

**Проект
по здоровому образу жизни
при взаимодействии с родителями**



**Воспитатель:
Пашина В.П. 1 кв. категория**





«Я не боюсь еще и еще раз повторить: 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

**Детям так же, как и взрослым,
Хочется быть здоровыми и сильными,
но они не знают, что для этого надо делать.
Объясним им, и они будут беречься.**

Януш Корчак





Актуальность:

На сегодняшний день в современном обществе, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям, способностям. Постоянно усиливающееся влияние на организм человека разнообразных отрицательных факторов окружающей среды, приводят к ухудшению состояния здоровья детей. Именно поэтому сохранение и укрепление здоровья детей — на сегодняшний день является одной из главных стратегических задач развития страны. В федеральном государственном образовательном стандарте (ФГОС) огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения.

Главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье, как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Важно научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи решаются путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.





Цель: Привлечение родителей к совместной активной деятельности в вопросах физического воспитания. Создание комплексной системы воспитания и развития ребенка, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей. Формирование у родителей и детей ответственности в виде сохранения собственного здоровья.





Задачи:

- Обучение навыкам здоровьесберегающих технологий: формирование у детей знаний, умений и навыков сохранения здоровья и ответственности за него;
- Повышение физкультурно-оздоровительной грамотности родителей;
- Изучение интересов, мнения родителей, их хобби и привлечение к организации физкультурных досугов детей;
- Обогащать детско-родительские взаимоотношения при проведении совместных мероприятий, уделяя при этом особое внимание пропаганде здорового образа жизни, профилактике заболеваний, сохранению и укреплению физического здоровья детей;
- Приобщить родителей к участию в жизни детского сада через пополнение центра физического развития оборудованием, сделанным своими руками.
- Использовать образовательный потенциал родителей для обучения и воспитания детей.





Тип проекта: краткосрочный, познавательно - игровой, групповой.

Участники проекта: дети старшей группы, родители, воспитатели, инструктор по физическому развитию, инструктор по плаванию, музыкальный руководитель.

Сроки реализации: 3 месяца.

Методы, используемые в проекте:

- Организованная образовательная деятельность.
- Совместная деятельность с детьми.
- Самостоятельная деятельность детей.
- Интеграция с другими образовательными областями.
- Взаимодействие с семьей по организации физкультурно-оздоровительной работы.
- Все формы работы, которые позволяют повысить двигательную активность и укрепление физического здоровья детей .





Этапы реализации проекта

Подготовительный этап:

Определение цели и задач проекта:

- Сбор, накопление методического материала по данной теме;
- Разработка комплексно - тематического плана проекта;
- Привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста; индивидуальные беседы и консультации; анкетирование.
- Подготовка атрибутов для подвижных игр и итогового мероприятия;
- Подбор здоровьесберегающих технологий.





Основной этап:

- Утренняя гимнастика;
- Воспитание культурно – гигиенических навыков;
- Дыхательные гимнастики;
- Бодрящая гимнастика после сна;
- Закаливающие процедуры;
- Чтение художественной литературы;
- Беседы о здоровом образе жизни, о соблюдении личной гигиены, о правильном распорядке дня, о правильном здоровом питании;
- Сюжетно-ролевые игры;
- Физкультминутки, пальчиковые гимнастики; динамические паузы
- Подвижные игры



Заключительный этап:

- Физкультурное развлечение с родителями: игра – эстафета «Мы - спортивная семья»
- Деловая игра с родителями: «Мы за здоровый образ жизни»
- Создание нетрадиционного физического оборудования руками родителей.
- Создание родителями фотоальбома: «Здоровый образ жизни в семье»



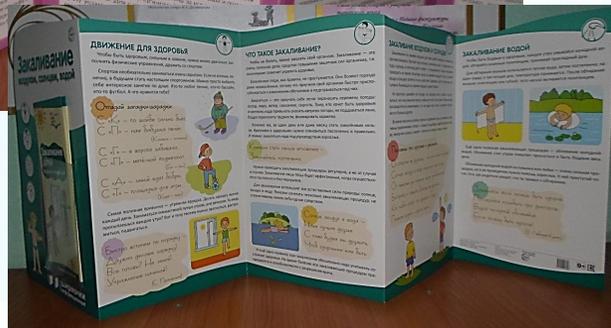


Ожидаемый результат:

- Снижение уровня заболеваемости.;
- Повышение уровня физической подготовленности;
- Сформированность осознанной потребности в здоровом образе жизни;
- Повышение интереса родителей к жизни детского сада;
- Повышение физкультурно-оздоровительной грамотности родителей.



Подготовительный этап:



Основной этап:

















Заключительный этап

Игра – эстафета

«Мы - спортивная семья»



Деловая игра «Мы за здоровый образ жизни»



Здоровый образ жизни семьи Яшагиных





Здоровый образ жизни семьи Саттаровых



Здоровый образ жизни семьи Федоровых



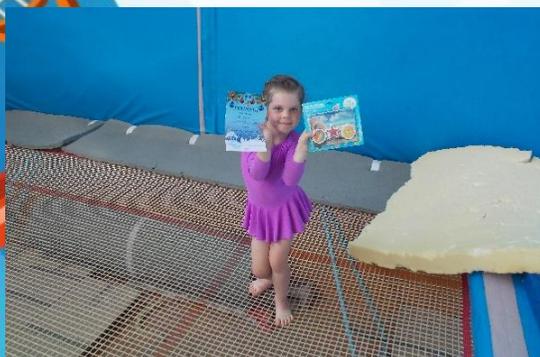
Здоровый образ жизни семьи Головых



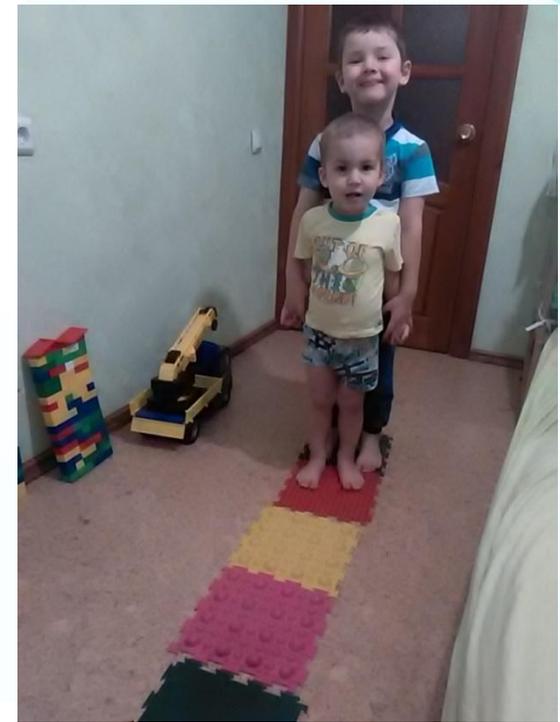
Здоровый образ жизни семьи Беловых



Здоровый образ жизни семьи Махотиных



Здоровый образ жизни Семьи Фаттаховых



Здоровый образ жизни Семьи Власовых



Спортивный инвентарь руками родителей





Заключение:

В итоге можно сказать что, не смотря на сложившиеся экономических причины, занятость на работе родителей при тесном сотрудничестве воспитателей и родителей можно достичь положительных результатов в воспитании здорового ребенка.

Важно поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а так же желание в дальнейшем сохранять и укреплять свое здоровье – это основные составляющие воспитания в семье.

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.

Все родители желают видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым, и большинство прекрасно понимает, что для нормального роста, развития и крепкого здоровья необходимо движение.





**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!**

