

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад №10 «Берёзка»



**Информационный  
практико-ориентированный краткосрочный  
детско-родительский проект  
группы №1 «Росинка»**

**«Быть здоровым – здорово!»**

**Пашкевич Ольга Святославовна  
Бучко Ольга Викторовна  
Воспитатели I квалификационной категории  
2017**

# Паспорт проекта

*Если нельзя вырастить ребенка,  
чтобы он совсем не болел,  
то, во всяком случае, поддерживать у него  
высокий уровень здоровья вполне возможно.*

*Н.М. Амосов, академик*

**Актуальность:** Исследования, проведенные Институтом НИИ гигиены и охраны здоровья детей, научным центром здоровья детей, академией медицинских наук, показывают, что состояние здоровья детей России за последнее время резко ухудшилось, а число здоровых дошкольников составляет всего около 10%. Поэтому сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени.

**Новизна проекта:** Проект «Здоровым быть - здорово» - направлен на создание здоровьесберегающего образовательного пространства в группе, способствующего формированию мотивации всех участников образовательного процесса к здоровому образу жизни. Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации.

# Паспорт проекта

**Обоснование:** В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей являются одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье». Здоровые дети – это будущее страны. Сохранять и укреплять здоровье детей – огромная каждодневная забота родителей и педагогов. Для повышения интереса детей к физической культуре необходимо тесное взаимодействие педагогов с семьями воспитанников. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Современная жизнь перенасыщена нервными перегрузками. Хотим мы или нет, но нам не остановить стремительный темп жизни. Чем более крепким здоровьем мы вооружим наших детей, тем лучше они приспособятся к современной жизни.

**Основная образовательная область :** «Физическое развитие»

**Инновационная направленность:** формирование у детей устойчивого интереса к здоровому образу жизни, желание заниматься физической культурой.

**Тип проекта:** информационный, практико-ориентированный

**Продолжительность проекта:** краткосрочный, 1 месяц (с 01.02.2017 по 06.03.2017)

**По характеру контактов:** открытый, в ДОУ и за его пределами.

**Участники проекта:** воспитанники средней группы №1 «Росинка», воспитатели, инструктор по физической культуре, родители (законные представители).

# Паспорт проекта

**Цель проекта:** сохранение и укрепление здоровья детей, привитие им навыков здорового образа жизни.

**Задачи:** Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников;  
Повышение интереса родителей путём просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, способствовать развитию творческой инициативы родителей.  
Привитие интереса к физкультурным занятиям.  
Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровье сберегающего и безопасного поведения.

**Проектная идея:** Анализ заболеваемости детей нашей группы за IV квартал 2016 года показал высокую заболеваемость воспитанников, данные показатели требует принятия эффективных мер по улучшению здоровья детей. Но как это сделать, какими средствами и путями? Анкетирование родителей детей, которые посещают группу, показало, что родители мало знают о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений, закаливания, подвижных игр. Они зачастую оберегают своих малышей от физических усилий ("не бегай, не прыгай, не лазай, а то упадёшь, посиди"), даже от здорового соперничества в подвижных играх.

В группе есть дети, нуждающиеся в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и интеллектуальных проблем. Данный проект поможет нам организовать среду по укреплению и сохранению здоровья воспитанников, а так же привлечь родителей к совместной работе по данной теме.

# Паспорт проекта

## Принципы реализации проекта:

- 1. Индивидуально-дифференцированный подход:** учёт в процессе деятельности по актуальному вопросу индивидуальных особенностей детей, в частности уровня способности занимать позицию субъекта в активной развивающей, целенаправленной деятельности.
- 2. Принцип научности:** использование в организации работы над проектом образовательной и воспитательной работы разработок современных учёных и исследователей по проблеме здоровье сбережения дошкольников.
- 3. Принцип системности:** непрерывность деятельности вместе рациональным сочетанием различных мероприятий.
- 4. Принцип рефлексии:** предусматривает анализ результатов запланированной деятельности, выявление положительных сторон работы педагога и недоработок; корректировка деятельности в актуальном аспекте в зависимости от полученных результатов.

## Ожидаемые результаты:

- Создание в группе развивающей среды
- Снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей
- Улучшение показателей уровня физического развития воспитанников
- Заинтересованность родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.

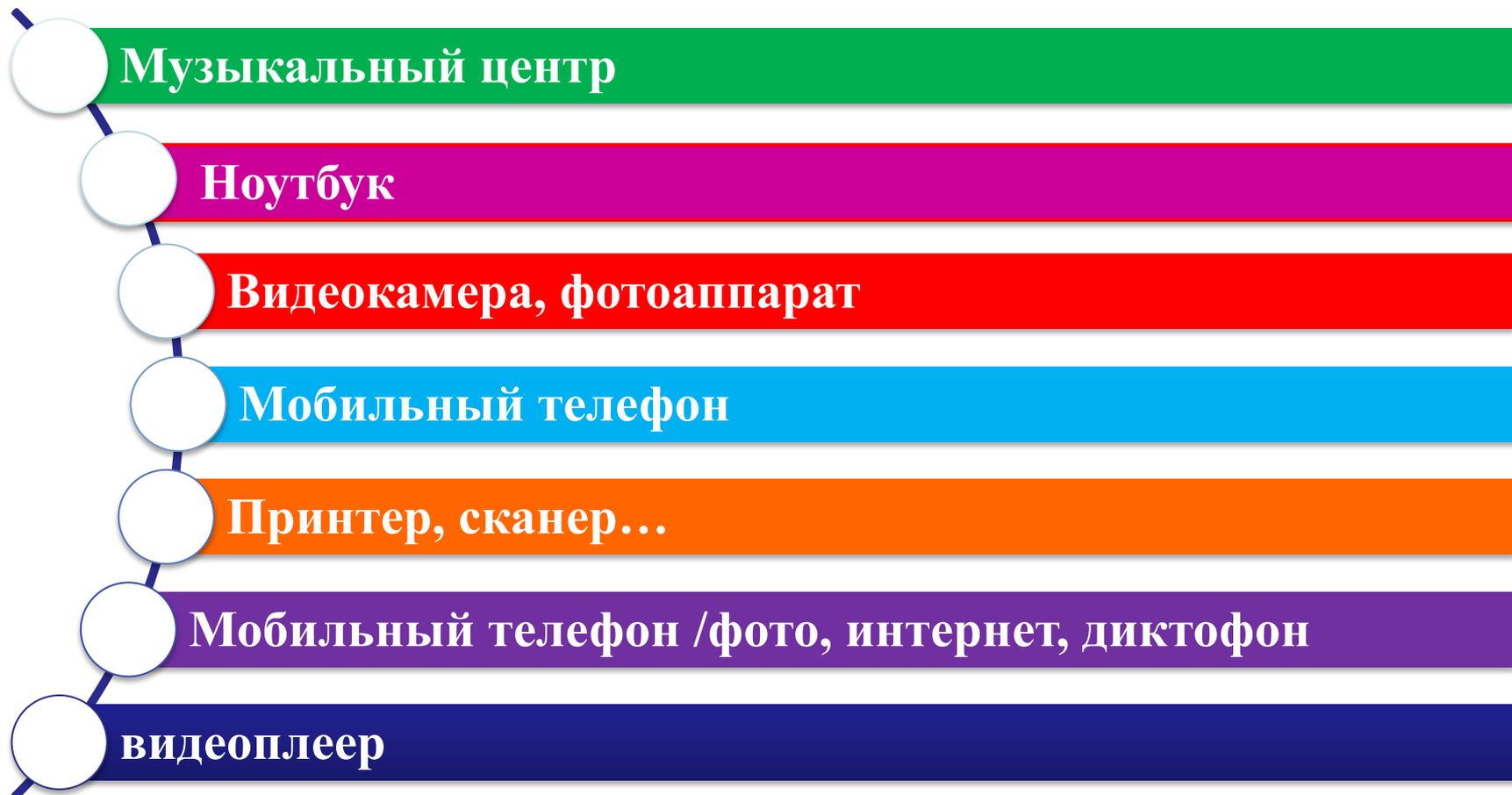
У детей сформируется представление о:

- Сущности понятия “здоровье”.
- Роли правильного питания.
- Значение гигиенических процедур для здоровья.
- Спорт – это жизнь
- Правилах закаливания организма.
- О влиянии физкультуры и спорта на секреты долголетия.

# Интеграция образовательных областей



# Средства ИКТ используемые в реализации проекта:



# Методическое обеспечение проектной деятельности

- Здоровье берегающие технологии в образовании:
- Козина О.Б. «Весёлая физкультура для детей», Ярославль – Академия развития, 2007г.
- Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников», Москва – Гном, 2003г.
- Голомидова С. Е «Физкультура, нестандартные занятия» Волгоград, Торговый дом «Котофей», 2005г.
- Герен С.С «Детская энциклопедия любознательных - СПОРТ», Москва АСТ\* Астель, 2007г.
- Интернет-ресурс: [viki-rdf.ru](http://viki-rdf.ru)
- Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1983.
- Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М., АРКТИ, 2001.
- Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М. : Мозаика-Синтез, 2005.
- Береснева З. И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. М. : творческий центр СФЕРА, 2005.
- Данилина Т. А. Взаимодействие ДОУ с социумом. М. :АРКТИ, 2004.

# План реализации проекта

Срок	Работа с детьми	Работа с родителями	Обеспечение образовательной среды	Ответственные	Предполагаемый результат
<b>Ежедневно</b> Закаливание	-Утренняя гимнастика; -взбадрывающая гимнастика после дневного сна; -Контрастные воздушные ванны; -ходьба босиком; -само-массаж; -проветривание; -водные процедуры; -физкультминутки; -прогулки	-Знакомство родителей с системой закаливания и оздоровления ребёнка в ДОУ (согласно ООП ДОУ) -Как гулять с пользой для здоровья (консультация)	-Пополнение спортивного уголок; - материал для закаливания; -подбор коллекции музыкальной гимнастики -Приобретение оборудования для закаливания массажной дорожки «Морские камешки»	Воспитатели	-картотека взбадрывающей гимнастики; -коллекция музыкальной гимнастики -Оборудование для закаливания «Морские камешки)
<b>Ежедневно</b> Сезонная иммуннокорегурующая профилактика ОРЗ и гриппа (в связи с высоким риском заражения гриппом и ОРВИ (приказ УОиМП от 27.01.2017 №275)	- Фитонезидотерапия (лук, чеснок) - арома-медальоны - кварцевание -проветривание	-Познакомить родителей с приложением к приказу УОиМП от 27.01.2017 №275 о мерах личной профилактики заражения гриппом и ОРВИ -Привлечение родителей к созданию двигательной среды на прогулочном участке. -Привлечь родителей к изготовления арома-медальонов для детей	-Обеспечить группу чесноком	Воспитатели родители	- Уменьшение уровня заболеваемости - Создание среды на прогулочном участке для двигательной активности детей

# План реализации проекта

<p><b>Ежедневно</b> Физическое развитие</p>	<p>-Пальчиковая гимнастика -дыхательная гимнастика -подвижные и малоподвижные игры -музыкальные минутки -динамические паузы -артикуляционная гимнастика -зрительная гимнастика -самостоятельная двигательная активность детей под руководством воспитателя в группе и на прогулке</p>	<p>-«Точечный массаж или волшебные точки» (консультация) -«О пользе физкультуры» -Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т. д.;</p>	<p>-Обеспечение среды для самостоятельной двигательной активности детей в группе и на игровом участке</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>-Картотека пальчиковой гимнастики; -Картотека дыхательной гимнастики -Картотека подвижных игр -Картотека артикуляционной гимнастики</p>
<p><b>В течение месяца</b> Познавательное развитие</p>	<p>Просмотр мультимедийных фильмов из серии «Смешарики», «Мойдодыр», «Утёнок который не умел играть в футбол», «Самodelки спортсмен», «Снежные дорожки» «Спорт, спорт, спорт или Этот упрямый ослик», «Геркулес»</p>	<p>-Анкетирование родителей «Физическое воспитание детей и приобщение их к здоровому образу жизни» -Предложить родителям принять участие в выставке детско-родительских рисунков «Мы любим спорт»</p>	<p>Подобрать мультимедийные фильмы, презентации по теме</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>-Выставка детско-родительских рисунков «Мы любим спорт» -Принять участие в интернет конкурсе творческих работ (рисунков) -Коллекция мультимедийных фильмов по теме</p>

# План реализации проекта

<p><b>В течение месяца</b> Социально-коммуникативное развитие</p>	<p>Беседы: «В здоровом теле – здоровый дух», -«Как стать Геркулесом», -«От простой воды и мыла, у микробов тают силы», -«Шаги воздуха в организме»...; Рассматривание плаката «Тело человека» -Беседа «Как доктор лечит людей»</p>	<p>-Консультация для родителей «Если хочешь быть здоров – Закаляйся» -Оформить уголок здоровья в приёмной</p>	<p>-Оформление дидактического материала «Зимние виды спорта» -Подбор литературы к беседам</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>Дидактический материал «Зимние виды спорта» -Уголок здоровья в приёмной</p>
<p><b>В течение месяца</b> Речевое развитие</p>	<p>-Майододыр -Мышка Аришка в цветных штанишках -Книга сказок о здоровье для детей дошкольного возраста - Шалаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. -«Правила поведения для воспитанных детей»- - Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной» - Крылов А. «Как лечили петуха»</p>	<p>Памятка «Первая ступень здорового образа жизни у детей начинается с гигиены!»</p>	<p>-Подобрать художественную литературу по теме</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>Картотека литературы по теме</p>

# План реализации проекта

<p><b>В течение месяца</b> Художественно – эстетическая деятельность</p>	<p>-Посещение фотовыставки «Мы за активный отдых» -Аппликация «Мишка спортсмен» -Раскраски по теме -Рисование «Полезные овощи и фрукты»</p>	<p>-«Пессимизм и здоровье» (консультация) -«Полезное питание - готовим вместе»</p>	<p>Обеспечение среды для самостоятельной деятельности детей -Участие в выставке нестандартного физкультурного оборудования в ДОУ</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>Работы детей</p>
<p><b>В течение месяца</b> Дидактические игры</p>	<p>-«Собери фигуру человека», -«Пирамида здоровья», -«Удивительное лицо», «Вредно - полезно»; «Малыши крепыши» «Спорт! Парные картинки»</p>	<p>Консультации -«Овощи и фрукты полезные продукты» -«Формирование культуры трапезы в семье»</p>	<p>Подобрать дидактические игры по теме проекта</p>	<p>Воспитатели Родители</p>	<p>Дидактические игры по теме проекта</p>
<p><b>IV неделя февраля</b> Итоговое мероприятие проекта</p>	<p>Спортивное мероприятие совместно с родителями посвящённое 23 февраля</p>	<p>Привлечь родителей к участию в спортивном развлечении для детей посвящённом 23 февраля.</p>	<p>Подготовка конспекта сценария спортивного развлечения посвящённого 23 февраля.</p>	<p>Воспитатели, Инструктор по физической культуре.</p>	<p>Сценарий спортивного мероприятия к 23 февраля -Участие в конкурсе педагогических идей в интернет ресурсах</p>
<p><b>I неделя марта</b> Анализ результативности проекта</p>		<p>Анкетирование родителей Совместно с родителями выявить положительные результаты проделанной работы, проанализировать недостатки;</p>	<p>-Оформление итоговой справки по результатам проекта, -Подготовка материала на сайт ДОУ,</p>	<p>Воспитатели</p>	<p>-Итоговая справка -Материал о результатах проекта на сайт ДОУ, -Фото коллаж для родителей. -Систематизация материалов проекта</p>

# Результаты проекта

Оформлен центр физического развития



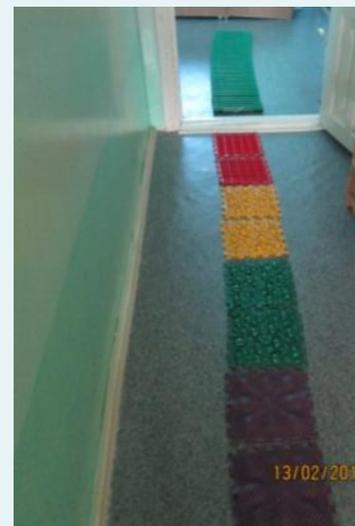
Выставка детско-родительских рисунков «Мы любим спорт»



Оформлены картотека утренней гимнастики, взбадривающей гимнастики, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики, сборник музыкальной гимнастики



Приобретено оборудования для закаливания



# Результаты проекта

Подборка мультфильмов

Мультки  
про здоровье



Изготовили нетрадиционное физкультурное оборудование из бросового материала «Волшебные пенёчки»



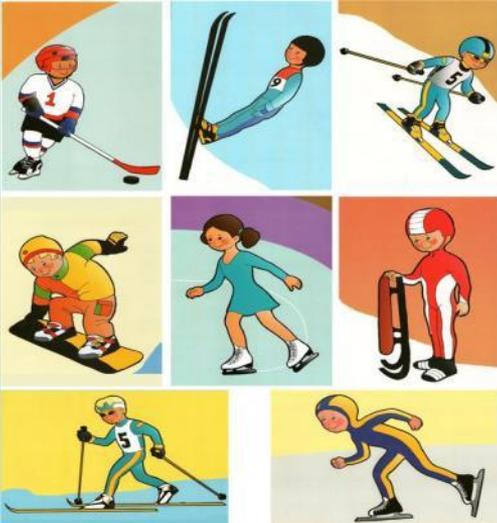
Родители приняли участие в семинаре практикуме по физическому развитию организованном инструктором по физической культуре Курмеевой Н.Н.





# Результаты проекта

## Оформление дидактического материала «Зимние виды спорта»



## Подборка раскрасок



## Обеспечение среды для самостоятельной двигательной активности детей в группе и на игровом участке



# Результаты проекта

Первое место в конкурсе рисунков получил Желунин Данил на интеллектуально - патриотическом портале «Моя победа»



Подборка дидактических игр, демонстрационного материала



Итоговое мероприятие проекта «Вместе с Врунгелем»



# Результаты проекта

В рамках проведения конкурса проектов «За здоровьем в детский сад» среди всех возрастных групп детского сада, с целью сохранения и укрепление здоровья детей, привитие им навыков здорового образа жизни, в нашей группе №1 «Росинка» от 4 х-до 5-ти лет, реализован детско-родительский, краткосрочный проект «Здоровым быть - здорово».

Реализуя проект, мы ставили перед собой задачи: создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников; Повышение интереса родителей путём просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, способствовать развитию творческой инициативы родителей. Привитие интереса к физкультурным занятиям. Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровье сберегающего и безопасного поведения.

Анализируя результаты проекта, мы увидели положительную динамику состояния здоровья детей. Дети стали гибче, выносливее. Появилось качество в технике выполнения движений и выразительность в моторике. У детей появился эмоциональный отклик на физическую активность. Родители и воспитатели стали замечать, что у ребят появилась выносливость в различных видах деятельности, повысилась умственная трудоспособность, усидчивость, они стали выдержаннее и внимательнее. И ещё самое главное то, что улучшилась эмоционально-двигательная сфера ребёнка. У детей начала вырабатываться гордая осанка, в движениях свобода и непринуждённость, появилась естественность и разнообразие в жестикуляции и позах.

У детей усовершенствовались такие интегративные качества личности, как способность управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений о здоровом образе жизни, устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровье сберегающего и безопасного поведения. Ребята ориентированы на здоровый образ жизни, имеют первичные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма.

Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Повысилась активная родительская позиция в потребности дошкольников в движении на свежем воздухе, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка. А в целом родители считают, что здоровье это не отсутствие болезней, а образ жизни. Только здоровый человек по-настоящему радуется жизни. В дальнейшем планируем проводить интересные праздники, утренники, походы в парк, все эти мероприятия учат детей заботиться о своем здоровье, помогают практически применять полученные знания на занятиях.

В заключение можно сделать вывод, что наш проект успешно реализован, работа была плодотворной и эффективной. Позитивный настрой в общем деле, является прочным фундаментом, на котором строилась вся работа педагогов группы с воспитанниками и их родителями. Родители сплотились в общем деле, стали активными участниками педагогического процесса, заинтересованными в здоровье своих детей.

# Проект занял I место в региональном конкурсе «Моя Югра»



Спасибо за внимание!

