

Проект по здоровьесбережению «Формирование у семей воспитанников привычки ведения здорового образа жизни».

Составила воспитатель
младшей разновозрастной группы
Воронцова Юлия Анатольевна

*Здоровье — это драгоценность (и при этом единственная),
ради которой действительно стоит не только не жалеть
времени, сил, трудов и всяческих благ,
но и пожертвовать ради него частицей самой жизни,
поскольку **жизнь** без него становится нестерпимой и
унизительной.
М. Монтень*

I. Тип проекта

По количеству	Групповой (семейный)
По продолжительности	Краткосрочный с 13.04.20 по 16.04.20г.
По доминирующему виду проектной деятельности	Познавательно-игровой, спортивный
По характеру контактов	В домашних условиях (дистанционно)
Участники проекта	Дошкольники, родители, педагоги

II. Актуальность

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основа основ достижения любых успехов. Забота о своём здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов. Это состояние полного душевного и социального благополучия. Здоровье – это радостное отношение к трудностям.

Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведёт человек, поэтому главной задачей является обучение детей принципам здорового образа жизни, создавать условия для сохранения и укрепления их здоровья.

Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры

ребенка? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это надо начинать? Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья.

III. Проблема:

Незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей.

IV. Обоснование проблемы:

- Неосведомленность родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми;
- недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста;
- нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми;
- невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье.

V. Цель:

повысить стремление родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни.

VI. Задачи:

Образовательные:

1. Дать знания об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене здоровья.
2. Научить элементарным приёмам сохранения здоровья.
3. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
4. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей,

Воспитательные:

1. Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.
2. Воспитать желание у детей заботиться о своём здоровье.
3. Формировать у дошкольников потребность в положительных привычках.
4. Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
5. Заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье.

Профилактические:

1. Развивать у детей потребность в активной деятельности.
2. Развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнений и игр на занятиях и в повседневной жизни.

VII. Сущность проекта:

Успешное решение поставленных задач и выполнение требований Госстандарта возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания (физических упражнений, рационального режима, закаливания, составляющих триаду здоровья).

VIII. Принципы реализации проекта:

1. Доступность

- учёт возрастных особенностей детей;
- адаптированность материала к возрасту.

2. Систематичность и последовательность

- постепенная подача материала от простого к сложному;
- частое повторение усвоенных правил и норм.

3. Дифференциация

- создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребёнком.

4. Динамичность

- интеграция образовательных областей.

Объект:

Физическое воспитание детей дошкольного возраста.

Предмет:

Уровень физической подготовленности детей и показатели здоровья детей дошкольного возраста.

IX. Гипотеза:

Здоровье детей будет сохраняться, укрепляться и развиваться, а физические качества будут эффективно совершенствоваться при условии, если будет разработана система работы с детьми и их родителями по физическому воспитанию и оздоровлению с использованием инновационных здоровьесберегающих технологий, новых активных форм работы с родителями по формированию привычки к здоровому образу жизни.

X. Ожидаемый результат:

- Снижение уровня заболеваемости.
- Повышение уровня физической подготовленности.
- Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

XI. Этапы реализации проекта:

ЭТАП	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ	РЕЗУЛЬТАТ
I. Подготовительный	Выбор темы проекта. Осознание проблемной ситуации Разработка проекта, планирование воспитательно–образовательной работы мероприятий. Подбор материала	Тема проекта. Цели, задачи. Консультация для родителей «Роль родителей в укреплении здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни».

	(наглядно– дидактического, художественной литературы)	Перспективно – тематический план.
II.Основной	Реализация проекта.	Реализация запланированных мероприятий.
III.Заключительный	Представление продукта совместной деятельности	Итоговое мероприятие.Фотоотчет.

XII. Реализация проекта

№	Мероприятие	Цель
I этап – Подготовительный		
Цель: изучение возможностей и потребностей педагогического коллектива и родителей по оздоровлению детей.		
1.	Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей.	Исследование состояния здоровья детей; диагностика физической подготовленности дошкольников.
2.	Анкетирование родителей «Физкультура и семейное воспитание».	Выяснить, какую роль играет физическое развитие в семейном воспитании.
3.	Оформление родительского уголка на сайте ДОУ.	Размещать статьи по реализации проекта.
4.	Подобрать картотеку сюжетно-ролевых, дидактических игр, подвижных игр, игр на свежем воздухе.	Создать условия для реализации проекта.
5.	Подбор библиотеки	Развивать интерес детей к произведениям о здоровом образе жизни.
II этап – Основной		
Цель: введение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ. Создание условий для психологического комфорта и сохранения здоровья детей.		
6.	Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье. (Презентация на сайте ДОУ)	Познакомить детей с ведением здорового образа жизни, развивать интерес к спорту, правильному питанию.
7.	Консультация для родителей «Физоборудование своими руками»	Приобщение родителей к ЗОЖ.

8.	Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Мойдодыр», "Вовкина победа" А. Кутафин.	Развивать интерес к художественной литературе.
9.	Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения)	Формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребёнка, изучение и внедрение инновационных приёмов и подходов в проведении гимнастики в ДОУ.
10.	Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья». Воздушное контрастное закаливание.	Поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.
11.	Общение: «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!». «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу». Беседа о здоровье, о чистоте. Решение провокационных вопросов, проблемных ситуаций. Сказка-беседа «В СТРАНЕ БОЛЮЧКЕ». http://www.moi-detsad.ru/helth39.htm	Довести до сознания детей важность соблюдения гигиенических процедур. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Познакомить с понятием «витамины» и продуктами, в которых они встречаются. Рассказать о значении витаминов для здорового развития организма. Обобщить и закрепить понятия «полезная еда», «вредная еда». Прививать культуру здорового образа жизни.
12.	Встреча с «Витаминном», который рассказывает о значении питания в жизни человека (дидактические игры).	Формирование навыков здорового образа жизни. Закрепить понятие «Витамины»; закрепить знания о пользе витаминов, их значении для жизни, взаимосвязи здоровья и питания; развивать наблюдательность, внимание, память, быстроту реакции.
13.	Беседа-игра, включающая прибаутки, потешки, используемые при мытье рук, умывании.	Формировать представление о здоровом образе жизни; воспитывать желание следить за своим внешним видом; формировать знания о том, что природа является источником здоровья; сформировать знания о предметах личной гигиены и понятии – личная гигиена.
14.	Вечер загадок и отгадок о спорте и ЗОЖ.	Формирование у детей дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни.
15.	Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.	Формирование у детей дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни.

16.	Выставка фотографий о спорте и здоровье	Формирование у детей дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни. Закрепить соблюдение детьми правил питания. Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания, еда должна быть не только вкусной, но и полезной.
III этап – Заключительный		
17.	Обработка и оформление материалов проекта.	
18.	Анализ результативности.	