

ПРОЕКТ по программе «Здоровый малыш» МОУ «ЦО №1» г. Ясногорска СП «Золотой ключик».

Составитель проекта: заместитель директора Арнаутова Е.Н.

Назначение проекта:

Раскрыть эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Определить основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации. Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

Актуальность проекта:

Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Вид проекта: общесадовский, долгосрочный.

Участники проекта: воспитанники, воспитатели, родители, инструктор по ф.к, музыкальный руководитель.

Срок реализации: сентябрь 2020 - май 2021 уч. г.

Цель проекта: Сохранение и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития в рамках осознанного отношения к своему здоровью.

Задачи проекта:

1. Сформировать у детей ценности здорового образа жизни.
2. Обеспечить условия для сохранения, укрепления физического и психического здоровья, в том числе эмоционального благополучия воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями.
3. Внедрить в практику СП современные технологии обучения здоровому образу жизни, обеспечивающих укрепление здоровья детей путем использования здоровьесберегающих технологий.
4. Повысить высокий уровень сформированности представлений у детей знаний об элементарных нормах и правилах (культурно-гигиенические навыки, знания о правильном питании, закаливании, умения в организации самостоятельной двигательной деятельности (подвижные игры, упражнения, гимнастики и пр.) до 60%.
5. Повысить профессиональную компетентность педагогов, которая предполагает знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей до 100%.
6. Пополнить предметно-пространственную развивающую среду: оборудование центров двигательной активности детей в группах в соответствии ФГОС ДО.
7. Обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и компетентность родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей

Проблема: «Физическое развитие – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость?»

Предполагаемый результат проекта:

- ✓ Сформировать навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей СП.
- ✓ Разработать цикл занятий по теме: «Азбука здоровья».
- ✓ Составить перспективное планирование по здоровьесбережению и обобщение опыта работы по технологии здоровьесбережения.
- ✓ Создание цикла консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.
- ✓ Улучшение показателей здоровья детей.
- ✓ Улучшение материально-технической базы нестандартного физкультурного оборудования.

Ежегодно в начале учебного года составляется план физкультурно-оздоровительных мероприятий на год:

- Утренняя гимнастика /ежедневно в течение года/.
- Гимнастика после сна /ежедневно в течение года/.
- «Пятиминутки здоровья», включающие в себя: дыхательную, зрительную, пальчиковую гимнастики /ежедневно/.
- Физкультурные занятия /3 раза в неделю/2 в спортивном зале, одно – на территории детского сада.
- Пальчиковая гимнастика /ежедневно/.
- Полоскание горла /ежедневно/.
- Закаливание солнцем, водой /в летний период/.
- Профилактика плоскостопия /ежедневно/.
- Профилактика осанки детей /ежедневно/.
- Игры и упражнения между занятиями (динамическая пауза).
- Физкультминутки /ежедневно/.
- Подвижные игры /ежедневно/.
- Прогулки /ежедневно/.
- «Дни здоровья» /ежемесячно/.
- Физкультурные праздники / 2 раза в год/; развлечения /ежемесячно/
- Проветривание /ежедневно /.
- Витаминизация, соки.
- Профилактические прививки.
- Организация работы с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий в течение года.
- Психогимнастика Чистяковой.

Этапы реализации проекта.

№п/п	Этапы	Цель	Сроки
1.	Подготовительно-проектировочный этап	Выявления потребности в оздоровлении детей.	Сентябрь
2.	Практический этап	Выявление перспективных форм работы по здоровьесбережению с детьми и родителями.	Октябрь – апрель
3.	Обобщающе - результативный этап	Мониторинг результатов и подведение итогов	Май

План реализации проекта.

Месяц	Виды и формы работы с детьми.	С родителями	Цели и задачи
Сентябрь	<u>Развлечение</u> «Уроки доктора Айболита». <u>Беседа</u> «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу». <u>Рисование</u> «Живые витамины». <u>С.Р. игра</u> «Детская поликлиника. Кукле Даше стало плохо».	<u>Анкетирование родителей.</u> «Отношение родителей к формированию здорового образа жизни»; <u>оформление для родителей уголка здоровья:</u> «Растем здоровыми»; «Растим вместе здорового ребенка», «Спортивный досуг семьи. Движения и игры на прогулке».	Изучение литературы по физическому развитию дошкольников, программ по здоровьесбережению, опыт работы детских садов из разных городов России. Ориентация семьи на воспитание здорового ребенка; формирование у родителей теоретических знаний и выработка потребности следовать здоровому образу жизни. Вызвать интерес к спортивным играм, желание заниматься спортом
Октябрь	<u>Чтение</u> С.Михалков «Прививка». <u>Спортивный праздник</u> «Будь здоров!». <u>Выставка физкультурного инвентаря.</u> <u>Дидактическая игра:</u> «Вредно-полезно».	<u>Консультации:</u> «Утренняя гимнастика – одно из средств оздоровления и профилактики болезней»; «Нетрадиционные методы оздоровления». <u>Семинар-практикум для родителей</u> «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными», «Профилактика простудных заболеваний». <u>Спортивный праздник</u> «Моя семья, физкультура и я!» с участием родителей.	Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований СП и семьи в вопросах здоровья детей. Познакомить родителей с нетрадиционными методами лечения простудных заболеваний. Приобщать к здоровому образу жизни, развивать физические качества, двигательные умения и навыки; формировать интерес к физкультуре и спорту, воспитывать сплоченность, дружеские взаимоотношения в семье и коллективе.

Ноябрь	<u>Кукольный театр</u> «Секреты здоровья». <u>С.Р игра</u> «Больница Доктора Айболита». <u>Беседа</u> «Чистота-залог здоровья». <u>Дидактическая игра</u> «Здоровые зубки».	<u>Семейный клуб</u>. «Здоровая семья – здоровый ребенок». <u>Консультации</u>: «Укрепляем мышцы спины, пресса - формируем правильную осанку». «День Здоровья» - пригласить родителей для ознакомления с различными формами двигательной деятельности - «Мы со спортом крепко дружим!» в старшей группе.	Познакомить с формами организации физической активности и их значение для здоровья человека. Воспитание потребности в занятиях физической культурой.
Декабрь	<u>ООД Познавательное развитие</u> «Что я знаю о своем теле?» <u>Изучение пословиц и поговорок о здоровье</u>. <u>Игра</u> «Какой фрукт?» - узнать предмет с открытыми и закрытыми глазами. <u>Рисование</u> «Витамины в баночке».	<u>Родительская конференция</u> «Физкультура и здоровье ребенка» <u>Показ ООД</u> с использованием здоровьесберегающих технологий «Здравствуй зимушка-зима!». <u>Делимся опытом семейного воспитания</u> «Наша спортивная семья» (родители), «Уголок для занятий физкультурой дома». <u>Выставка</u> методической литературы о физкультуре, спорте и здоровье.	Повысить уровень педагогической компетентности родителей по приобщению детей к здоровому образу жизни. Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей.
Январь	<u>Беседа</u> «Приборы опасные для жизни». <u>Дыхательная гимнастика</u> «Задувай ватку в ворота». <u>Дидактическая игра</u> «Режим дня».	<u>Консультация</u> «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными». <u>Участие в спортивных соревнованиях вместе с детьми</u> «Мы мороза не боимся».	Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию. Развитие двигательных умений и навыков. Дать детям возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях.
Февраль	<u>Игра драматизация</u> «На приеме у доктора Неболейки». <u>Спортивный</u>	<u>Консультация</u> «Влияние психологического климата семьи на здоровье ребенка». <u>Участие пап в спортивном</u>	Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований СП и семьи в вопросах здоровья детей. Осуществление пропаганды здорового образа жизни. Воспитание интереса к физической культуре

	<u>праздник «Эстафеты для сильных и смелых», посвященный дню Защитника Отечества.</u> <u>С.Р. игра «У стоматолога на приеме».</u>	<u>празднике «Эстафеты для сильных и смелых», посвященному дню Защитника Отечества.</u>	и спорту.
Март	<u>Лепка «Овощи на тарелке».</u> <u>«Дыхательные упражнения как игровой метод оздоровления и развития дошкольников».</u> <u>Дидактическая игра «Узнай по описанию»</u> <u>ООД «Что такое здоровье?»</u>	<u>Встреча-дискуссия «Здоровье без лекарств», «Как природа нам помогает быть здоровыми».</u> День Здоровья	Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований СП и семьи в вопросах здоровья детей.
Апрель	<u>ООД «Твое питание - твоё здоровье»</u> <u>Фотовыставка «Мы со спортом очень дружим»</u> <u>Чтение К. Чуковского «Доктор Айболит»</u> <u>Беседа «Что бы кожа была здорова»</u>	<u>Обмен опытом «Вкусно, полезно, доступно» (блюда полезные для здоровья);</u> <u>Подготовка совместно с родителями и детьми к выставке газет ««Быть здоровым я хочу», в рамках проведения недели здоровья.</u>	Дать детям знания о полезных и не очень полезных продуктах. Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться. Воспитывать ответственность за своё здоровье. Формировать у детей представление о спорте как одном из составляющих здоровья.
Май	<u>Игра-развлечение «Будь здоров, малыш!»</u> <u>Чтение Ю.Тувим «Овощи»</u> <u>Дидактическая игра «Где живут витамины?»</u> <u>Аппликация «Витамины в корзине»</u>	<u>Участие в спортивном празднике «Спорт – это сила и здоровье!».</u> <u>Консультации «Подвижные игры дома и на улице», «Игры детей летом», «Закаливание детей в летний период».</u> <u>Анкетирование родителей «Изменилось ли ваше отношение к физкультуре и спорту?»</u>	Формировать представление о роли спорта в сохранении и укреплении здоровья человека. Осуществлять пропаганду здорового образа жизни. Воспитывать интерес к физической культуре и спорту у всех участников образовательного процесса.

Постпроектная деятельность: Подведение итогов реализации проекта, опрос удовлетворенности родителей и педагогов, результаты мониторинга.

Литература:

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1983.
2. Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М., АРКТИ, 2001.
3. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М.: Мозаика-Синтез, 2005.
4. Береснева З. И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. М.: творческий центр СФЕРА, 2005.
5. Данилина Т. А. Взаимодействие ДОУ с социумом. М.: АРКТИ, 2004.
6. Дошкольное воспитание №9, 1997, Кузнецова М. Н. Нетрадиционные методы в воспитании и оздоровлении. Старший дошкольный возраст.
7. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. В., 2007.
8. Управление ДОУ №5, 2003//Кротова Т. В. Оценка уровня взаимодействия ДОУ и семьи.
9. Управление ДОУ №1, 2004 // Евдокимова Е. С. Проектирование как здоровьесберегающая технология в ДОУ.
10. Управление ДОУ №5, 2004// Лукина Л. И. Работа с родителями в ДОУ.
11. Управление ДОУ №3, 2004 //Рылеева Е. В., Барсукова Л. С. Учимся сотрудничать с родителями.
12. Управление ДОУ №8, 2006// Гордеева В. А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ.
13. Управление ДОУ №1, 2006 // Зуйкова М. Б. Режим – путь к здоровью.
14. Управление ДОУ №7, 2006 // Лукина Л. И. Путь к здоровью ребенка лежит через семью.
15. Солодянкина О. В. Сотрудничество ДОУ с семьей, М., 2004.

Приложение

Сентябрь:

Развлечение «Уроки доктора Айболита» (старшая группа).



Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» (1 младшая группа).



Рисование «Живые витамины» (старшая группа).



Сюжетно ролевая игра «Детская поликлиника. Кукле Даше стало плохо» (1 младшая группа).



Октябрь:

Чтение С.Михалков «Прививка» (2 младшая группа).



Спортивный праздник «Будь здоров!» (2 младшая группа).



Выставка физкультурного инвентаря.



Дидактическая игра «Вредно - полезно» (старшая группа).



Ноябрь:

Кукольный театр «Секреты здоровья» (средняя группа).



Сюжетно ролевая игра «Больница Доктора Айболита» (средняя группа).



Беседа «Чистота-залог здоровья» (2 младшая группа).



Дидактическая игра «Здоровые зубки» (старшая группа).



Декабрь:

ООД Познавательное развитие «Что я знаю о своем теле?» (старшая группа).



Игра «Какой фрукт?» - узнать предмет с открытыми и закрытыми глазами (2 младшая группа).

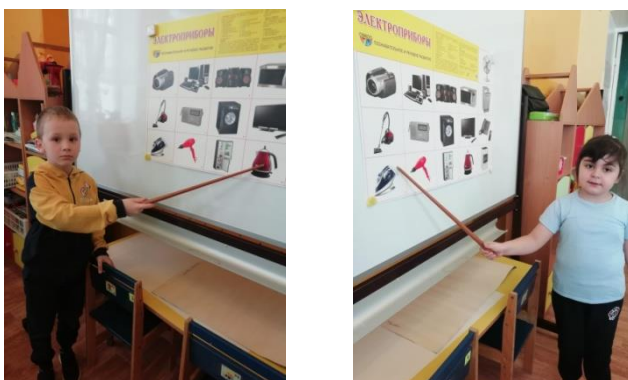


Рисование «Витамины в баночке» (1 младшая группа).



Январь:

Беседа «Приборы опасные для жизни» (старшая группа).



Дыхательная гимнастика «Задуй ватку в ворота» (2 младшая и старшая группа).



Дидактическая игра «Режим дня» (1 младшая группа).



Февраль:

Игра драматизация «На приеме у доктора Неболей-ки» (2 младшая группа).



Спортивный праздник «Эстафеты для сильных и смелых», посвященный дню Защитника Отечества (старшая группа).



Сюжетно ролевая игра «У стоматолога на приеме» (2 младшая группа).



Март:
Лепка «Овощи на тарелке» (2 младшая группа).



«Дыхательные упражнения как игровой метод оздоровления и развития дошкольников» (старшая группа).



Дидактическая игра «Узнай по описанию» (2 младшая группа).



ООД «Что такое здоровье?» (старшая группа).



Апрель:

ООД «Твоё питание - твоё здоровье» (средняя группа).



Фотовыставка «Мы со спортом очень дружим» (1 младшая и средняя группа).



Беседа «Что бы кожа была здорова» (старшая группа).



Май:

Игра-развлечение «Будь здоров, малыш!» (2 младшая группа).



Дидактическая игра «Где живут витамины?» (старшая группа).



Аппликация «Витамины в корзине» (2 младшая группа).

