

МДОУ «Детский сад «Светлячок»  
п. Калашниково Лихославльского района

**Проект «Будь здоров!»  
в старшей группе**

Автор презентации  
воспитатель высшей категории  
Пантелеева Елена Анатольевна

**Тип проекта:** творческий, информационно – исследовательский.

**Вид проекта:** семейный, групповой.

**Сроки проведения:** сентябрь-май

**Участники:** воспитатели, дети 5 - 6 лет, родители.

**Форма проведения:** Ежедневная профилактическая работа, непрерывная образовательная деятельность, беседы, игровая деятельность, выставка детских рисунков, физкультурные и музыкальные развлечения.

**Актуальность:** *«Здоровье - бесценный дар, потеряв его в молодости не найдешь до самой старости».* Так гласит народная мудрость.

В наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. Статистика бьет тревогу. Многие причины – от нас не зависящие и изменить что – либо не в наших силах.

Но есть одна, на наш взгляд. Очень важно – это формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранении и укреплении своего здоровья.

**Проблема:** незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей, дети не имеют достаточных знаний о здоровом образе жизни.

**Цель:** повысить стремление родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни.

### **Задачи:**

- 1. Дать представление и способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
- 2. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей,
- 3. Дать детям представление о витаминах, их роли в жизни человека.
- 4. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

# Значение взаимодействия с семьей

Чтобы ребенок понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться, следует решать эту задачу с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща.

Если воспитатели и родители будут взаимодействовать, то мы можем добиться полноценных результатов, сохраним молодое поколение здоровым.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

# ***В работе с родителями:***

На начальном этапе разработки проекта было проведено анкетирование родителей «О здоровье всерьез»

По результатам тестирования родителей выявлен низкий уровень сформированности здорового образа жизни у детей. Многие родители не соблюдают режим питания, нарушают режим дневного сна. Следствие нарушения сна ребенка является раздражительность, плаксивость, быстрая утомляемость ребенка. Все это приводит к ослаблению детского растущего организма.

# Взаимодействие ДООУ с семьей

- Непременное условие успешной работы по здоровьесбережению и здоровьеобогащению дошкольников - активное взаимодействие педагогов с родителями воспитанников. Детский сад и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка. Используем информационные стенды для родителей, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры. А также информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДООУ. Не отказываясь от старых, проверенных, традиционных форм, таких как собрания, консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения, стараемся использовать и нетрадиционные формы организации общения с родителями.

# Ожидаемые результаты:

- Реализация проекта позволит сформировать у детей и родителей следующие представления:
  - - что такое здоровье и как его сберечь.
  - - что такое витамины, как влияют на здоровье,
  - - режим дня, гигиена и закаливание,
  - - что такое микробы и как предупреждать болезни,
  - - что такое аптека и для чего она нужна,
  - - лекарственные растения,
  - - вода, какая она бывает и какая полезна для здоровья.

# Во время работы над проектом

Была проведена консультация «Физоборудование своими руками», индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребёнка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.

Наглядность в виде информационных файлов «Народная мудрость гласит..», «Семь условий здорового ребенка», «Питание детей в детском саду и дома», «Формирование культуры трапезы», «Укрепляйте нервную систему детей» и др.

Картотека «Сундучок бабушкиных рецептов»

Была проведена выставка физкультурного оборудования, где высказывались мнения о его важности, значимости в развитии ребенка.

# Результат проекта:

Проект «**Будь здоров!**» разрешил проблему, реализовал поставленные задачи. 91% родителей с огромным желанием заинтересовались физ. оборудованием, изготовленного из бросового материала, выразили желание принять участие в его изготовлении для группы и дома. Родители поделились своими впечатлениями. Родители проявили большую заинтересованность в данном направлении, это выразилось и в желании оказывать помощь разного рода.

Приобщали родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОО (дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья и др.)..

# ***Работа по совместной деятельности родителей и детей:***

Активно привлекали родителей к совместным мероприятиям с детьми: дни семейного отдыха. Интересно и весело прошло спортивное соревнование детей и родителей «Папа, мама, я – спортивная семья».

Семинар – тренинг «В здоровом теле – здоровый дух»



# Совместное развлечение с детьми и родителями в кружке «Семейный клуб»: «Вкусные посиделки».



# «Семейный клуб»: «А ну-ка бабушки»



# Активное участие мам и пап в тематических детских праздниках: «Аты - баты, мы с папой солдаты», «На войне как на войне»



Были организованы увлекательные путешествия в «Страну здоровья» во время деловой игры и мастер-класса.

Для повышения уровня психологической компетентности родителей и снятия психоэмоционального напряжения у взрослых и детей. Для становления эмоционально-благополучного мироощущения каждого ребенка.

# Деловая игра «Если хочешь быть здоров»



# Мастер - класс «Смешные рожицы»



# Выполнение проекта:

## ДЕВИЗ:

Физическое воспитание – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость.

- **1 этап**
  - **Постановка проблемы**
  - Предложить детям рассмотреть картинку, где изображён больной ребёнок.
  - - Что вы видите на картинке?
  - - Как вы думаете, почему он заболел?
  - - Ребята, а знаете ли вы, что надо делать, чтобы не болеть?
- **2 этап**
  - **Ввод в игровую ситуацию.**
  - А поможет нам в этом разобраться доктор Айболит. Он живёт в нашей группе, в уголке «Больница»

***В работе с детьми проводилась***  
ежедневная оздоровительная работа: утренняя  
разминка, гимнастика пробуждения, дорожка  
«здоровья», физкультурные занятия, подвижные и  
спортивные игры.



Приобщали детей к здоровому образу жизни с помощью проведения пальчиковой и дыхательной гимнастики, самомассажа.



Учили детей заботиться о своем здоровье: для этого провели занятия из серии «Здоровье», беседы.

Чтение произведений  
«Мойдодыр» К.  
Чуковский, «Больн» Ю.  
Яковлева, «С человеком  
беда» Ю. Синицина.  
Просмотр фильма о  
докторах и мультфильма  
«Доктор  
Айболит». Заучивание  
поговорок, пословиц о  
здоровье.  
Рассматривание  
иллюстрированного  
материала по теме.



# Показали социальную значимость медицины:

Посещение  
медицинского  
кабинета в детском  
саду, изготовление  
атрибутов для  
сюжетно –ролевых игр  
«Поликлиника»,  
«Аптека», «Скорая  
помощь», «Больница».



Воспитывали интерес к навыкам трудовой деятельности по самообслуживанию , соблюдению чистоты в группе и на территории детского сада.



**Результаты реализации проекта показали снижение заболеваемости воспитанников на 21%, посещаемость повысилась на 10%.**

**Мы стремимся к полной реализации, в жизни каждого ребенка, трех моментов:**

**достаточной индивидуальной умственной нагрузки**

**обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений**

**полное удовлетворение потребности в движении**