

# Проект

эффективного взаимодействия воспитателей с родителями  
при осуществлении физкультурно-оздоровительной  
работы с детьми средней группы.

**«Сохраним свое здоровье»**

**Вид проекта:** информационно- практико-ориентированный,  
коллективный, комплексный.

**Участники проекта:** воспитатели, родители, дети.

**Длительность проекта:** длительный (сентябрь - июнь).

# Актуальность проекта

- В настоящее время идет постоянный поиск методов оздоровления детей в условиях детского сада. **Основная цель** – снижение заболеваемости детей.
- От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и которые им необходимы для эффективного обучения в дальнейшем. Для этого необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое развитие.
- Педагогам необходимо правильно организовать воспитательно-образовательную работу с детьми дошкольного возраста. Надо учитывать возрастные, психологические особенности детей, создавать благоприятные гигиенические условия, оптимальное сочетание разнообразных видов деятельности. Фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве.
- Необходимо так же вести постоянный поиск новых форм взаимодействия с семьей воспитанников.
- Следовательно, возникает необходимость создания такой системы работы, при которой бы происходила интеграция оздоровительной деятельности в образовательную, что в конечном итоге способствовало сохранению и укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию привычки здорового образа жизни.

**Цель:** сохранять и укреплять здоровье детей.

**Задачи:**

- формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни;
- прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;
- повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

## **Ожидаемые результаты:**

- снижение заболеваемости в группе и укрепление физического и психологического здоровья детей;
- позитивные изменения в развитии детей – познание себя через окружающий мир;
- формирование желания заботиться о сохранении своего здоровья;
- знакомство с правилами здорового образа жизни, личной гигиены, гигиены здоровья.
- тесное сотрудничество с родителями;
- повышение грамотности родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

## **Продукт проекта:**

- фоторепортаж совместного творчества воспитателей группы, родителей «Здорово жить, жить здорово!»;
- презентация проекта «Сохраним свое здоровье»;
- оформление папки «Чемпионом можешь ты не быть, а здоровым быть обязан».

# *«Забота о здоровье невозможна без постоянной связи с семьей»*

В.А.Сухомлинский

## **Взаимодействие с семьей:**

- Участие в анкетировании родителей на тему: «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье»;
- предоставление фотоматериалов с комментариями для презентации;
- индивидуальные беседы о спортивных интересах детей, о физических умениях и навыках каждого ребёнка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми;
- участие в спортивных праздниках детского сада;
- знакомство родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома;
- обогащение развивающей среды для развития физических способностей детей, обновление костюмов для сюжетно – ролевых игр;
- участие родителей в работе по оздоровлению детей в детском саду.

## *«Здоровый образ жизни семьи – залог здоровья ребенка»*

### **Консультации для родителей:**

- «Воспитание основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»;
- «Правила безопасности общения детей с компьютером»;
- «Когда и сколько заниматься»;
- «Как приучить ребенка чистить зубы»;
- «Утренняя зарядка для детей»;
- «Рекомендации по укреплению здоровья детей»;
- «Полезные советы по питанию»;
- «Здоровье и питание детей дошкольного возраста.»

# Этапы реализация проекта

## 1. Подготовительный:

- дидактическое и методическое оснащение проекта;
- групповая консультация для родителей о целях и задачах внедряемого проекта (на родительском собрании).

## 2. Практический:

- беседы по развитию представлений о мире и о себе: о своем теле, здоровье, безопасности и эмоциях ( - «Что такое здоровье?», «Мы порядком дорожим – соблюдаем свой режим», «О роли питания для здоровья», «Спорт - это сила и здоровье», «Сохрани своё здоровье сам», «Зачем и как нужно закаляться?», «Что лучше - болеть или быть здоровым?», «Здоровый образ жизни», «Какие виды спорта ты знаешь?»);
- рассказы детей на тему: «Мой любимый вид спорта»;
- экскурсии на кухню и в медицинский кабинет;
- чтение детской литературы по теме, заучивание стихотворений, пословиц, поговорок, потешек о здоровье, рассматривание иллюстраций, альбомов «Летние и зимние виды спорта», о спортивном инвентаре, о режиме дня; пополнение книжного уголка по теме);
- отгадывание загадок о спорте, здоровье, о фруктах и овощах;
- оздоровительные досуги, праздники, развлечения, дни здоровья, игровая деятельность (дидактические, подвижные, сюжетно – ролевые игры);
- изучение ПДД.



# Я здоровье берегу – сам себе я помогу!



Мы зарядкой заниматься  
Начинаем по утрам.  
Пусть болезни нас боятся,  
Пусть они не ходят к нам.



Все микробы и бактерии  
Как огня боятся мыла.  
Нужно ручки с мылом мыть,  
Чтоб здоровенькими быть.  
Знают дети все вокруг:  
Мыло – наш надёжный друг!



Лейся, чистая водичка,  
Ты умой мне чисто личико,  
Шейку, ручки умывай,  
Ничего не забывай!



Чистая вода – для хвори беда!



Мы за столиком сидим,  
Вкусный завтрак мы едим.  
Постарались повара,  
Приготовили с утра.



Чтобы быть ловким, веселым и сильным!  
Всем ребятишкам нужны витамины,  
Сытные каши и свежие фрукты.  
Самые важные в жизни продукты.



В физкультурном зале мы -  
Дружно занимаемся!  
Стать мы сильными - должны!  
Вот мы как стараемся!





Плавание - это прекраснейший доктор.  
Оно позволяет нам не болеть.  
Плавание действует, как витамины,  
И повышает иммунитет.





Тихо-тихо колокольчик  
позвени,  
Всех мальчишек и  
девчонок разбуди.  
Все проснулись,  
потянулись  
И друг другу  
улыбнулись.





# Пальчиковые игры, гимнастика для глаз.



# Мы играем!



Я бегом наслаждаюсь.  
Бегу, бегу, бегу!  
Земли едва касаюсь,  
Как будто я лечу!



## Учимся перепрыгивать через скакалку



Всегда внимательно, с любовью  
Наш доктор лечит вас, ребят.  
Когда поправит вам здоровье -  
Он больше всех бывает рад!





Чтоб здоровым оставаться – надо правильно питаться!



Прием заказа по телефону

«Магазин» (покупаем продукты, полезные для здоровья).



Покупатели толпою  
Целый день к нему идут  
Очень нужен нам с тобою  
Продавца нелегкий труд!





Загорелся красный свет –  
Нам вперёд дороги нет.



Для машины, знают все,  
Есть дороги, есть шоссе.  
Помнит также мал и стар,  
Пешеходам – ТРОТУАР.



*«Мы должны считать потерянным каждый день,  
в который мы не танцевали хотя бы раз.»*

Фридрих Ницше



Будем все здоровы и в саду, и дома!



Семен занимается  
велоспортом  
на велосипедах ВМХ.

Покоряем высоту.



Вкусно и полезно.



Накачиваем мышцы.





Я люблю играть в футбол,  
Забивать в ворота гол!

Я познаю прекрасный подводный мир.



Быть красивыми всегда,  
Помогут солнце, воздух и вода!



Покоряет горы только лишь  
здоровый!





**Чтобы сохранить свое здоровье, мы делаем зарядку и занимаемся физкультурой в воде и на суше.**



Нет меня счастливей в мире  
Самокат мне подарили  
Я катаюсь и смеюсь  
Ничего я не боюсь!



А лошадка-крошка  
Скачет по дорожке:  
Сашеньку катает –  
Маму забавляет





Очень важен спорт для  
всех.

Он – здоровье и успех

## Отдыхаем и здоровье укрепляем!



Бусы красные на ветке,  
Словно яркие конфетки.  
Так заманчиво горят,  
Привлекают деток в сад



Хочу почувствовать и  
впитать силу земли  
русской...

### **3. Итоговый**

- Рекомендации родителям о здоровье в виде памяток
- Фоторепортаж совместного творчества воспитателей группы, детей и их родителей **«Здорово жить, жить здорово!»**
- Оформление папки **«Чемпионом можешь ты не быть, но здоровым быть обязан».**

*«Чтобы сделать ребенка умным  
и рассудительным, сделайте его крепким  
и здоровым: пусть он работает, действует,  
бегает, кричит, пусть он находится в  
постоянном движении!»*

Жан-Жак Руссо

Древний мыслитель Гораций также очень верно сказал:

*«Если не бегаешь, пока здоров,  
придется побегать, когда заболеешь.»*

**Спасибо за внимание!**