

# «Вместе с мамой, вместе с папой быть здоровыми хотим!»



Подготовила  
инструктор по физической культуре  
Глущенко С.А.

© Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка – детский сад № 105

# Творческое название

**«Здоровье свыше нам дано,  
учитесь вы беречь его»**

Основополагающий вопрос

«Зачем человеку здоровье?»

# Проблемный вопрос

**Как сохранить и укрепить свое  
здоровье?**

# Аннотация

Все родители желают видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым, и большинство прекрасно понимает, что для нормального роста, развития и крепкого здоровья необходимо движение. Поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а в дальнейшем желание сохранять и укреплять свое здоровье – важные составляющие воспитания в семье. Но следует помнить, что в формировании у дошкольников потребности быть здоровым нотации и поучения не приносят успеха. Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни – это показать на собственном примере, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Если ребенок видит, что родители испытывают удовольствие от здорового активного досуга, они обязательно будут им подражать.

Однако в силу сложившихся экономических причин, занятости на работе современные родители большую часть времени уделяют вопросам материального обеспечения 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 при тесной поддержке родителей ДОО может достичь положительных результатов в воспитании здорового ребенка.

В ходе проведения исследований дети обогатят и расширят имеющиеся знания по данной теме, узнают о новых способах сохранения здоровья. Работа в проекте будет способствовать развитию у дошкольников способности производить мыслительные операции: анализ, синтез, обобщение, классификацию.

Результат работы в проекте будет представлен на празднике совместно с родителями «Путешествие на остров Здоровячок».

Проект реализуется в рамках комплексной программы «Истоки». , будет полезен педагогам ДОО, т. к. позволяет решать задачи социализации дошкольников с использованием современных здоровьесберегающих технологий.

# Цели и задачи проекта

- Образовательные
- Развивающие
- Воспитательные

# Образовательная цель и задачи

Расширение и обогащение знаний детей старшего дошкольного возраста и их родителей о здоровом образе жизни

Повысить профессиональную компетентность педагогов и родителей по воспитанию культуры здоровья дошкольников.

Разнообразить формы взаимодействия детского сада и родителей в целях укрепления здоровья детей и здорового образа жизни.

Пополнить у дошкольников знания, навыки и практические действия, направленные на сохранение и укрепление здоровья.

Способствовать формированию ЗОЖ и основ валеологической культуры ребенка: развитию валеологического сознания, осознанного отношения к здоровью и формирование элементарных базовых знаний по гигиене, анатомии человека, валеологии и привычки здорового поведения

# Развивающая цель и задачи

Содействие развитию у дошкольников общеучебных навыков и компетенций

 Развивать у ребенка готовность самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением своего здоровья.

 Развивать способность детей к исследовательской деятельности, познавательную активность

 Развивать психические процессы (мышление, память, воображение, внимание)

 Развивать коммуникативные навыки, любознательность

 Стимулировать развитие самостоятельности и ответственности

# Воспитательная цель и задачи

Воспитание у дошкольников и родителей ценностного отношения к своему здоровью

Формировать ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Совершенствовать практические навыки здорового образа жизни.

# О проекте

## *Типология проекта*

Краткосрочный, практико - ориентированный,  
групповой

## *Категория участников*

Дети, педагоги, родители

## *Возраст детей*

Дети старшего дошкольного возраста

# Учебные вопросы и темы исследований

Учебные вопросы	Темы исследований
Что такое здоровье?	«Что надо делать, чтобы быть здоровым?»
Нужно ли нам закаляться?	«Солнце, воздух и вода»
Как правильно питаться?	«Полезные продукты» «Где живут витамины»
Движение – это жизнь?	«Зачем необходимо заниматься физкультурой?»
Нужно ли соблюдать режим дня?	«Режим дня»

# Этапы проекта

## Подготовительный этап

Цель: Определение проблемы, отвечающей потребностям детей и их родителей. Доведение до детей важности данной проблемы.

Срок – 1 день

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
Мотивация детей к участию в проекте. Создание проблемной ситуации.	<ul style="list-style-type: none"><li>• поиск ответов на проблемный вопрос</li><li>• высказывание своей точки зрения.</li><li>• обсуждение возникшей проблемы</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• определен перечень вопросов</li><li>• сформированы подгруппы</li></ul>

# Этапы проекта

## Проектировочный этап

Цель: Планирование деятельности детьми при незначительной помощи взрослого; определение средств и способов реализации проекта

Срок – 1 день

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<ul style="list-style-type: none"><li>• Просмотр мультфильма «Ох и Ах»;</li><li>• Дискуссия «На какого героя из мультфильма хотел бы ты быть похожим, почему?».</li><li>• Записывает варианты ответов детей.</li><li>• Помогает определиться с темой исследования и способом его проведения.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Смотрят мультфильм,</li><li>• принимают участие в дискуссии</li><li>• выбирают тему исследования, определяют пути получения информации</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• обозначена схема действий</li><li>• определены темы детских исследований</li><li>• определены средства и способы достижения цели</li></ul>

# Этапы проекта

## Практический этап

Цель: Реализация проекта через организацию разных видов деятельности при дифференцированной помощи взрослого.

Срок – 10 дней

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<p><i>Организация :</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• игровой деятельности (дидактические и сюжетно-ролевые игры);</li><li>• познавательного развития: (непосредственно образовательная деятельность по валеологии целевые прогулки, беседы, работа с альбомами,</li></ul>	<p><i>Участие в:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• организованной педагогом учебной и совместной деятельности по разным направлениям;</li><li>• проведение индивидуальных и подгрупповых исследований с помощью воспитателя</li></ul>	<p>1. Сформированы представления о том, что здоровье - это:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• занятие физкультурой;</li><li>• правильное питание;</li><li>• соблюдение режима дня;</li><li>• прогулки на свежем воздухе;</li></ul>

# Этапы проекта

## Практический этап

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<ul style="list-style-type: none"><li>• моделирование ситуаций, экспериментальная деятельность,</li><li>• просмотр и обсуждение мультфильмов,</li><li>• разгадывание кроссвордов;</li><li>• развития речи (составление творческих рассказов, рассказов из личного опыта);</li><li>• продуктивной деятельности:</li></ul>	и родителей.	<ul style="list-style-type: none"><li>• положительное психоэмоциональное состояние;</li><li>• гигиена</li></ul> <p>2. Сформированы навыки сохранения и укрепления своего здоровья.</p>

# Этапы проекта

## Практический этап

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<p>лепка, аппликация, рисование);</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• ознакомления с художественной литературой (чтение и обсуждение русских и зарубежных произведений, заучивание стихотворений);</li><li>• театрализованной деятельности (инсценировка )</li><li>• музыкальной деятельности (пение песен на тему ЗОЖ);</li></ul>		

# Этапы проекта

## Практический этап

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<ul style="list-style-type: none"><li>• физического развития (непосредственно образовательная деятельность, подвижные игры, развлечения);</li><li>• разучивание пальчиковой, дыхательной гимнастики, точечного аурикулярного массажа;</li><li>• сотрудничества с родителями (беседы, стенд, папки-передвижки, буклеты);</li></ul>		

# Этапы проекта

## *Практический этап*

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
участие в детских исследованиях и развлечениях).		

# Этапы проекта

## Презентационный этап

Цель: Представление коллективного и индивидуальных продуктов деятельности

Срок – 1 день

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<ul style="list-style-type: none"><li>• помощь в подборе материала</li><li>• создание презентаций;</li><li>• оформление папок-передвижек для родителей</li><li>• организация участия детей в празднике «Путешествие на остров Здоровячок»</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• составление творческих рассказов</li><li>• участие в празднике «Путешествие на остров Здоровячок»</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• расширены знания о здоровом образе жизни;</li><li>• приобретены навыки сохранения и укрепления здоровья;</li><li>• сформировано ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;</li><li>• переосмысление родителями отношения к собственному здоровью и здоровью ребенка.</li></ul>

# Этапы проекта

## Аналитический этап

Цель: Обобщение и обсуждение результата, хода работы, действий каждого, выяснение причин успехов и неудач

Срок – 1 день

Деятельность педагога	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
<ul style="list-style-type: none"><li>• оформление отдельных исследований в общий проект</li><li>• организация просмотра всех работ и обсуждения результатов реализации проекта</li></ul>	Участие в обсуждении результата проекта, хода работы и действий каждого	<ul style="list-style-type: none"><li>• определен вклад каждого ребенка в общее дело;</li><li>• выяснены причины возникших трудностей и пути их преодоления.</li></ul>

# Результаты работы

Участие в проекте помогло детям:

- обогатить и расширить имеющиеся знания по данной теме, узнать о новых способах сохранения и укрепления здоровья;
- освоить практические навыки здоровьесберегающих технологий;
- развить общеучебные навыки и компетенции;  
осознать, что ...
- 2. Проект способствовал активному включению родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.
- 3. Педагоги детского сада расширили опыт деятельности в условиях новых форм организации образовательного процесса.
- 4. Проект содействует дальнейшей качественной социализации в обществе выпускникам детского сада.

# Учебно – методический пакет

- ❖ Визитка проекта
- ❖ Дидактические материалы
  - дидактические игры
  - раскраски
  - дидактические книги
  - дидактические презентации «Солнце, воздух и вода», «Микробы», «Режим дня»
  - Публикации
- ❖ Методические материалы
  - конспекты занятий
  - цикл бесед
  - художественное слово
  - картотека дидактических игр
  - Кроссворд
- ❖ Итоги реализации проекта
  - презентация «Хочешь быть здоров – закаляйся!»
  - презентация «Режим дня»
  - презентация «Полезные продукты»
  - презентация «Мы дружим со спортом»
  - буклет «Будь здоров, малыш!»
- ❖ Web-сайт
- ❖ Литература

# Ожидаемый результат

- Дети обогатят и расширят имеющиеся знания по данной теме, узнают о новых способах сохранения и укрепления здоровья, приобретут практические навыки.
- Работа в проекте будет способствовать развитию у дошкольников способности производить мыслительные операции: анализ, синтез, обобщение, классификацию.

# Информационные ресурсы

- Бабенкова Е.А. Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье. М.:Вентана-Граф, 2004
- Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2007
- Голицына Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей», Москва, 2008 г.
- Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. Примерные планы и конспекты занятий. ( Под ред. Т.С.Яковлевой). - М.: Школьная пресса, 2007
- Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. (под ред. З.И.Бересневой) - М.: ТЦ Сфера, 2003
- «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ» (проектирование, тренинги, занятия), составитель Н.И.Крылова Волгоград, 2009 г.
- Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. 2-е изд., исп. и доп. - М.: Аркти, 2000
- Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие.\ Под ред. В.И.Орла, С.Н.Агаджановой. – СПб.: «Детство-Пресс», 2006.
- Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ. Авт.-сост. А.К.Сундукова, Г.Н. Калайтанова, Е.В.Майгурова. - М.: Аркти, 2008
- Савельева Н.Ю. Организация оздоровительной работы в ДОУ. – Ростов н\Д.: Феникс, 2005
- Тихомирова Л.Ф. Формируем у детей правильное отношение к своему здоровью. (Пособие для воспитателей ДОУ). - Ярославль, ЯО ИПК, 1997
- Тихомирова Л.Ф. Уроки здоровья для детей 5-7 лет. (Популярное пособие для родителей и педагогов). - Ярославль: Академия развития, Академия холдинг, 2003
- Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. \ составитель Моргунова О.Н. Воронеж: ЧП Лакоценин С.С. – М., 2007
- Виноградова Н.А, Панкова Е.П. «Образовательные проекты в детском саду», Москва, 2008 г.
- «Проектная деятельность старших дошкольников», составитель В.Н.Журавлева, Волгоград.