

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №7 «Журавушка»
г. Ртищево Саратовской области»



Сторожева Ирина
Александровна

воспитатель
первой квалификационной
категории

*К здоровой семье через
детский сад*

Проект
2015 год

Проблема

```
graph TD; A[Проблема] --> B[Недостаточная осведомлённость родителей о важности физического воспитания]; B --> C[Негативная статистика по образу жизни в семье (снижение активности, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска).];
```

Недостаточная осведомлённость родителей о важности физического воспитания

Негативная статистика по образу жизни в семье (снижение активности, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, растущие факторы риска).

Актуальность

- ❑ На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей
- ❑ Дошкольный возраст - благоприятный период, когда закладываются основные навыки по формированию здоровья, вырабатываются правильные привычки
- ❑ Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей (Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, 14 ноября 2013 г.)





Тип проекта: практико-ориентированный

Участники проекта: дети ,воспитатели,
родители

Возраст: старший дошкольный возраст

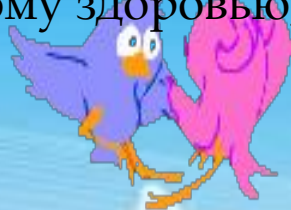
Сроки реализации :среднесрочный

**«Забота о здоровье –это важнейший труд
воспитателя. От жизнерадостности,
бодрости детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы.»**

В.А. Сухомлинский

Цели

Сформировать у дошкольников представление о здоровом образе жизни, привить навыки осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.



Задачи

- ❖ пропаганда здорового образа жизни;
- ❖ создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников, приобщению ребенка к здоровому образу жизни;
- ❖ поиск эмоционально привлекательных для детей форм получения информации о здоровом образе жизни;
- ❖ воспитание у детей эмоционально положительного отношения к физической культуре, как естественной составляющей общечеловеческой культуры;
- ❖ творческое и всестороннее развитие личности ребенка;
- ❖ гармонизация детско-родительских отношений;
- ❖ повышение интереса родителей к участию в физкультурных и оздоровительных мероприятиях вместе с детьми



Ожидаемый результат

- Снижение количества заболеваний наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве
- Повышение заинтересованности работников детского сада , родителей в укреплении здоровья дошкольника
- Формирование желания у детей и их родителей заботится о сохранении своего здоровья; знакомство с правилами здорового образа жизни, личной гигиены, гигиены здоровья, рациональной двигательной активности
- Установление партнерских отношений с семьями воспитанников
- Вовлечение родителей в деятельность ДООУ, совместная работа по обобщению оп



Этапы реализации проекта

1

2

3

3

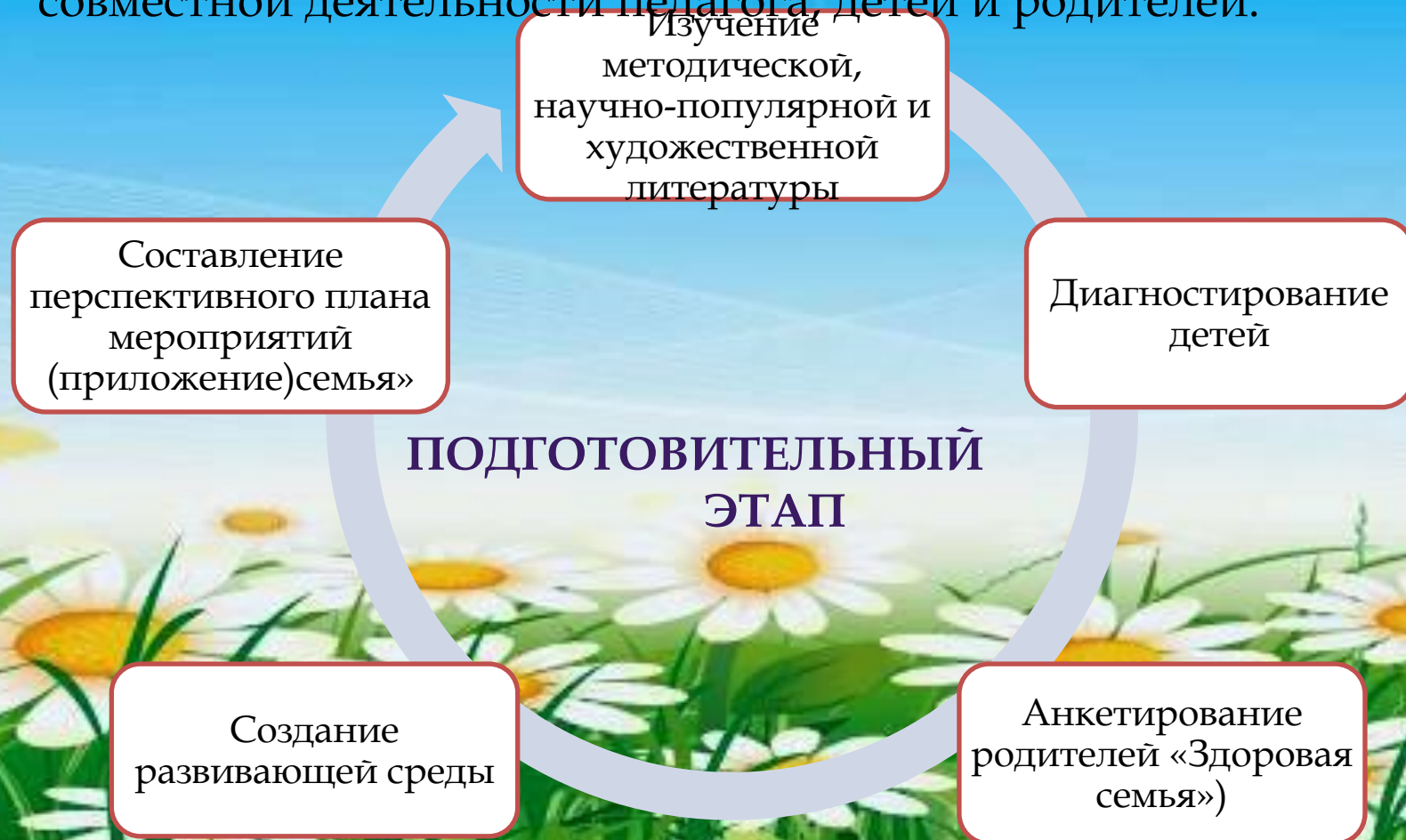
Я
я
И
Д
З
И
Е
П
И
В
О
Ц
В
И
И
Д
И
а
Т

•

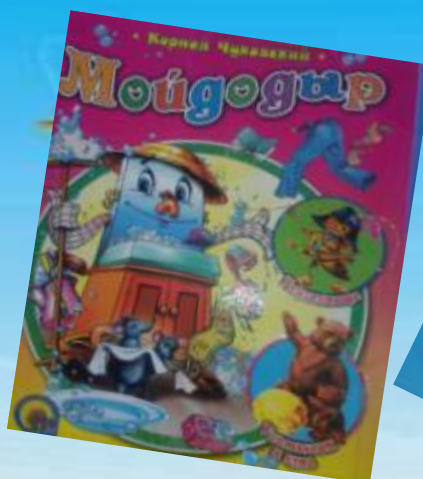
Апрель

Цель. Подготовить родителей и детей к проектной деятельности.

Задачи. Определение проблемы, темы, цели и задач в ходе совместной деятельности педагога, детей и родителей.



Художественная литература



Информация для родителей

Бережем свое здоровье

или Правила доктора Небольеико



рового образа
азывать ребенка
аний, соблюдать
о лекарствах и бо-
лев, ребенок на-
ние здорового и
у о множестве при-
близким, а о том,
му надо рассказать
ребенка мыть руки
от сосульки, не
о за компьютер-
авизором и т. д.
ить связь между
но научить ре-
рганизме, не
ника с профес-
м, как врач по-
мощи.
ребенку
наказывать слы-
т: «Врача – на-
доктор
мощи,)
дет о

рового образа
азывать ребенка
аний, соблюдать
о лекарствах и бо-
лев, ребенок на-
ние здорового и
у о множестве при-
близким, а о том,
му надо рассказать
ребенка мыть руки
от сосульки, не
о за компьютер-
авизором и т. д.
ить связь между
но научить ре-
рганизме, не

ника с профес-
м, как врач по-
мощи.
ребенку
наказывать слы-
т: «Врача – на-
доктор
мощи,)
дет о

который лечит заболевания глаз,
... (окулист),
который лечит заболевания ушей,
но называют... (лор),
который лечит зубы, называют...
... (стоматолог).

Запомни правила доктора Небольеико:

- не тереть глаза грязными руками;
- не брать пальцы в рот;
- прохаживать с ушами;
- мыть руки;
- мыть руки перед едой.




руками?
на надо
решаться
разве?
какая бо-
на?
показано.

руками?
на надо
решаться
разве?
какая бо-
на?
показано.

руками?
на надо
решаться
разве?
какая бо-
на?
показано.

руками?
на надо
решаться
разве?
какая бо-
на?
показано.

руками?
на надо
решаться
разве?
какая бо-
на?
показано.

О чем рассказать ребенку

— Знаешь ли ты, что организм человека имеет свой ритм, в который нужно входить, не стараясь подогнать свое время под ритм жизни и страдая, если этот ритм нарушается. Например, ты засыпаешь в восемь часов, что рано для тебя. И вдруг что-то мешает заснуть в восемь, просыпаться в шесть, учиться в школе. Это твой организм дает сигнал, что пора спать. Нам вечером ты рассматриваешь интересные картинки и слушаешь сказки, чтобы заснуть. Это организм подсказывает, что он готов и пора спать.

В природе все подчинено ритму. Растения и животные приспособились к своему ритму жизни. Растения и животные приспособились к своему ритму жизни. Растения и животные приспособились к своему ритму жизни. Растения и животные приспособились к своему ритму жизни.

Бережем свое здоровье

Соблюдаем режим дня



пальцы и ушные:
— соблюдение режима ребенка, его распорядка и жизнедеятельности;
— соблюдение режима ребенка, его распорядка и жизнедеятельности;
— соблюдение режима ребенка, его распорядка и жизнедеятельности;
— соблюдение режима ребенка, его распорядка и жизнедеятельности;

Правила первой помощи



Важно, чтобы родители, которые занимаются с ребенком, знали, что делать в случае необходимости. В первую очередь нужно знать, что делать в случае необходимости. В первую очередь нужно знать, что делать в случае необходимости. В первую очередь нужно знать, что делать в случае необходимости.

Нам ты думаешь, что происходит, если не про-
нить и не повредить руку?
Если кто-то сломал руку, то необходимо наложить фиксирующую повязку — это первая помощь при переломе.

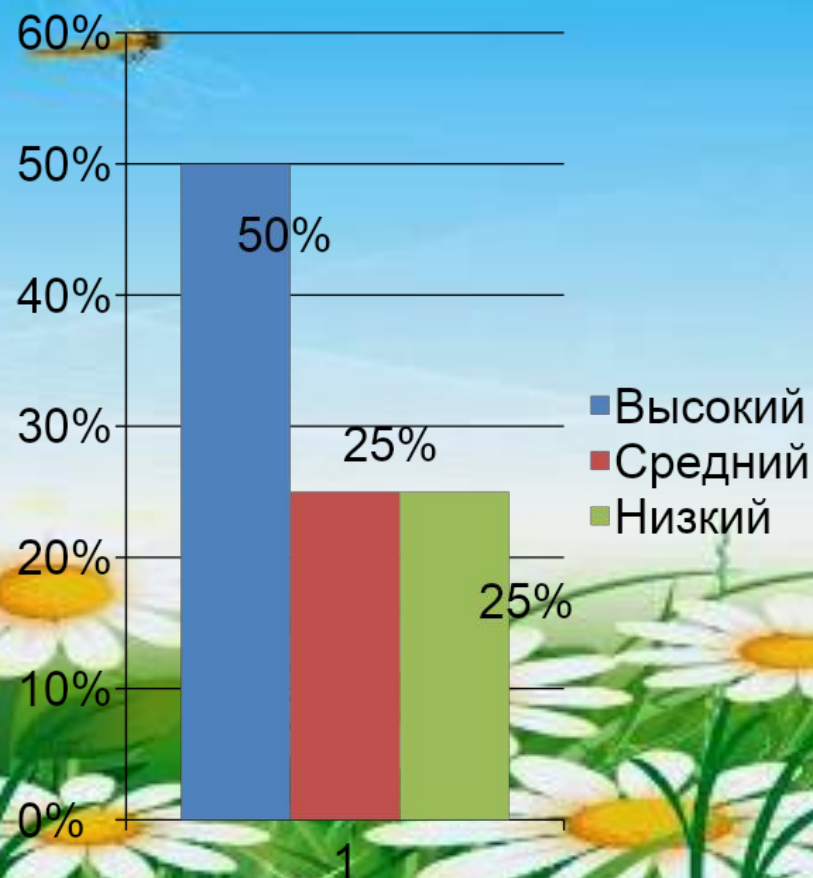
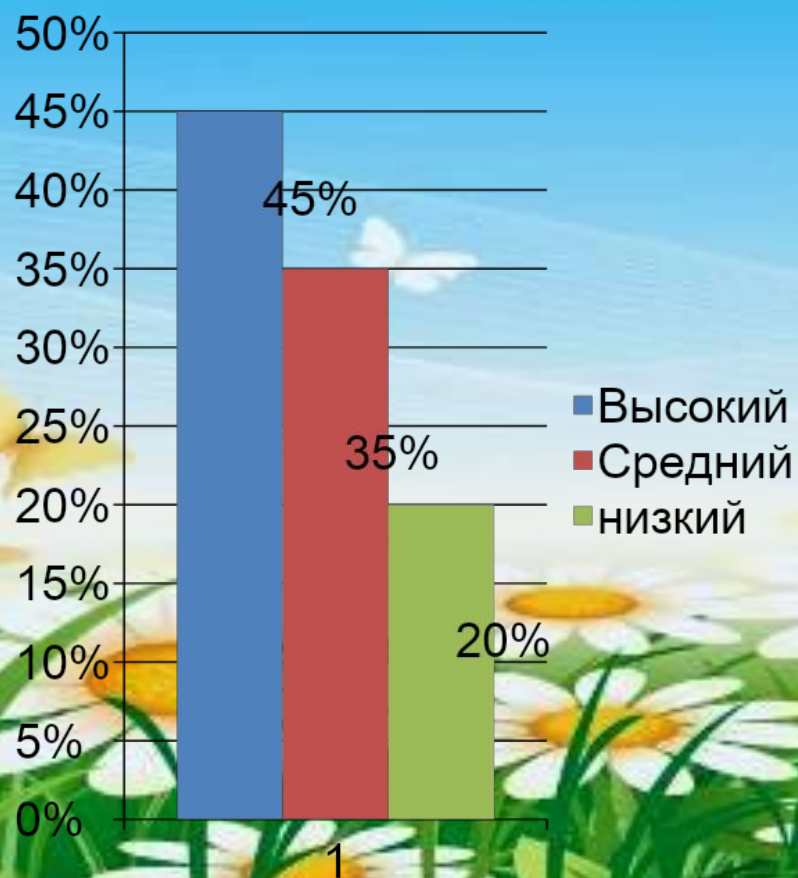
После оказания первой помощи необходимо обратиться к врачу или вызвать скорую помощь по телефону «03».

Напомним, что первая помощь — это временные меры, которые помогают избежать осложнений. Важно помнить, что первая помощь — это временные меры, которые помогают избежать осложнений. Важно помнить, что первая помощь — это временные меры, которые помогают избежать осложнений.



Входная диагностика детей

Входная диагностика родителей



Развивающая среда



Центр двигательной активности



Уголок семья



Центр здоровья



Уголок детской книги

Цель. Развивать познавательный интерес у детей,
желание узнать больше о здоровом образе жизни.

ПРАКТИЧЕСКИЙ

Комплекс мероприятий
для родителей по
пропаганде здорового
образа жизни

Рациональная организация
двигательной деятельности
детей

Познавательная
деятельность

Оздоровительно-
профилактическое
направление.
Система
закаливания



II. Практический

	Деятельность детей	Деятельность воспитателя	Деятельность родителей
1 н е д е л я	-Зарядка «Дорога к здоровью» -Непосредственная образовательная деятельность по ЗОЖ « С утра до вечера» -Беседа «Зарядка и простуда» -Дидактическая игра «Разложи по порядку» -Дидактическая игра « Одень куклу Катю на прогулку « -Подвижная игра « Ловишки в кругу» -Настольные игры «Времена года», «Часы» -Дежурство « Поможем няне накрыть на стол»(сервировка стола)	Планирует деятельность по решению задач проекта. Мотивирует детей, создаёт чувство успеха; наблюдает, беседует, отвечает на вопросы детей, советует. Косвенно руководит деятельностью. Продумывает и организует взаимодействия с родителями.	Консультации для родителей «Ключи к здоровью детей». Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования своими руками
2 н е д е л я	-НОД по ЗОЖ «Знакомство со строением человека» « Страна волшебное – здоровье» -Разучивание физминутки «Божья коровка» -Чтение К.И. Чуковского « Мойдодыр».-Дидактическая игра «Гигиена» -«Беседа о здоровье и чистоте» (решение провокационных, проблемных вопросов) -Бассейн (плавание) -Сюжетно - ролевая игра «Парикмахерская»	Дать детям представление о здоровье как ценности, о которой необходимо постоянно заботиться.	Консультация «Физическое оборудование своими руками» Выставка рисунков «Спорт и мы» Вечер развлечения «В гостях у доктора Айболита»

	Деятельность детей	Деятельность воспитателя	Деятельность родителей
З н е д е л я	-Игры включающие прибаутки при мытье рук. -Игры с песком Театрализованная игра «Девочка чумазая...» -Загадки о частях тела; Дидактическая игра «Искушаем куклу Катю .» НОД «Хорошо – плохо» Чтение худ. литературы К.И. Чуковского «Федорино горе» Физминутка « Корригирующая гимнастика после сна «Я на солнышке лежу» Самомассаж с помощью варежки. Сюжетно – ролевая игра «Аптека» Дидактическая игра «Кому что нужно» Рассматривание иллюстраций сказок К.И. Чуковского.	Учить детей оценивать поступки человека, воспитывать бережное отношение к окружающему и к своему здоровью.	акция «Здоровый образ жизни»; Консультация «Ключи к здоровью вашего малыша»
4 н е д е л я	Общение «Чтоб здоровым быть всегда нужно спортом заниматься» Дидактическая игра «Какие виды спорта ты знаешь?» Подвижные игры «Школа мяча» Художественное творчество (рисование) « Весёлые человечки» Разучивание дыхательных упражнений	Формировать представление о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья. Создать условия для реализации потребности детей в двигательной активности	Папка – передвижка «Здоровый образ жизни детей».

	Деятельность детей	Деятельность воспитателя	Деятельность родителей
	Пальчиковые игры Игровые моменты валеологической направленности. Сюжетно ролевая игра «Больница» Рассматривание фотографий , детских рисунков «Олимпиада 2014 года»		Спортивное мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья»
5 н е д е л я	НОД «Встреча с Витаминкой» Сюжетно – ролевая игра « Продуктовый магазин» Дидактические игры «Угадай на вкус», « Полезная и вредная еда» Рассматривание фотографий и иллюстраций о здоровой пищи. Приём фиточая, лука, чеснока. Опытно – экспериментальная деятельности « Посадка лука» Трудовые навыки Подвижные игры « Мышеловка» Беседа « Чтоб свои родные зубки мог ты дальше сохранить» Бассейн (плавание) Чтение худ. литературы «Айболит» К. И Чуковского	Закрепление знаний детей о пользе полезных продуктов. Закрепить знания детей о строении луковицы, об условиях, необходимых для роста лука. Развивать трудовые умения и навыки, аккуратность при работе с землей, водой.	Консультация «Питание ребёнка в семье» Фотоколлаж «В здоровой семье – здоровые дети!»

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ

Физкультурны
е занятия и
упражнения.



Физкультминутка
«Буратино
потянулся, раз
нагнулся, два
согнулся...»



Ритмика



Упражнение для дыхания



«Утренняя зарядка»

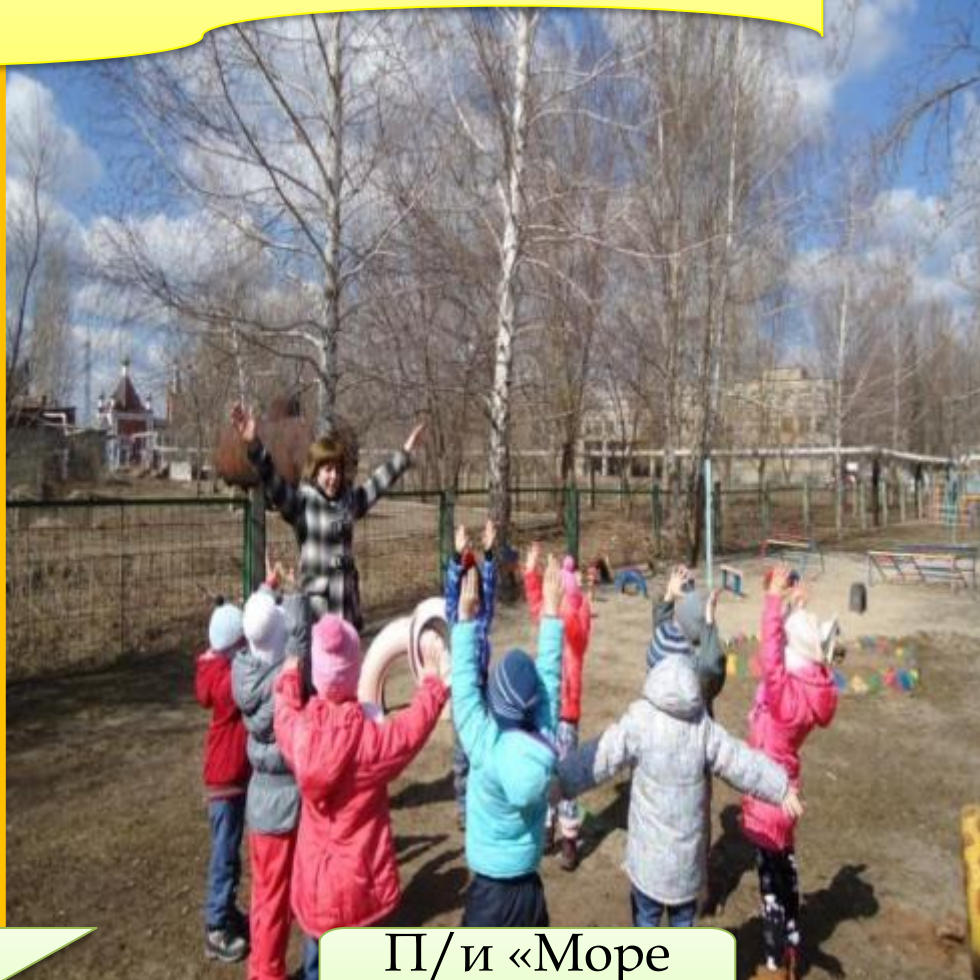




Подвижные и спортивные игры



П/и «Школа
мяча»



П/и «Море
волнуется раз»

Физкультурн
ые
упражнения

Развивать тело

Определять его
способность

Закалять

Укреплять



Закаливающие мероприятия. Оздоровительные прогулки. Игры на воздухе.



Игры с песком



«Самокат всегда со мной, на самокате я герой»!



П/и
«Ловишки в кругу»



Плавание и
игры в бассейне



Мытьё рук.
Умывание.

Обливание
ног



Полоскание
рта



Дорожка здоровья. Растирание варежкой.





Дневной сон



Корректирующая
гимнастика
после сна



Самомассаж
ушных
раковин.

В содержании работы по формированию представлений о здоровом образе жизни значительное место занимают проведение образовательной деятельности с детьми различного характера



Сюжетные



Познавательные



Интегрированные



Музыкальные развлечения



Спортивные. Развивающие.

«Наше
творчество»



Пальчиковы
е игры

Питание.



Мы дежурные!



Завтрак
«Общество чистых
тарелок»

Беседы. Чтение художественной литературы. Рассматривание иллюстраций.

«Нужно всегда за здоровьем следить,

И потому полагается мыть
Фрукты и овощи перед едой
Очень старательно тёплой водой....
Мытое яблоко ярче блестит,
Да и живот от него не болит!



A cartoon illustration of a nurse with brown hair in a bun, wearing a white uniform and a nurse's cap with a red cross. She is standing and looking down at a male patient sitting on a wooden bench. The patient has a white bandage wrapped around his head and is wearing green shorts. A small white box, possibly containing bandages, is on the floor next to the bench. The background is a solid blue color.

A circular inset photograph showing two young girls in a playroom. One girl is standing and reaching for a toy fruit on a shelf, while the other sits at a table with more toy food. The background features a large Disney Cars poster and a green starburst graphic.



Больница



Д/и «Времена года»



Д/и «Кому, что нужно!»

Опытно-экспериментальная деятельность

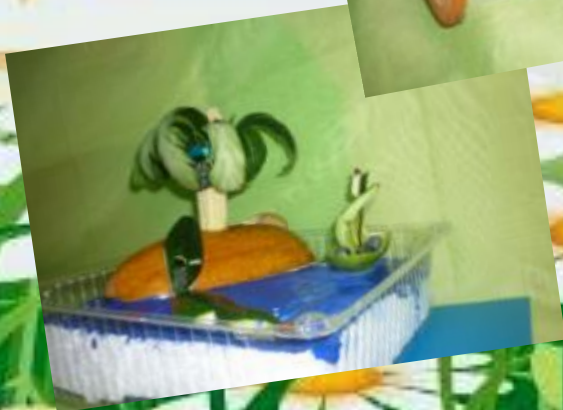


«Витамины я люблю, быть здоровым я хочу!»

Цель: Закрепление знаний детей о пользе лука, о строении луковицы, об условиях, необходимых для роста лука. Развивать трудовые умения и навыки, аккуратность при работе с землей, водой.



Выставка подделок «Витаминная страна»



Тестирование выявление уровня
знаний детей об организме
человека, о здоровом образе
жизни.

**КОНТРОЛЬНО
-
ОЦЕНОЧНЫЙ
ЭТАП**

Подведение
итога

Сравнение
результатов

- 
- Закрепляли знания детей об элементарных научных знаниях.
 - Внешнем строении человека
 - Внутренних органах
 - Первая помощь при травмах
 - Безопасное поведение в быту и на природе.

Продукты проектной деятельности.

	«День открытых дверей»	Заинтересовать родителей в совместной деятельности.	Воспитатели Дети Родители
1	Утренняя гимнастика с Буратино «Путешествие на поиски здоровья»		
2	Образовательная деятельность ФЭМП «Добрый доктор Айболит...»		
3	Театрализованная деятельность « Федорино горе»		
4	Спортивный досуг «Путешествие в страну здоровья»		

День открытых дверей «Путешествие на поиски здоровья»

Спортивный досуг «
Путешествие в стране здоровья
»



ФЭМП «Добрый доктор
Айболит...»





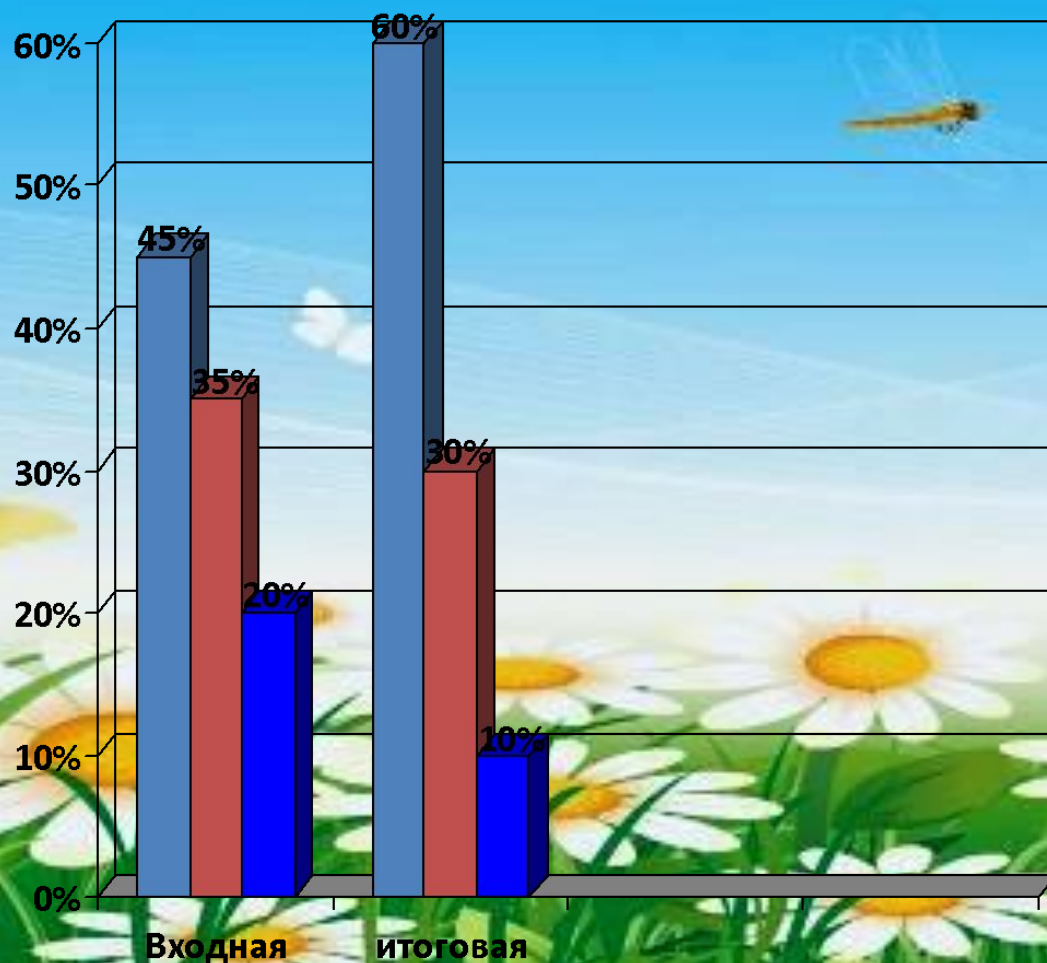
Выставка рисунков «Спорт и мы»

Сундук «Бабушкины рецепты»



«В здоровой семье –
здоровые дети»

Результаты итогового обследования уровня знаний детей об организме человека, о здоровом образе жизни.



Результаты проделанной работы показали положительный результат. У детей повысился уровень знаний об организме, о здоровом образе жизни

Высокий уровень
60% (12 человек)
Средний уровень - 30%
(6 человек)
Низкий уровень
снизился - 10% (2 человека)

Эффективность работы по комплексному подходу в организации здорового образа жизни детей дошкольного возраста, определена следующими показателями

Снижение
заболеваемости

Рост психического
и физического
здоровья

Повышение
двигательной
активности

Сознательное
отношение детей
к собственному
здоровью и
использование
доступных
способов его
укрепления.

Сотрудничество
детского сада с
родителями в
вопросе
организации
здорового образа
жизни



*Наша задача сделать детство детей ярким, гармоничным;
воспитать физически, психически здорового и социально
адаптированного, интеллектуально развитого ребёнка.*





Спасибо за внимание

Список использованной литературы

- Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. - М.: Мозаика-Синтез, 2005. - 112 с.
- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. - М.: Линко-Пресс, 2000. - 296 с.
- Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка.- М.: АРКТИ, 1997.
- «Ребенок в д/саду» № 5, 2004 г.
- «Ребенок в д/саду» №6, 2004 г.
- <http://festival.1september.ru/articles/588148/>
- Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду М.: Сфера, 2003 – 88 с.
- Белая К.Ю., Зимонина В.А. «Как обеспечить безопасность дошкольников: конспекты занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста» М.: Просвещение, 2000 – 94 с.
- Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам: программа и программные требования М.: 1999 – 144 с.
- Зимонина В.А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.;ВЛАДОС,2003-304 с
- Каштанова Т.В, Организация оздоровительного центра в образовательном учреждении: практическое пособие М.:2002
- Колабанов В.В. Валеология – СПб: Деан, 2001
- Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
- Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
- Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. СПб, 2002 – 176 с.
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004
- Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду М.: 2000 – 256 с.
- Синкевич Е.А. Физкультура для малышей СПб: 2003 – 48 с.
- Семёнова Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. СПб.2004 – 87 с.
- Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М: 2003 - 143 с.
- Юдина Е.Г. Педагогическая диагностика в детском саду. М.: 2003 – 114 с.