

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №9»

Семейный проект
по формированию здорового образа жизни
«Здоровый я — здоровая семья!»

Воспитатель:
Сафонова Юлия Владимировна



Миасс, 2020г.



Актуальность проекта: Дошкольное учреждение и семья призваны с детства заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы.

Цель проекта



Организовать физическое воспитание так, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогало использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья, повышения иммунитета для приобщения к здоровому образу жизни.

Этапы проекта

- 1 этап – Подготовительный
(постановка цели, задач, выбор материалов).
- 2 этап – Планирование деятельности
в решении поставленных задач.
- 3 этап – Оказание помощи
в практической деятельности
- 4 этап – Работа с родителями
(создание коллажей, сочинение стихов...)
- 5 этап – Проведение НОД по теме проекта
«Здоровый я – здоровая семья! »
- 6 этап – Обобщение результатов.
Презентация.





Ожидаемый результат:

1. Создание развивающей среды.
2. Снижение уровня заболеваемости.
3. Повышение уровня физической активности.
4. Полезная привычка взрослых и детей вести здоровый образ жизни.
5. Благотворное влияние на развитие речи и расширение кругозора.
6. Укрепление физических и нравственных качеств.



Физическая активность:



- формирование правильной осанки
- развитие мускулатуры
- укрепление сердечнососудистой системы



Интереснее активно двигаться в соревнованиях и спартакиадах вместе с мамой и папой.

Пальчиковая игра «Репка»

Цель: Развитие мелкой моторики пальцев рук.

Репку мы сажали.

(Пальцами как будто роем лунку на детской ладошке)

Репку поливали.

(Имитируем, как льется вода из лейки)

Вырастала репка,

(выпрямляем постепенно пальчики)

Хороша и крепка!

(Ладонь оставить открытой, пальцы согнуть как крючочки. Крючочками своих пальцев беритесь за крючочки малыша и тяните – каждый в свою сторону)

Вытянуть не можем,

Кто же нам поможет?

Тянем-потянем, тянем-потянем! Ух!

(Расцепили руки, потрясли кистями)



Акция «Дорожку здоровья – в каждую семью!»



Здоровое питание в детском саду сбалансировано, но теперь и родители, и дети знают какие продукты полезны, а какие даже вредны. Почему нужен кислородный коктейль и витамины, которые покупает мама всей семье?!



Непосредственно образовательная деятельность «Мой весёлый звонкий мяч»



СИСТЕМА ЗАКАЛИВАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ:



прогулка



мытьё рук до локтя



возд.закаливание



полоскание горла



возд.ванны перед сном



солнечные ванны



полоскание рта



оксолиновая мазь



ходьба босиком

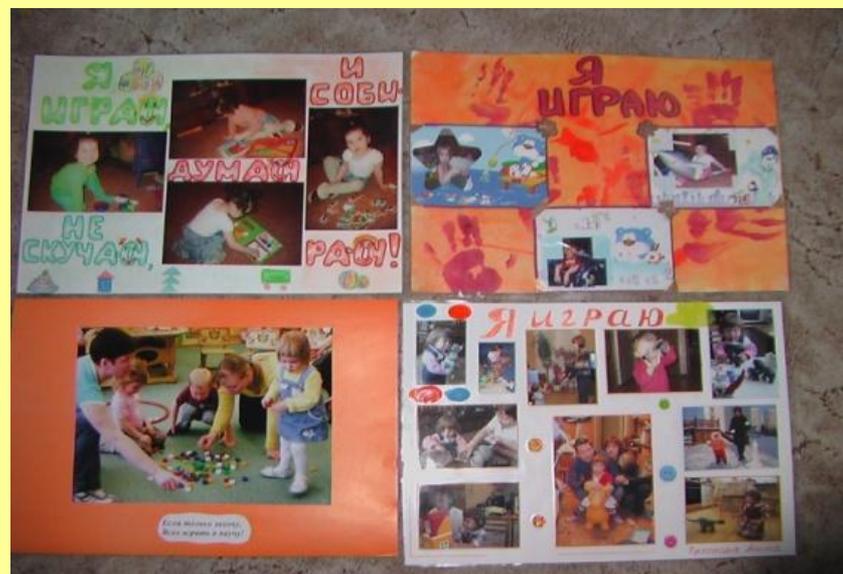


йодно-солевое закаливание

Получение обратной связи от родителей



Самые популярные коллажи на темы:
«Я играю дома», «Олимпийский резерв», «Пальчиковые игры с мамой».



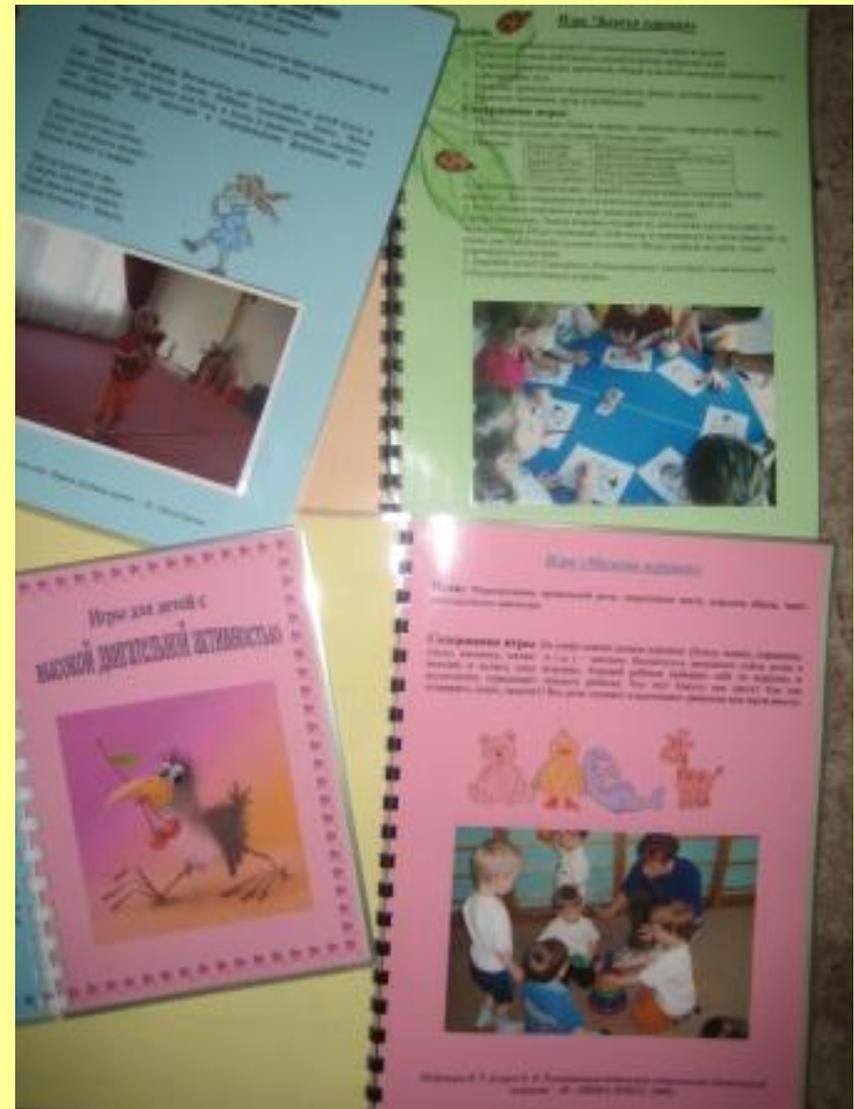
Развивающие игры младших дошкольников



Копилка
пальчиковых игр

Развивающие игры младших дошкольников

Копилка
сюжетно-ролевых и
подвижных игр



Интегрированное занятие для родителей «Су-джок -терапия»

Цель: знакомство родителей с массажем пальцев рук при помощи шарика-колечка..





«Круглый стол» на тему
**«Значение игры и движения в
жизни ребенка»**

«Мастер – класс» по теме
«Развитие мелкой моторики»



Книжки-малышки с пальчиковыми играми



Корректирующая дорожка



Родители, педагоги и специалисты нашего детского сада прикладывают много сил для оздоровления и создания комфортной развивающей среды.

Список используемой литературы

1. Богина Т. Здоровье – прежде всего // Дошкольное воспитание №12,2004.
2. Борисова Е.Б. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.- Волгоград:Панорама,2006.
3. Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: Пособие для родителей и воспитателей.-2-е изд.-М.:АРКТИ,2003.
4. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей.-М.:Просвещение,1986.
6. Голиков Н. Забота о здоровье детей – задача общая //Дошкольное воспитание №6,2005.
7. Доронова Т.Н. и др. Дошкольное учреждение и семья – единое пространство детского развития. - М.:Линка-Пресс,2001.
8. Иванова Е. Релаксационная гимнастика //Ребенок в д/с №1,2006
9. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. - М.:ВАКО,2005.
10. Лукина Л.И. Путь к здоровью ребенка лежит через семью // Управление ДООУ №7,2006.
11. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: 2-е изд., испр. и доп. - М.: АРКТИ,2000.
12. Оздоровление детей в условиях д/с / Под ред. Л.В. Кочетковой. - М.:Т.Ц. Сфера,2005.
13. Рунова М.Помогите ребенку укрепить здоровье // Дошкольное воспитание, №9,2004.
14. Шарманова С.Б.,Бродягина О.Г. Роль родителей в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни // Управление ДООУ №4,2006.

Спасибо за внимание!