

Проект «Здоровому все здорово!».

Вид проекта: познавательно-творческий

Участники проекта: педагоги, родители, дети.

Цель проекта - изучение и внедрение в практику здоровьесберегающих технологий через объединение усилий педагогов и родителей по вопросам формирования здорового образа жизни дошкольников.

Задачи проекта:

1. Повысить уровень профессиональной компетентности педагогов по организации работы с семьей по вопросам здоровьесберегающих технологий.
2. Создать условия для обогащения развивающего пространства группы.
3. Привлечь родителей к активному участию в образовательном процессе по вопросам здорового образа жизни.
4. Повысить уровень компетентности родителей по формированию здорового образа жизни детей путем использования различных форм работы.
5. Приобщить детей к ценностям здорового образа жизни путем национальных, семейных и иных традиций в оздоровлении воспитанников.

Гипотеза реализации проекта

Реализация проекта позволит объединить усилия ДОУ и семьи по формированию основ здорового образа жизни воспитанников, а также способствует повышению активности родителей в жизнедеятельности ДОУ.

Ожидаемый результат

- Отражение результатов проекта на особый эмоциональный микроклимат семьи, на теплоту, нежность и духовное общение родителей и ребенка.
- Благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников (снижение числа случаев заболеваний в течение года; изменение группы здоровья в благоприятную сторону).
- Появление в семье общих интересов, увлечений, как для взрослых, так и для детей.
- Повышение компетентности воспитанников в сохранении и укреплении здоровья.
- Разработка новых подходов к взаимодействию детского сада и родителей как фактора позитивного всестороннего развития ребенка.

Актуальность педагогического проекта

На сегодня взаимодействие ДООУ с родителями является важной составной частью в работе по формированию здорового образа жизни дошкольников. Только в тесном сотрудничестве, на взаимопонимании педагогов и родителей можно добиться высоких результатов. Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Многие философы, ученые отводили и отводят в ряду ценностей жизни первое место здоровью. В.Вересаев, известный русский врач и писатель, так оценивал здоровье: «...с ним ничего не страшно, никакие испытания, его потерять – значит потерять все...».

Предлагаемый проект представляет собой систему работы с родителями по формированию основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Проблема:

Как укрепить и сохранить здоровье 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. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Большую роль в этом играют здоровьесберегающие технологии.

В центре работы по укреплению здоровья и полноценному физическому развитию детей должны находиться образовательное учреждение и семья. Без помощи семьи физкультурно-оздоровительная работа, организуемая в образовательном учреждении, не может быть успешной. Проблема состоит в нахождении побудительных стимулов, заставляющих родителей по – иному взглянуть на здоровье и физическое развитие своих детей.

Направления совместной деятельности с родителями:

1. Информирование родителей. Встречи за круглым столом и обсуждение тем: «Физическое развитие ребенка: с чего начать?», «Что включает в себя понятие – здоровый образ жизни? », «Полезные привычки», «Будь здоров малыш!», «Совместные занятия спортом детей и родителей», «Как сохранить и укрепить здоровье наших детей?», «Компьютерная зависимость».

2. Участие родителей в праздниках и совместных мероприятиях: «Осенняя ярмарка», «День здоровой семьи», «Папа, мама, я — дружная семья», «Музыкально-спортивное развлечение, посвящённое Дню Защитника Отечества».

Нетрадиционные формы организации общения педагогов и родителей

Основной задачей **информационно-аналитических форм** организации общения с родителями являются сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника, общекультурном уровне его родителей, наличии у них необходимых педагогических знаний о культуре здорового образа жизни, отношении в семье к ребенку, запросах, интересах, потребностях родителей в психолого-педагогической информации. Только на аналитической основе возможно осуществление индивидуального, личностно-ориентированного подхода к ребенку в условиях дошкольного учреждения, повышение эффективности образовательной работы с детьми и построение грамотного общения с их родителями.

Досуговые формы организации общения призваны устанавливать теплые неформальные отношения между педагогами и родителями, а также более доверительные отношения между родителями и детьми.

Такие мероприятия помогли создать эмоциональный комфорт в группе, сблизить участников педагогического процесса. Родители могут проявлять смекалку и фантазию в различных конкурсах. Использование досуговых форм способствует тому, что благодаря установлению позитивной эмоциональной атмосферы родители стали более открытыми для общения, и нам педагогам проще налаживать с ними контакты, предоставлять педагогическую информацию.

Родители на праздниках демонстрировали, изготовленные совместно с детьми, буклеты «Здоровый образ жизни», «Полезные продукты питания». Изготовили нетрадиционное оборудование для гимнастики после сна.

Эффективная форма общения, помогающая налаживанию доброжелательных неформальных отношений, — организация педагогами разнообразных конкурсов.

Познавательные формы организации общения педагогов с семьей предназначены для ознакомления родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами воспитания и оздоровления для формирования у родителей практических навыков по формированию потребности здорового образа жизни у детей.

Например, это может быть проведение родительских собраний по мотивам известных телевизионных игр: «КВН», «Поле Чудес», «Что? Где? Когда?», «Устами младенца» и других. Неформальный подход к организации и проведению этих форм общения ставит воспитателей перед необходимостью использования разнообразных методов активизации родителей.

Наглядно-информационные формы организации общения педагогов и родителей решают задачи ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания и оздоровления детей в условиях до-

школьного учреждения, позволяют правильно оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы домашнего воспитания, объективнее увидеть деятельность воспитателя.

Наглядно-информационные формы условно разделены на две подгруппы. Задачами одной из них — информационно-ознакомительной — является ознакомление родителей с самим дошкольным учреждением, особенностями его работы, с педагогами, занимающимися воспитанием детей, и преодоление поверхностных мнений о работе дошкольного учреждения. Задачи другой группы — информационно-просветительской — близки к задачам познавательных форм и направлены на обогащение знаний родителей об особенностях развития и воспитания детей дошкольного возраста. Их специфика заключается в том, что общение педагогов с родителями здесь не прямое, а опосредованное — через газеты, организацию выставок и т.д., поэтому они были выделены нами в самостоятельную подгруппу, а не объединены с познавательными формами.

Информационно-ознакомительные формы, «Дни открытых дверей», дают родителям возможность увидеть стиль общения педагогов с детьми, самим «включиться» в общение и деятельность детей и педагогов. Если раньше не предполагалось, что родитель может быть активным участником жизни детей при посещении группы, то сейчас дошкольные учреждения стремятся не просто продемонстрировать педагогический процесс родителям, но и вовлечь их в него.

Возможность увидеть своего ребенка в условиях, отличных от домашних, способствует пересмотру родителями своих методов и приемов воспитания. «Погружение» в жизнь дошкольного учреждения способно в большей степени продемонстрировать родителям, что работа по формированию культуры здорового образа жизни проходит на протяжении всего времени пребывания ребенка в дошкольном учреждении:

Режимные моменты: утренняя гимнастика, прогулка, режим питания, послеобеденный сон, гимнастика после сна.

Образовательная деятельность: беседы, игры, чтение художественной и т. д.

Оздоровительные мероприятия в рамках образовательной деятельности: динамические паузы/физминутки, дыхательная гимнастика, зрительная гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж.

Этапы работы над проектом

Этапы	Цели этапа:	Содержание
Вводный	Сбор и анализ информации	1. Анкетирование родителей («Здоровый образ жизни детей дошкольного возраста»). 2. Подбор литературы о профилактике здоровья, о пропаганде вредных привычек, подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины).

<p>Основной Работа с воспитанниками</p>	<p>Повышение компетентности воспитанников в сфере здоровьесбережения</p>	<p>1.Беседы: «Зарядка и Простуда», «Витамины и полезные продукты», «Как поддерживать здоровье в осенний период», «Берегите свои зубки», «Как спорт влияет на здоровье», «Олимпийские виды спорта», «Полезные продукты питания», «Как мяч здоровье укрепляет», «Глаза – главные помощники человека».</p> <p>2.Рассматривание иллюстраций, фотографий на темы: «Спорт», «Продукты питания», «Закаливание», «Витамины».</p> <p>3. НОД: «Помоги Незнайке сберечь здоровье», «Путешествие в страну полезных продуктов», «Путешествие в ягодное царство Фиолетового леса».</p> <p>4. Экскурсии: в медицинский кабинет, в продуктовый магазин, в спортивный комплекс «Олимпийский»</p> <p>5.Чтение художественной литературы: Чуковский К.И. «Айболит», «Мойдодыр», Г. Немкиной, М. Савки «История феи Витаминки», Шалаева Г.П., Журавлёва О.М., Сазонова О.Г. «Правила поведения для воспитанных детей», Г. П. Шалаева «Большая книга о спорте», С. Прокофьев «Румяные щечки», Н. Саксонская «Где мой пальчик!», Е. Пермяк «Про нос и язык», С. Маршак «Почему у человека две руки и один язык», Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра», К.И.Чуковский «Жил на свете человек», загадки и пословицы о здоровье, чтение греческих мифов, стихов и прозы о спорте.</p> <p>6.Дидактические игры: «Запомни движение», «Посылка от обезьянки», «Определение на ощупь», «Кто быстрее оденет шапку» (кто-то двумя руками, кто-то одной), «Определи по звуку, запаху» и т. д..</p> <p>7.Сюжетно-ролевые игры: «Поликлиника», «Продуктовый магазин», «Поход в лес», «Семья спортсменов», «Детский доктор – педиатр», «Ресторан здорового питания».</p> <p>8.Подвижные игры.</p> <p>9. Конкурсы рисунков: «Мы за здоровый образ жизни», «В нашем саду растут витамины», «Зимние виды спорта», «На зарядку становись».</p> <p>10.Интерактивные дидактические игры: «Чтобы</p>
--	--	--

		<p>ножки не болели», «Поваренок», «Волшебные ягоды Фиолетового леса», «Полезные продукты питания», «Лопушок знакомит с лекарственными растениями Фиолетового леса».</p> <p>11.Познавательные презентации: «Физкультура и здоровье», «Будь здоров без докторов», «Здоровый образ жизни», «Зимние виды спорта».</p> <p>12.Опытно - экспериментальная деятельность: опыты с водой и песком.</p> <p>13.Вечер вопросов и ответов «Наши вредные привычки», «Что я знаю о продуктах», «Как я буду заботится о своем здоровье».</p> <p>12.Мастер – класс «Чистим зубы правильно», «Физкультурные упражнения для красивой осанки».</p> <p>13.Спортивные развлечения: «Спорт и мы», «Веселые старты», «Спортивные игры разных народов»</p> <p>14..Викторины: «Спорт! Спорт! Спорт!», «Быть здоровыми хотим».</p>
<p>Работа с родителями и воспитанниками</p>	<p>Взаимодействия с семьями воспитанников, раскрытие потенциала каждой семьи, активизация духовного родства в процессе совместной деятельности.</p>	<p>1. Консультации для родителей: «Здоровый быт – здоровый ребенок», «Оздоровление детей в детском саду», «Как оздоровить детей летом», «Как победить грипп», «Подвижные игры и упражнения с детьми на природе», «Спортивный уголок ребенка дома».</p> <p>2.Участие родителей в праздниках и совместных мероприятиях: «Осенняя ярмарка», «День здоровой семьи», «Папа, мама, я — дружная семья», «Музыкально-спортивное развлечение, посвящённое Дню Защитника Отечества».</p> <p>3.Встречи за круглым столом и обсуждение тем: «Физическое развитие ребенка: с чего начать?», «Что включает в себя понятие – здоровый образ жизни? », «Полезные привычки», «Будь здоров малыш!», «Совместные занятия спортом детей и родителей», «Как сохранить и укрепить здоровье наших детей?», «Компьютерная зависимость».</p> <p>4.Организация фотовыставки «Спортсмены среди нас».</p> <p>5.Создание альбома «Если хочешь быть здоров!».</p> <p>6.Создание картотеки электронных презентаций</p>

		совместно с родителями по теме «Здоровый образ жизни». 7.Изготовление коллажа: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». 8.Изготовление газеты «Правила хорошего настроения».
Итоговый	Презентация проекта. Подведение итогов проекта.	1.Викторина «Быть здоровыми хотим!». 2.Выставка альбомов «Здоровый образ жизни». 3.Презентация проекта «Азбука здоровья».

Реализация содержания проекта

Проект "Здоровым быть здорово!" реализовывался с родителями и детьми старшего дошкольного возраста. С самых первых дней, мы старались сделать родителей активными соучастниками образовательного процесса, для этого через анкеты, опросы, тесты знакомились с семьями воспитанников. Анализируя полученные данные, планировали методическую и консультативную работу с родителями.

В дальнейшем вся наша работа была направлена на тесное привлечение семьи к делам и заботам группы, к потребностям наших детей. Как живет воспитанник в детском саду, наши родители узнавали из примерного плана на день. Из фотогазет, из листов наблюдений можно было узнать - чего добился ребенок за месяц, а ведение портфолио позволило проследить развитие ребенка на всем протяжении посещения детского сада. Рассказывая и устно, и письменно о ребенке - о том, какие позитивные стороны личности проявил воспитанник, какие достижения или трудности принес ему день, тем самым налаживали отношения с каждым родителем, делали их конструктивными.

Комплексное использование здоровьесберегающих технологий дает положительный результат в оздоровлении детей: значительно снизились пропуски по болезни, увеличился коэффициент посещаемости. Количество детей, имеющих высокий уровень представлений о здоровом образе жизни, увеличился на 49% и составляет 91%. При активной помощи родителей в детском саду появилось нестандартное оборудование по обеспечению здоровьесберегающего компонента. Повысился интерес к научно-поисковой работе у педагогов и родителей. Дети владеют культурно-гигиеническими навыками, знают о значении витаминов для здоровья человека.

Итогом реализации проекта явились викторина «Быть здоровыми хотим» и выставка альбомов «Здоровый образ жизни»

В рамках семейного воспитания по формированию здорового образа жизни было предложено родителям совместно с детьми составить и презентовать проект на тему «Азбука здоровья». Родители в форме фотоотчета представили, как полученные знания о здоровом образе жизни, применяются в семье.

На наш взгляд, проект «Здоровым быть здорово!» является важным шагом в формировании основ здорового жизни детей дошкольного возраста, так как формирует у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Список источников

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» принят Государственной Думой 21.12.2012г.;

ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» № 323, от 21.11.2011 г.;

СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";

Конвенция ООН «О правах ребенка»;

Семейный кодекс РФ;

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования;

Стратегия развития образования Ханты – Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года (Приложение к распоряжению Правительства ХМАО-Югры от 19.02.2010 № 91-рп);

Устав МБДОУ ДС №67 «Умка»;

Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» - М., «Скрипторий », 2010.;

Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В. «В стране здоровья» - Москва, «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2011г.;

Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» - Москва, «Сфера», 2008.