.

для родителей:

- повысить педагогическую культуру родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей;
- приобщить родителей к жизнедеятельности ДОУ через поиск и внедрение наиболее эффективных форм сотрудничества;
- укрепить детско-родительские взаимоотношения путём проведения совместных мероприятий;
- уделять особое внимание пропаганде здорового образа жизни личным примером;
- оказывать посильную помощь ДОУ в обогащении физкультурно-оздоровительной среды в целях профилактики детских заболеваний и повышения интереса к физическим упражнениям.

План реализации проекта:

- тематические интегрированные физкультурные занятия;
- праздники, досуги, развлечения с привлечением родителей;
- мониторинговые процедуры: диагностика детей; анкетирование родителей;
- беседы: «Что такое физкультура?», «Для чего она нужна?», «Что такое красивая осанка?»
- игры, эстафеты, викторины, конкурсы;
- консультации и мастер-классы для родителей;
- образовательная деятельность по физическому развитию
- подвижные игры на прогулке;
- закаливающие мероприятия.

Ожидаемый результат:

- разработать перспективный план физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- снизить уровень заболеваемости детей в группе;
- создать необходимые условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников;
- обогатить социальный опыт дошкольников, расширить их кругозор;
- повысить интерес к физкультурным занятиям и спорту;
- сформировать у родителей представление о создании благоприятного эмоционального и социально психологического климата для полноценного развития ребенка;
- привлекать родителей в единое пространство «семья – детский сад».

Перспективный план реализации проекта.

сентябрь	Беседы «Что такое здоровье?», «Культурно - гигиенические навыки». З.Д/и. «Что сначала, что потом?», «Угадай на ощупь». Диагностика на начало учебного года инструктором по физкультуре	Консультация родителей по вопросам гармоничного физического развития детей по итогам антропометрических измерений. Беседа «Утренняя зарядка – это важно». .Оформление уголка здоровья
октябрь	Беседа: «Чистота – залог здоровья». Д/и. «Нас лечат врач и медсестра», «Письмо заболевшему товарищу». С.р.и. «Больница». Рассматривание книги «Азбука здоровья». Чтение художественной литературы С.Михалков «Как у нашей Любы». Опыт: «Кто выше – измерение роста». А.Иванова «Естественно – научные наблюдения в д/с» Массаж Кислородный коктейль	Консультация «Роль семьи в оздоровлении детей». «День открытых дверей» (показ физкультурного занятия с элементами ЛФК). Пополнение физкультурного центра нестандартным оборудованием
ноябрь	Тематическая неделя «Неделя здорового образа жизни». Беседа: «Если ты заболел». Экскурсия в медицинский кабинет. Беседа с врачом. Чтение художественного произведения К.И.Чуковского «Айболит». Познавательно – игровая деятельность «Советы доктора Пильюкина». Д/и. «Полезно – вредно», «Кто больше назовет видов спорта», «Что с чем дружит?». Лепка: «Овощи и фрукты – полезные продукты». Изготовление атрибутов к игре – драматизации «Мойдодыр». Л.Вахрушева «Познавательные сказки для детей 4-7 лет»	Консультация для родителей: «В здоровом теле – здоровый дух». Папка-передвижка: «Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей».
декабрь	Беседа: «Спорт – это здоровья» Чтение художественной литературы: Е.Кан «Наша зарядка», В.Суслов «Про Юру и физкультуру» Д/и. «Знаешь ли ты?» «Как мы	День открытых дверей с показом занятий по физкультуре и в бассейне в рамках проекта «За здоровьем в детский сад»

	<p>устроены», «Что с чем дружит?». Беседа: «Береги зрение». Показ презентации «Кто такой врач офтальмолог» Рассматривание книги «Азбука здоровья» - Как ты видишь? 8.Подготовка к инсценировке «Мойдодыр» К.И.Чуковского. Мастер – класс «Зрительная гимнастика».</p>	«Профилактика зрения»
январь	<p>Беседа: «Если хочешь быть здоров – закаляйся!». Чтение художественной литературы: С.Михалков «Про мимозу», В.Лебедев – Кумач «Закаляйся». Д/и. «Малыш – крепыш», «Что полезно для здоровья?». Физкультурное развлечение: «В гости к белочке». Познавательная деятельность «Радуга здоровья». Рисование предметов гигиены. Инсценировка «Мойдодыр» К.И.Чуковского.</p>	<p>Уголок здоровья «Грипп-это опасно!» Консультация для родителей «Зимние игры и развлечения детей». Пополнение познавательного центра настольными играми о спорте Выставка рисунков на тему «Я расту сильным и здоровым»</p>
февраль	<p>Беседа: «Почему полезно заниматься физкультурой». Д/и. «Что сначала, что потом», «Раздели на группы», «Узнай на вкус». .С.р.и. «Больница». Аппликация: «Дети делают зарядку». Чтение Т.Шорыгина «Секреты лесной мышки», С.Михалков «Про девочку, которая плохо кушала». Рассматривание книги «Азбука здоровья» - как ты ешь</p>	<p>Родительское собрание «За здоровьем в детский сад» Совместное мероприятие с детьми, родителями и инструктором по физкультуре «День защитника» Консультация для родителей: «Соблюдай режим дня». Консультация для родителей: «Основы правильного питания».</p>
март	<p>Занятие: «Что такое микробы?». Чтение художественной литературы Г.Юдин «Микробы», Р.Корман «Микробы и мыло». Досуг: «Микробы нас не победят» Д/и. «Группировка предметов», «Полезно – вредно», «Подбери пару». Рассказы детей «Мой спортивный уголок дома».</p>	<p>Буклеты для родителей «Советы по охране жизни и здоровья детей»</p> <p>Мастер-класс для родителей «Кинезеологические упражнения» Спортивный досуг «В гостях у Ириски»</p>
апрель	<p>Беседа: «Зачем нужен сон?». Чтение художественной литературы П.Воронько «Спать пора», Н.Лоткин «Тихий час».</p>	<p>Консультация «Здоровьесберегающие технологии (гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика и т. д.)»</p>

	<p>Д/и. «Сложи картинку».</p> <p>.Беседа: «Сон – лучшее лекарство».</p> <p>Вечер ««Сейчас узнаем: зачем мы спим ночью»».</p> <p>Рассматривание книги «Азбука здоровья» - «Правила здорового сна».</p> <p>С.р.и. «Аптека».</p>	<p>Индивидуальное консультирование родителей «Особенности леворуких и праворуких детей</p> <p>Спортивное развлечение «Играем с папой в футбол»</p>
май	<p>Беседа: «Почему болят зубы».</p> <p>Чтение художественной литературы Л.Обухова «Как поел, почисти зубки», А.Анпилогов «Зубки заболели».</p> <p>Рассматривание книги «Азбука здоровья» - Как растут зубы.</p> <p>Развлечение: «Мой любимый звонкий мяч».</p> <p>Итоговое занятие: «Путешествие в страну здоровья».</p>	<p>Марафон подвижных игр «4Д - Дети, Движение, Дружба», «Двор»</p> <p>Наглядный материал для родителей «Осторожно, клещи»</p> <p>Тренинг по кинезеологии для родителей «Всё, чем занимаем, в игру превращаем».</p>

Результативность

- В нашем детском саду созданы все условия для осуществления данного проекта: оборудованы спортивный зал для проведения физкультурной работы с детьми, развлечений; в группе имеется спортивный уголок, для выполнения физических упражнений и игр, мной подобрана картотека пособий и дидактических игр по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни.
- В процессе взаимодействия с родителями произошло внедрение в семейное воспитание традиций здорового образа жизни; использование различных форм сотрудничества с родителями способствовало проведению совместной их с детьми досуговой деятельности, направленной на повышение их авторитета.
- По итогам проекта у детей значительно повысился уровень знаний в области здорового образа жизни, изменилось отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, повысилась выносливость, развились физические качества, дети стали более активными, подвижными, строгими в соблюдении правил гигиены. В процессе наблюдений выяснилось, что дети осознанно стали относиться к укреплению своего здоровья. У родителей появилось понимание того, что очень важным фактором формирования здорового образа жизни у детей является пример взрослого. На консультациях с родителями учили оценивать здоровье ребенка, советовали литературу, брошюры. Для родителей был оформлен уголок «Мы за здоровый образ жизни». Родители стали больше уделять времени и внимания формированию у детей полезных привычек, стали внимательнее относиться к своему поведению,

стараясь избавиться от вредных привычек. Просветительская работа среди родителей в рамках проекта дала положительные результаты.

- Таким образом, я пришла к выводу, что если: правильно организовать развивающую среду, учитывать возрастные особенности детей, привлекать к сотрудничеству родителей, систематическая работа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста способствует укреплению здоровья детей, формирует представление о здоровье как о ценности, воспитывает полезные привычки и навыки здорового образа жизни.

