

Проект **«Здоровье детей – забота взрослых. Шаг за шагом к здоровому образу жизни»**

Автор: воспитатель МАДОУ
«ДС №473 г. Челябинска»
Яковлева Виктория Сергеевна

Проект «Здоровье семьи начинается с детства» является результатом совместной деятельности детей, родителей, педагогического коллектива ДОУ. Особенностью проекта является создание единого воспитательно-образовательного пространства, основанного на доверительных партнёрских отношениях детского сада с родителями. Это залог успешной работы с детьми.

Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести здоровый образ жизни, ценили своё здоровье и здоровье окружающих.

В результате данного проекта создана эффективная система работы в детском саду по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни, которая обеспечит комплексное решение оздоровительных, развивающих и воспитательных задач. В проекте отображена работа с детьми, их родителями, в которой даются рекомендации разных видов деятельности. Для систематизации проведения данного проекта был составлен план работы. В данный план включены мероприятия, проводимые со всеми участниками проекта.

Тип проекта: социально - педагогический

Участники проекта: педагоги группы, воспитанники и их родители, привлеченные специалисты.

Сроки реализации: учебный год

Актуальность темы здорового образа жизни в наши дни очевидна. Здоровье – это основное наше богатство, которое необходимо беречь и сохранять. Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду воспитывать у ребёнка 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, двигательная и т. д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни. Поэтому сегодня наблюдается особый интерес к физическому воспитанию и пропаганде здорового образа жизни.

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни остаются первостепенной задачей. Здоровье ребёнка

зависит не только от полноценного физического развития и воспитания в детском саду, а также от условий жизни в семье, так как семья – это среда, где формируется здоровье ребёнка и закладывается в его сознании основа к постоянному стремлению к здоровью. Одним из важных аспектов реализации программ по здоровьесбережению детей является совместная работа ДОУ и семьи.

Цель проекта: формирование культуры здорового образа жизни среди воспитанников детского сада и их семей посредством активного вовлечения родителей в спортивные мероприятия и образовательные программы, укрепление семейных ценностей через спортивные мероприятия и взаимодействия педагогов, детей и родителей.

Задачи проекта:

- формировать представление о здоровом образе жизни;
- повысить уровень информированности родителей о роли спорта и физкультуры в формировании здоровья ребенка;
- привлечь родителей к регулярным занятиям физической культурой совместно с детьми;
- создать атмосферу сотрудничества и взаимопонимания между педагогами, воспитанниками и семьями.
- формировать позитивное отношение к спорту, физической культуре, здоровому образу жизни.

Методы реализации проекта:

Всю работу, предшествующую созданию проекта можно разделить на три этапа:

1. Анализ семейного воспитания по данному вопросу (индивидуальные беседы и анкетирование родителей);
2. Уточнение представлений детей о здоровом образе жизни, т. е. их личный опыт, на который можно опереться;
3. Изучение методических источников по вопросам формирования здорового образа жизни.

Проект реализуется по двум направлениям:

- совместная деятельность с детьми;
- взаимодействие с родителями.

Совместная деятельность воспитателей и детей:

- беседы;
- дидактические игры;
- досуги, развлечения;
- различные виды гимнастик;
- физминутки;
- подвижные игры в помещении и на улице;
- чтение х/литературы.

Работа с родителями по формированию у детей знаний о здоровом образе жизни включает следующие мероприятия:

- оформление информационных стендов, папок-передвижек, буклетов, рекомендаций;

- консультации, анкетирование;
- тематические родительские собрания;
- участие родителей в досугах, развлечениях.

Ожидаемый результат:

- создание необходимых условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников;
- расширение представлений о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье;
- повышение интереса к физкультурным занятиям и спорту;
- формирование у родителей представлений о создании благоприятного эмоционального и социально психологического климата для полноценного развития ребёнка;
- участие родителей в организации работы по проекту, желание поделиться своими умениями, навыками.

План реализации проекта

Сроки	Работа с детьми	Работа с родителями
СЕНТЯБРЬ «Спорт – это здоровье»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Спорт – это здоровье» Беседа «На зарядку – становись!» Чтение х/л С. Михалков «Про мимозу», И. Семёнов «Как стать Неболейкой» Рассматривание альбомов, презентаций по теме спорта и физической культуры Оформление и пополнение центра физической культуры к началу учебного года «Если хочешь быть здоров» - турнир по моно футболу с участием тренера СЦ «Возрождение» Аникеева А. В.	Анкета «Физическое развитие в семье» Родительское собрание «За здоровьем в детский сад»
ОКТАБРЬ «Здоровое питание. Витамины»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Витамины укрепляют организм» Беседа «Витамины и полезные продукты» (рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека)	Памятки «Вкусно и полезно!» Товарищеский футбольный матч, посвящённый Дню отца в России (досуг выходного дня) в СЦ «Возрождение»

	Презентация «Витамины – каждый день необходимы» Д/игры «Витамины – это таблетки, которые растут на ветке», «Полезная и вредная еда»	
НОЯБРЬ «Как устроен человек»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Я среди людей» Чтение х/л К. И. Чуковский «Айболит» Презентация «Как устроен человек?» Д/игры «Назови предметы», «Делаем зарядку», «Назови части тела» С/р игра «Больница»	Оформление стенда «Мы за здоровый образ жизни»
ДЕКАБРЬ «Сохрани своё здоровье сам»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Сохрани своё здоровье сам» Беседа «Что нужно делать, чтобы быть здоровым и сильным?» Чтение х/л К. И. Чуковский «Мойдодыр» Презентация «У здоровья есть враги, с ними дружбы не води» Д/игры «Предметы личной гигиены», «Небылицы от Незнайки»	Консультация «Воспитание основ здорового образа жизни у детей среднего дошкольного возраста» Памятки на тему «Быть здоровыми – значит быть успешными»
ЯНВАРЬ «Зимние забавы»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Зимние забавы» Беседа «В какие игры играют зимой?» Чтение х/л Н. Носов «На горке», А. Квитко «Санки», А. Введенский «На лыжах» Д/игры «Четвёртый лишний», «Подбери предмет» Спортивный досуг «День рождения Снеговичков»	Консультация «Пути формирования у дошкольников основ здорового образа жизни» Оформление фотовыставки «Здоровыми быть – здорово!»

ФЕВРАЛЬ «Мы со спортом крепко дружим»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Со спортом дружить – здоровыми быть» Беседа «Здоровье и спорт» Просмотр тематических мультфильмов Д/игра «Путешествие по спортивной планете» Оформление стенгазеты «Будем сильными, как папа»	Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ через совместную деятельность с детьми. Повышение двигательной активности, укрепление здоровья и развитие физических качеств. Армейские учения «Военная игра» (совместно с детьми)
МАРТ «Азбука здоровья»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Азбука здоровья: открываем секреты» Беседа «Спорт – друг здоровья: как выбрать занятие по душе» С/р игра «Здоровье под защитой» Неделя здоровья «Приключения в стране Здоровья»	Оформление стенда «Ваше здоровье в ваших руках» Папка – передвижка «О здоровом образе жизни в семье» Консультация медицинской сестры «Пути формирования у дошкольников основ здорового образа жизни»
АПРЕЛЬ «Активные игры – залог здоровья»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Путешествие в страну активных игр» Беседа «Активные игры – залог здоровья: почему движение важно?» Д/игра «Кубик здоровья» Спортивно-познавательный досуг «Путешествие со Звездочётом»	Выставка совместных рисунков «Мы спортивная семья» Презентация «Быть здоровыми – значит быть успешными»
МАЙ «Здоровая семья – здоровый ребёнок»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Шагаем к здоровью: игры и забавы для физической активности» Беседа «Здоровые привычки» Д/игра «Поиск сокровищ» Спортивный досуг «Весёлые старты» - «Мы одна спортивная семья»	Пропаганда здорового образа жизни. Повышение компетентности родителей в вопросах ЗОЖ чрез совместную деятельность с детьми. Сплочение семьи между собой и со своими детьми. Презентация «Совместные семейные традиции» Турнир по волейболу между родителями

		Спортивный праздник «Мама, папа, я – здоровая семья!»
ИЮНЬ «Мы за здоровый образ жизни»	Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Сказочное приключение – по дороге к здоровью» Беседа «Что такое здоровый образ жизни? Маленькие советы для здоровья» Спортивный досуг к Дню футбола с участием тренера СЦ «Возрождение» Аникеева А. В. Познавательно-развлекательный досуг «Россия – Родина моя»	Консультация «Формирование ценностного отношения к здоровью у детей и родителей, повышение мотивации ЗОЖ» Папка – передвижка «Совместные игры для детей и взрослых»

Ресурсы:

- материально-техническая база образовательного учреждения (спортивный зал, спортивная площадка на территории доу, инвентарь, оборудование).
- информационные материалы (консультации, брошюры, плакаты, рекомендации по здоровому образу жизни).
- участие квалифицированных специалистов (приглашенных инструкторов по физкультуре).

Результаты проекта:

- создана система совместных мероприятий, направленных на установление сотрунических отношений между родителями и педагогами по вопросам формирования здорового образа жизни;
- повысилась активность родителей в совместной с педагогом деятельности по формированию ЗОЖ детей;
- родители стали более активными участниками в жизни группы и ДОУ.

Итоги проекта:

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 ЗОЖ, изменилось отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, повысилась выносливость, развились физические качества, дети стали более активными, подвижными, строгими в соблюдении правил гигиены. Просветительская работа среди родителей в рамках проекта дала положительные результаты.

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