

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение-
детский сад комбинированного вида №3 Барабинского района
Новосибирской области

ПРОЕКТ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

«ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ В НАШИХ РУКАХ»

Разработали:
Воспитатель **Чечулина И.В.**, родители, дети группы
№8 «Радуга»

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

С каждым годом возрастает актуальность вопросов, связанных со здоровьем подрастающего поколения. Особую обеспокоенность вызывают дети дошкольного возраста. Как известно, развитие и воспитание ребенка во многом зависит от взрослых, которые его окружают, и оттого, какой пример (положительный или отрицательный) они подадут своим поведением. Главным образом это члены семьи дошкольника. Поэтому сознательное отношение к собственному здоровью и здоровью детей в первую очередь следует формировать у родителей.

Физическое воспитание – один из основных компонентов общего воспитательного процесса, без которого невозможно гармоничное развитие ребенка. Регулярные занятия физкультурой и спортом в семье и образовательном учреждении позволяют повышать сопротивляемость детского организма внешним неблагоприятным воздействиям, содействовать оздоровлению ослабленных от рождения детей, а так же укреплять внутрисемейные отношения.

ТИП ПРОЕКТА

- По доминирующей в проекте деятельности: практико-ориентированный
- По содержанию: социально-педагогический
- Участники проекта: Воспитатели, родители, дети старшей логопедической группы
- По времени продолжения: краткосрочный октябрь 2018 г. по ноябрь 2018 г.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

повышение стремления родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни в рамках проекта «Здоровье детей в наших руках»

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- 1. Создать предметно-развивающую среду, обеспечивающую эмоциональный настрой воспитанников и условия для организации двигательной активности.
- 2. Повысить компетентность и интерес родителей к вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.
- 3. Организовать совместную культурно - досуговую деятельность с участием всех участников проекта.

ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

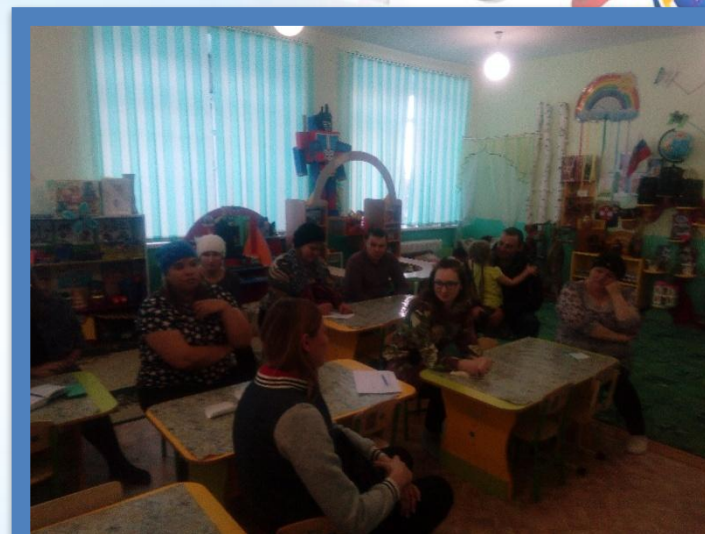
Анкетирование родителей «Сохранение и укрепление здоровья ребёнка в семье»

4 % родителей занимаются оздоровлением своих детей

96% родителей не занимаются

октябрь 2018 г.

Родительское собрание «Семья — здоровый образ жизни»



Консультации

Почему детям нужно заниматься спортом?



Консультация для родителей

Нетрадиционные методы
оздоровления детей, как
уберечь ребенка от
простудных заболеваний,
игры и физические
упражнения

"С кочки на кочку"

Мама чертит на снегу круги диаметром 30-40 см. Расстояние между кругами - 40-50 см. Малышу надо прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг). Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, соснуть ноги в коленях, затем прыжок.

"Сбеги с горочки"

Мама предлагает ребенку забраться на небольшую горку с пологом склоном, а потом сбегать вниз, к ней в руки.

"Меткий стрелок"

Вместе с малышом мама делает куличики из снега, выстраивает их в ряд, помещает друг на друга, учит малыша лепить снежки, предлагает снежком сбить куличик. Мама должна показывать пример своему ребенку: вместе с ним кидать снежки и стараться попасть в цель.

"Катание с горки"

На пологом склоне малыши тренируются кататься на санках. Мама учит его правильно направлять санки с горки.

Для самостоятельных поездок малыша нужно выбрать пологие горки, где нет большого скопления детей, чтобы ребенка никто не испугал и не ударил. Мама должна внимательно следить за тем, как ребенок катается



Как уберечь ребенка от простуды



Иллюстрация до школы

Инструкция для родителей

Важно помнить, что простуда или грипп передаются воздушно-капельным путем. Поэтому, если кто-то из ваших близких заболел, старайтесь избегать контактов с ним. Если же вы сами заболели, обязательно используйте маску и избегайте посещения общественных мест.

Что же делать, если ребенок кашляет и чихает?

Если вы заметили, что ваш ребенок кашляет или чихает, немедленно изолируйте его от других детей. Не ходите в школу или детский сад, пока не почувствуете себя лучше. Обязательно проконсультируйтесь с врачом, чтобы убедиться, что это действительно простуда или грипп, а не более серьезное заболевание.

Важно помнить, что простуда и грипп могут привести к осложнениям, таким как отит, синусит или пневмония. Поэтому, если симптомы не проходят в течение нескольких дней, обязательно обратитесь к врачу.

Также важно помнить, что простуда и грипп чаще всего возникают в холодное время года. Поэтому старайтесь одевать ребенка по погоде, избегать переохлаждения и перегрева. Также важно соблюдать режим дня, правильно питаться и заниматься спортом.

ТЕХНИКА ТОЧЕЧНОГО МАССАЖА

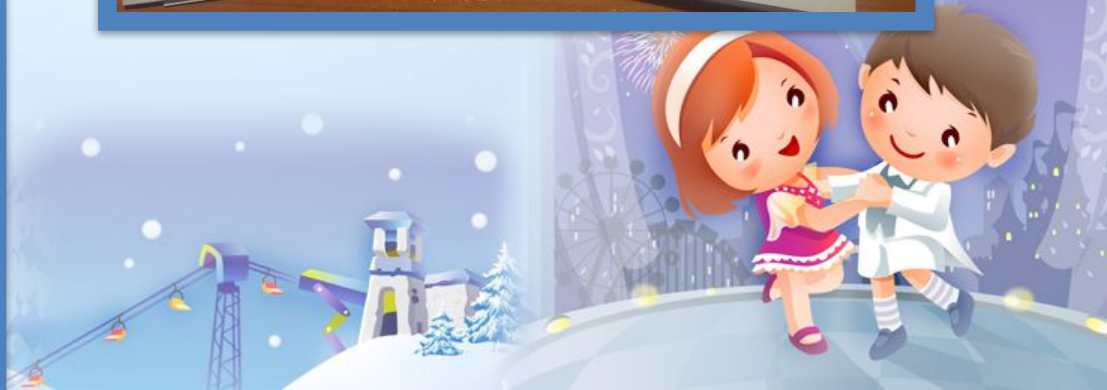
- Грудку мы слегка надавим
- Шейку гладить мы начнем
- Сзади косточку найдем и под косточкой нажмем
- Мы над глазами нажмем
Наши бровки разотрем
- Ушкам сделаем зарядку
- Носик вычистим вот так
- Каждый пальчик разомнем. Здесь вот ямочку найдем
- Ручки мы натрем слегка
Отдохнуть теперь пора.

Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у своих детей

Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.

1. Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
4. Любите своего ребёнка - он ваш. Уважайте членов своей семьи, они - попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.
6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
7. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания.
8. Личный пример здорового образа жизни - лучше всякой морали.
9. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.
10. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
11. Лучший вид отдыха - прогулка с семьёй на свежем воздухе.
12. Лучшее развлечение для ребёнка - совместная игра с родителями.

Буклеты для родителей



Советы доктора

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ПРИВИВКАХ?

От чего можно прививаться?

Прививки делают исключительно от инфекционных болезней. Но далеко не от всех, а только от тяжелых, опасных, способных вызвать тяжелые осложнения, а также от тех инфекций, которыми одновременно заболевают множество людей (например, от гриппа). Детей прежде всего прививают от так называемых детских инфекций (коклюш, дифтерия, краснуха, корь, свинка, полиомиелит и др.), а также от тех болезней, которым «все возрасты покорны» — туберкулеза, вирусного гепатита, столбняка. Еще бывают прививки от инфекций, которыми можно заразиться лишь в определенных обстоятельствах (например, бешенство) или путешествуя по определенным странам и регионам (в частности, клещевой энцефалит).

Как работают прививки?

Главная цель вакцинации — формирование иммунитета (невосприимчивости) к болезни. Это возможно при введении в организм человека ослабленного или убитого микроба-возбудителя той или иной инфекции, от которой делается прививка. В результате вырабатываются особые вещества (их называют антителами) и клетки (их образно зовут киллерами), которые способны нейтрализовать настоящего возбудителя при заражении.

Календарь профилактических прививок России (утвержден Министерством здравоохранения в 2001 году)



ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



Грипп — острая вирусная болезнь с воздушно-капельным механизмом передачи. Возможно также заражение через предметы домашнего обихода, на которые вирусы попадают от больного человека во время кашля или чихания. Инкубационный период продолжается от нескольких часов до 7 суток, чаще 2-3 дня. Болезнь начинается внезапно.

Основные симптомы проявления заболевания:

- ❖ Озноб, головная боль;
- ❖ повышение температуры тела до 38,5 – 40 С;
- ❖ боль и ломота в мышцах и суставах; общая слабость и «разбитость»;
- ❖ сухой кашель; слезотечение; выделения из носа.

При проявлении симптомов гриппа НЕОБХОДИМО оставаться дома и вызвать врача на дом. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Обязательно сообщите врачу о Ваших выездах за пределы Волгоградской области.

Как не заболеть гриппом

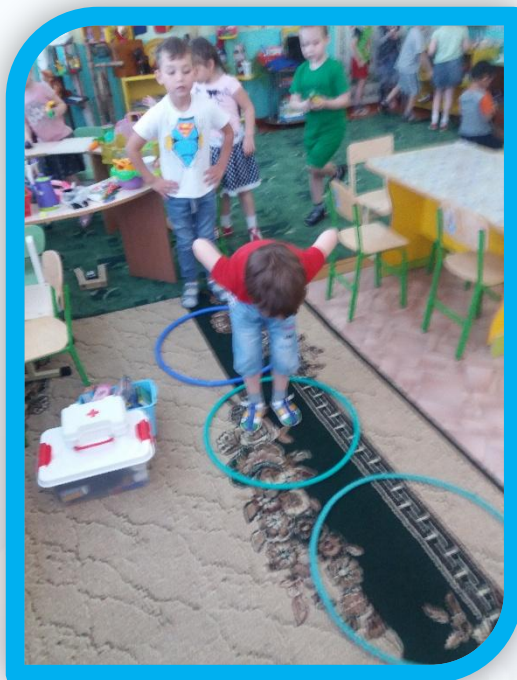
- ❖ Наиболее эффективный метод профилактики гриппа — вакцинапрофилактика;
- ❖ Следует помнить, что для выработки иммунного ответа после прививки необходимо 3-4 недели;
- ❖ Избегайте общения с людьми, у которых есть признаки заболевания (насморк, чихание, кашель, повышенная температура тела);
- ❖ При контакте с больным членом семьи пользуйтесь маской;
- ❖ В период эпидемиологического неблагополучия по гриппу и ОРВИ не посещайте места массового скопления людей или хотя бы, по возможности, сократите время пребывания в таких местах;
- ❖ Соблюдайте правила личной гигиены, тщательно и часто мойте руки;
- ❖ Чаще проводите влажные уборки и проветривание помещений, больше времени проводите на свежем воздухе;
- ❖ Придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность, закаливание.



Центр «Здоровейка»



Спортom в группе занимаемся

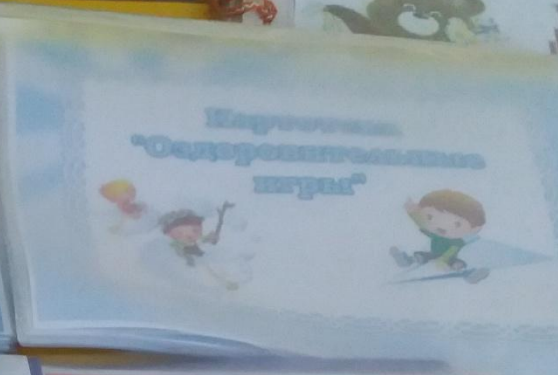




Карточка №12
 Воспитатель (показывает детям изображение бабочки)
 Вылетают в жизни моменты, которые никогда не повторятся в жизни. Пусть к людям всю жизнь приходит осознание, что случилось с ними в детстве. Пусть к Бадаммонту навсегда запомни картину летнего дня и испишася об этом

Карточка №3

**МИНУТЫ
 ВНЕУРОКНОЙ РАБОТЫ**



Сюжетно – ролевые игры

«Магазин»



«Больница»



Детско-родительские проекты

Краткосрочный проект «Я Здоровым быть хочу!»

Воспитанница группы «Радуга»

МКДОУ № 3 г. Барабинск

Ларионова Софья

2018 г

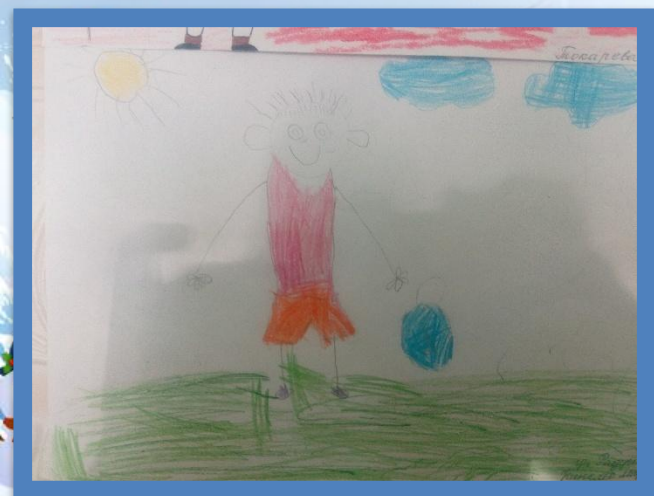
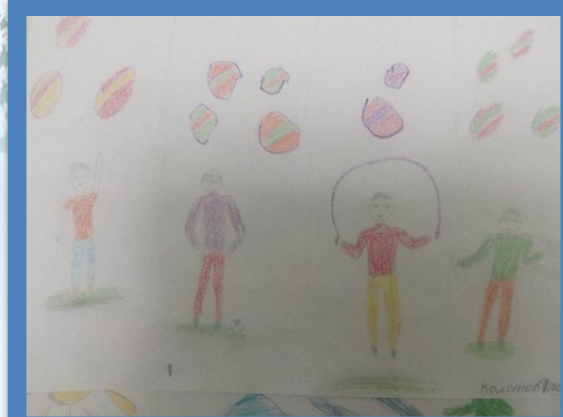
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАДЕТСКОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД №5
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
БАРАБИНСКОГО РАЙОНА
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

Проект «Спорт в нашей семье»



Выполнила семья
Семёнова Серажи воспитанника
группы №5 «Радуга»

Выставка рисунков «Как я занимаюсь спортом»



Выставка фотогазет

РАСТИ ЗАДОРОВЫМ
МАЛЫШ!



Как я занимаюсь спортом.

Чтоб здоровье раздобыть,
Не надо далеко ходить
Мужай или сами старайся
и всё будет получаться.

Моя сестра Кристина
занимается художественной
гимнастикой

В здоровом теле,
здоровый дух.
Спорт - это
жизнь.

Вместе мы занимаемся
СПОРТОМ!

Физкультура -
залог здоровья и
хорошего
настроения!

Кто спортом занимается
тот силы набирается !!!

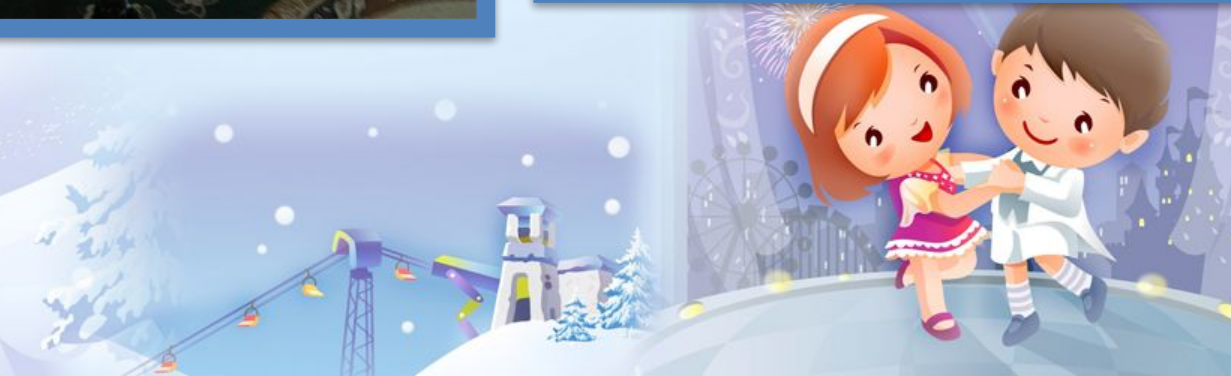


СПОРТ - ЭТО ЗДОРОВЬЕ!

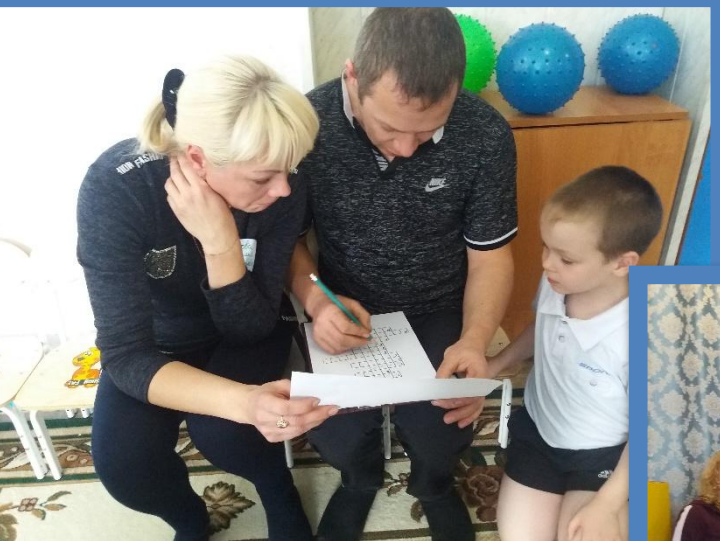
Я ВЫБИРАЮ
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ
ЖИЗНИ!



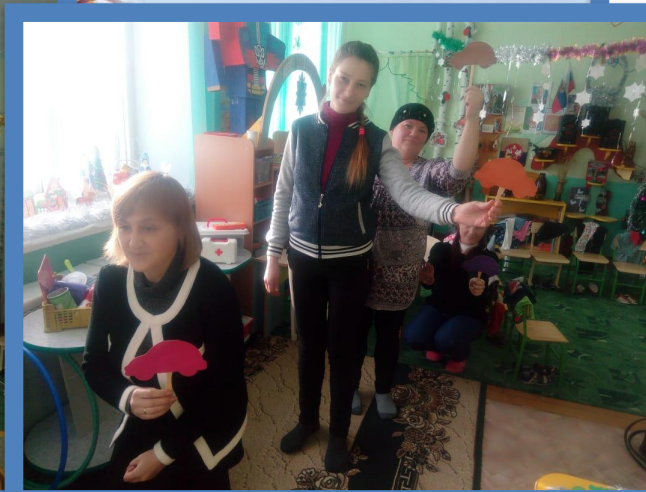
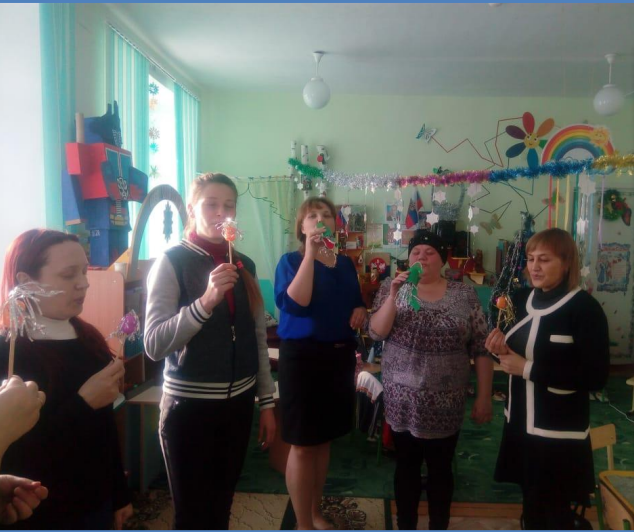
Спортивный праздник «Подари шубку зайчику»



Соревнования «Папа, мама и я – спортивная семья»



Мастер - класс с родителями



Изготовление из бросового материала нестандартного оборудования

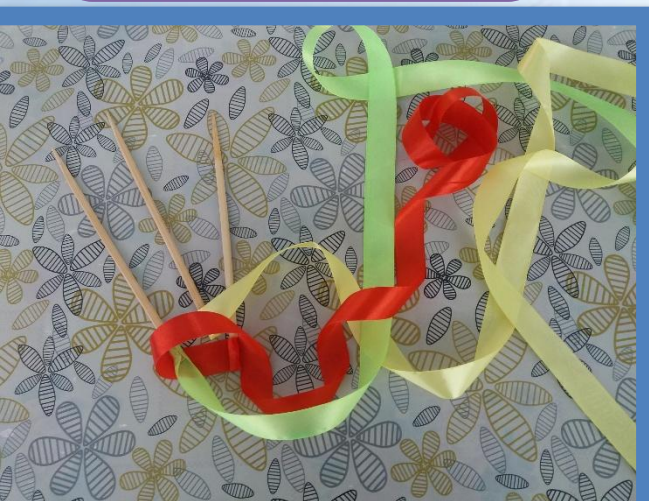
Тренажеры – крокодилы

Задачи: развивать речевое дыхание с помощью нестандартного оборудования



Ленточки

Задачи: развивать координацию движений, ловкость, быстроту с воздушными ленточками



ПОСОБИЕ- КУБИК ДВИЖЕНИЙ

Задачи: развитие основных видов движений.



Тренажеры – султанчики

Задачи: развитие координации движения, моторики рук.



ИГРА "ЦВЕТНЫЕ АВТОМОБИЛИ НА НОВЫЙ ЛАД"

Задачи: развивать внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу. Упражнять детей в беге, ходьбе.



Игры с нестандартным оборудованием



Ритмопластика- система физических упражнений, имеющих целью всестороннее гармоничное развитие тела. Ритмопластика сочетает в себе два направления: физкультуру и хореографию. Занятия проводятся в игровой форме и основываются на ритмичных подвижных упражнениях в сопровождении музыки.

В процессе занятий решаются следующие цели и задачи:

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки у детей старшего дошкольного возраста посредством ритмопластики.

Задачи:

1. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
2. Упражнять в развитии статического и динамического равновесия, координации движений.
3. Воспитывать умение сопоставлять ритм движений с музыкальным сопровождением, грациозно выполнять знакомые физические упражнения под музыку; сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
4. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребёнка: инициативность, творчество, фантазию; поддерживать интерес к физической культуре и спорту.





ПРОДУКТ ПРОЕКТА

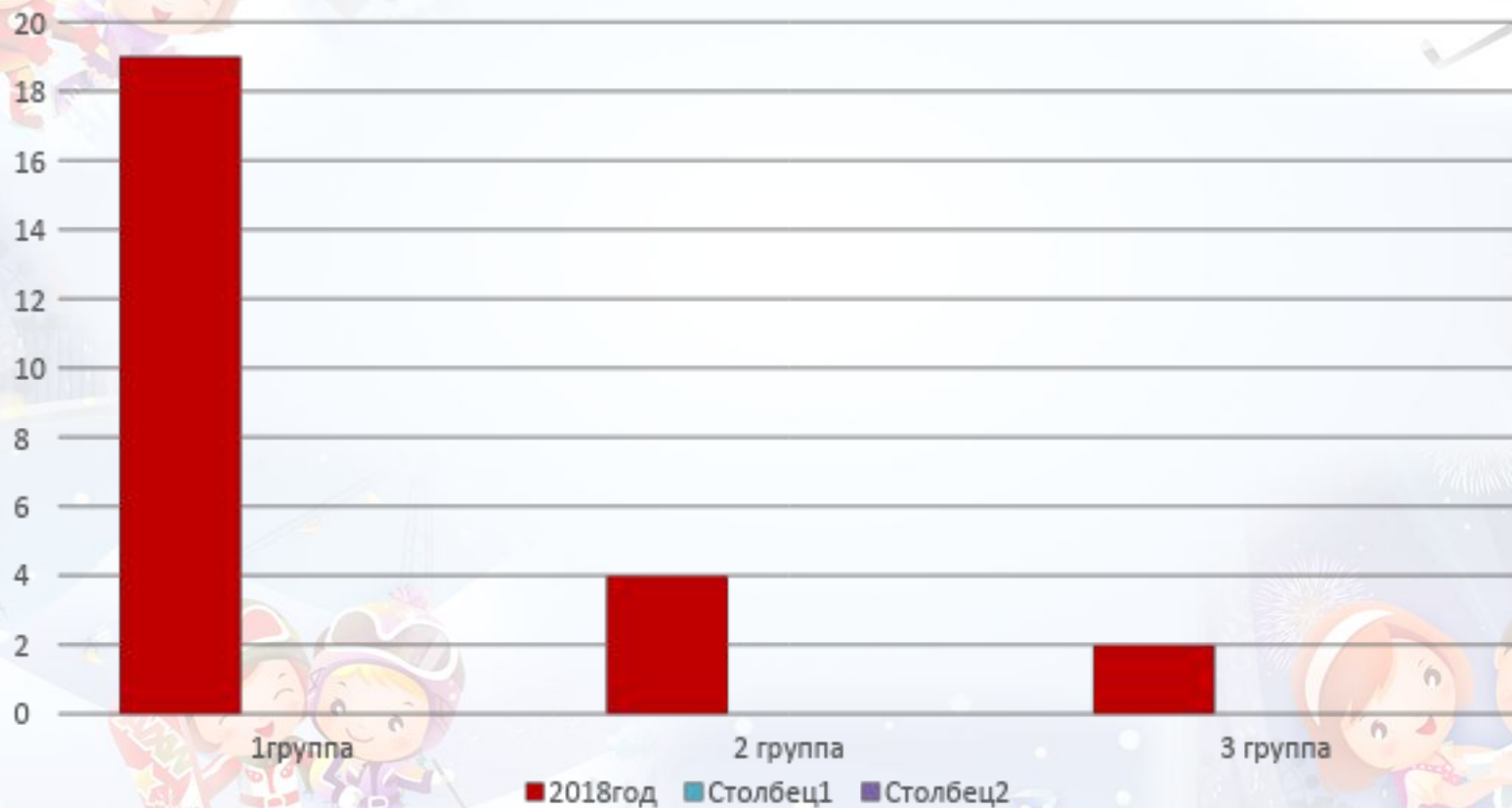
Сформированная активная жизненная позиция семьи по отношению здорового образа жизни.



Ребёнок, у которого сформированы ценности здорового образа жизни.



группы здоровья детей





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

