

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Основная общеобразовательная школа № 3  
г. Сосновоборска (дошкольные группы)



**Долгосрочный проект**  
**Практико-ориентированный**  
**«Формирование привычки ведения**  
**здорового образа жизни**  
**у семей воспитанников»**

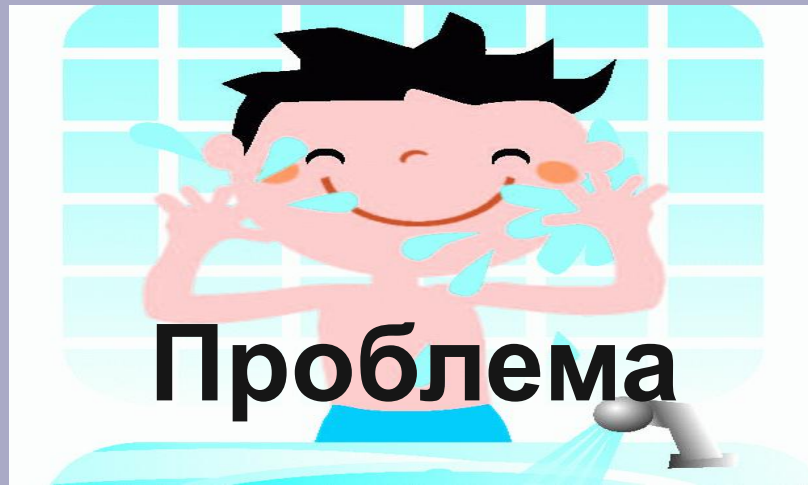
**Средняя группа «Б» «Кораблик»**  
**Воспитатель: Любарец Елена Валериевна**



## Актуальность проекта



**Основы здоровья закладываются с самого раннего возраста, поэтому воспитателям и родителям необходимо приложить совместные усилия для закрепления у детей необходимых навыков и знаний. Для успешности формирования здорового образа жизни важно привлечение родителей к воспитательному процессу в детском саду, вестивалеологическое просвещение родителей.**



**Как показало анкетирование,  
у большинства семей  
воспитанников не  
сформирована привычка  
ведения здорового образа  
жизни, что в будущем может  
существенно отразиться на  
здоровье детей.**



## Цель проекта

**Сформировать у семей воспитанников привычку ведения здорового образа жизни через привлечение родителей к участию в образовательном процессе.**



## Задачи

**Познакомить семьи воспитанников с основными нормами и правилами ведения здорового образа жизни.**

**Привлечь родителей к участию в образовательном процессе.**

**Сформировать у детей и их родителей привычку ведения здорового образа жизни.**



# Участники проекта



Целевая аудитория  
— семьи воспитанников.

Исполнители проекта –  
воспитатель, инструктор по  
физическому воспитанию, мед.  
сестра дошкольных групп, семьи  
воспитанников.



# Ресурсы:

1. Информационно-методические  
(медико-педагогическая литература, сайт детского сада, сайты по вопросам валеологии, аудиозаписи для утренней гимнастики, уголок родительской информации)
2. Человеческие  
(консультации специалистов)
3. Временной



# Стратегия и механизмы достижения поставленных целей

**Стратегия** – только совместная работа сотрудников детского сада и семей воспитанников может привести к положительному результату.

**Механизмы** - родительские собрания, памятки, стенды, «уголок здоровья», тематические утренники, совместные физкультурные праздники, открытые занятия, личный пример воспитателя.





## План реализации проекта

### 1 этап. Подготовительный:

- изучение медико-педагогической литературы
- анкетирование родителей по данной проблеме
- уточнение данных о здоровье детей
- разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий.

### 2. этап. Основной:

- профилактические мероприятия (родительские собрания, памятки, стенды, уголок здоровья)
- оздоровительные мероприятия (утренняя гимнастика, НОД по фк, дыхательная, пальчиковая, зрительная гимнастика, тематические утренники, совместные физ. праздники, открытые занятия)

### 3 этап. Заключительный:

- физ.праздник с участием родителей «Здоровье – главное богатство»
- создание банка методических разработок
- творческая выставка «Здоровая семья – счастливый ребенок»
- викторина для детей и родителей
- анкетирование родителей





## Краткосрочные и долгосрочные результаты

### Краткосрочные:

- Семьи воспитанников получают информацию о пользе ведения здорового образа жизни.
- Начнут принимать активное участие в проводимых детским садом мероприятиях по сохранению и укреплению здоровья.

### Долгосрочные:

1. Дети и их родители начнут самостоятельно и вне стен детского сада вести здоровый образ жизни, то есть у них сформируется привычка к ведению здорового образа жизни.





# Оценка эффективности реализации проекта

1. Анкетирование родителей по вопросам здоровьесбережения.
2. Викторина для семей воспитанников.
3. Анализ посещаемости и заболеваемости в группе.
4. Анализ участия родителей в проводимых детским садом физкультурно-оздоровительных мероприятиях.



## Оценка рисков

1. Для формирования любых привычек, в том числе и привычки вести здоровый образ жизни, необходимо время.

2. Не все семьи готовы отказаться от вредных привычек и начать вести здоровый образ жизни, даже по истечению определенного промежутка времени.





# Дальнейшее развитие проекта

После окончания проекта наша работа по здоровьесбережению с семьями воспитанников будет продолжена в следующих направлениях:

1. Ознакомление с основами рационального питания.
2. Закаливание детей.
3. Выработка навыков личной гигиены.
4. Профилактика и устранение вредных привычек.
5. Занятие физической культурой, совместные физкультурные праздники и досуги.
6. Совместное изготовление наглядных пособий для «Уголка здоровья».