

# Проект на тему:

**Здоровые дети - в  
здоровой семье**



 MyShared





## **Участники проекта:**

**-воспитатели группы:**

**Кожохина С.В.,**

**Мелихова И.В.**

**-дети группы №8;**

**-родители**

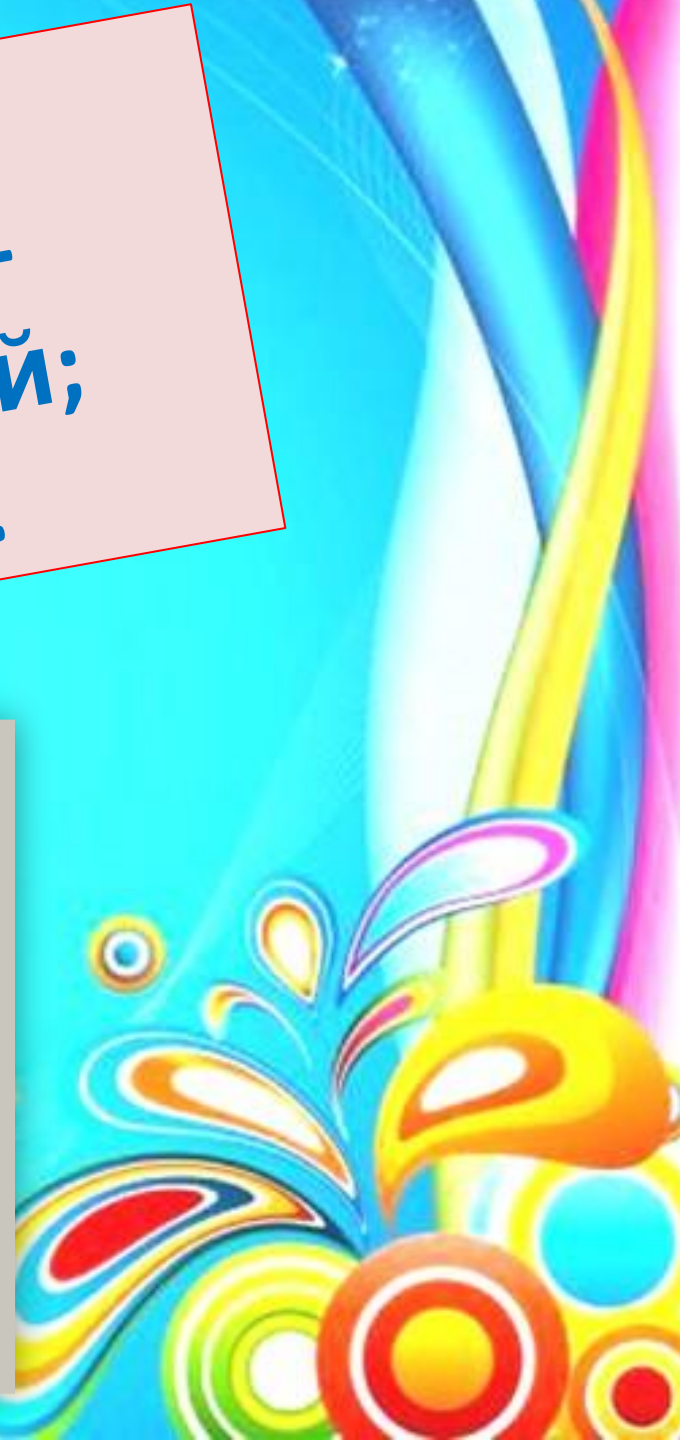
**воспитанников;**

**-медицинские работники;**

**-инструктор ЛФК**



**Вид проекта :**  
**информационно-  
оздоровительный;**  
**долгосрочный.**



## АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ:

На сегодняшний день вопросы физкультурно-оздоровительной работы являются наиболее актуальными в деятельности любого дошкольного учреждения, так как именно в дошкольном возрасте закладываются основы хорошего здоровья и полноценного физического развития.

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в детском саду.

Большое внимание уделяется формированию правильной осанки, двигательных навыков, координации движений, пространственного ориентирования, развитию физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, гибкости, силы, а также привитию культурно-гигиенических навыков и интереса к физическим упражнениям, что способствует формированию моральных качеств, волевых черт личности, ведению здорового образа жизни. Взаимодействие ДООУ и семьи – это объединение общих целей, интересов и деятельности в плане развития гармоничного и здорового ребенка. Совместная работа строится на принципах добровольности, компетентности, современности, единства, системности и последовательности, преемственности и индивидуального подхода к каждому ребенку и каждой семье.

Но при этом существует проблема незаинтересованности родителей в организации двигательной деятельности детей. При изучении данной проблемы становится ясно, что это происходит из-за:

- ✓ неосведомленности родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми;
- ✓ недостаточности знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста;
- ✓ нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми;
- ✓ невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье.

# «ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК»

(Кодекс здоровой семьи воспитанника ДОУ)

По определению Всемирной организации здравоохранения, **здоровье** – это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

## **Факторы, влияющие на состояние здоровья:**

20% - наследственность

20% - экология

10% - развитие здравоохранения

50% - образ жизни

**Закон РФ «Об образовании»** гласит: «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка»

Забота о здоровье ребёнка и взрослого стала занимать во всём мире приоритетные позиции.

**Здоровье рассматривается как главная ценность жизни человека.**

**В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребёнка**, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

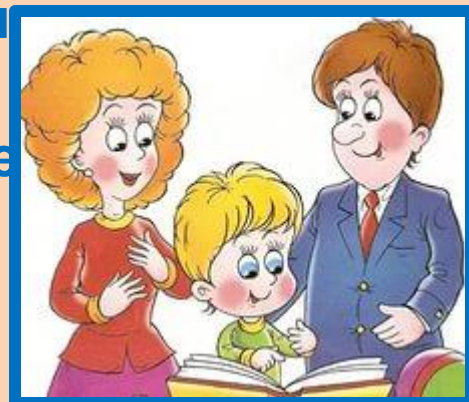


## Цель проекта:

Повышение стремления родителей  
(законных представителей)  
использовать двигательную деятельность  
с детьми для формирования основ  
**здорового образа жизни**, которую  
было решено осуществить в рамках  
проекта  
**«Здоровые дети в здоровой семье».**



- Дать представления родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
- Просвещать родителей с целью повышения педагогической культуры .
- Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
- Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.
- Помочь родителям организовать с детьми группы оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации здоровья , поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Формировать активную позицию родителей в оздоровление детей, повышать их степень участия в педагогическом процессе.
- Гармонизировать детско-родительские отношения



# Этапы проекта:

## 1 этап-подготовительный (сентябрь-октябрь 2014):

- проведение и анализ мониторинга физического развития и заболеваемости детей;
- анкетирование родителей воспитанников;
- изучение методической литературы;
- подбор материала для рекомендаций родителей по теме «Здоровый образ жизни».

## 2 этап-основной (ноябрь 2014- март2016)

- оздоровление дошкольников в МАДОУ;
- оздоровление дошкольников в семье в домашних условиях через проведения активных выходных с пользой для здоровья;
- активное участие в совместных спортивных мероприятиях родителей с детьми, в рамках проекта «Здоровые дети в здоровой семье».

## 3 этап-заключительный (апрель-май 2016):

- проведение мониторинга физического развития и заболеваемости детей;
- оценка уровня оздоровления детей;
- оценка уровня вовлечения родителей в здоровый образ жизни в семье и в оздоровлении детей;
- определение перспектив работы.





# Взаимодействие детского сада и

## семьи:

- Анкетирование родителей, беседы, консультации на тему «ЗОЖ»;
- наглядная агитация: буклеты, памятки, стенды, папки-передвижки;
- встречи со специалистами;
- просмотр открытых мероприятий в ОО «Физическое развитие»;
- совместные спортивные мероприятия с родителями;
- просмотр презентации «Физкультура и оздоровительная работа в группе» на родительском собрании.



## Что же могут сделать родители для приобщения детей к здоровому образу жизни?

- ✓ Постоянно следить за состоянием своего здоровья и здоровья своих детей
- ✓ Обеспечивать полноценное и рациональное питание семьи (обращать внимание на полезность, калорийность и режим питания)
- ✓ Осуществлять заботу о повышении иммунитета членов семьи (принимать витамины, особенно в зимнее – весенний период и во время массовых заболеваний). Употребление витаминов снижает риск заболеваний в 2 раза.
- ✓ Соблюдать режим в семье в выходные создавать условия для прогулок - 2 раза в день от 2 до 4 часов; для дневного сна детей)
- ✓ Обеспечивать здоровую гигиеническую обстановку (регулярно проветривать помещение, делать влажную уборку, следить за достаточным освещением и влажностью, обучать ребёнка уходу за своим телом: с 3 лет дважды в день чистить зубы, полоскать рот после приёма пищи, ежедневно принимать душ, менять нательное бельё)
- ✓ Осуществлять закаливание в семье
- ✓ Создавать благоприятную психологическую атмосферу в семье (не выяснять отношения между взрослыми членами семьи при детях). В счастливых семьях заболеваемость даже в периоды эпидемий в несколько раз ниже.
- ✓ Активно заниматься физкультурой и спортом (делать утреннюю гимнастику, активно проводить отдых, чередовать виды деятельности, не допускать переутомления детей)
- ✓ Формировать у детей интерес к оздоровлению собственного организма, пониманию того, что здоровье – это главная ценность человека. Учить ребёнка жить в гармонии с собой и окружающим миром.
- ✓ Не иметь вредных привычек, а при их наличии – избавляться, так как они пагубно влияют на детский организм. У курящих родителей, например, дети гораздо чаще болеют бронхолёгочными заболеваниями.
- ✓ Осуществлять активное взаимодействие с ДООУ по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

**-Повышение активности родителей в формировании ЗОЖ в семьях.**

**-Изменение отношений родителей к оздоровлению детей в домашних условиях.**

**- Снижение заболеваемости детей.**

**-Активное участие в совместных спортивных мероприятиях с детьми в детском саду,**

**в проектной деятельности на тему**

**«Здоровые дети в здоровой семье».**

# Участие родителей в проекте:

2014 год	2015 год	2016 год
8 семей-33%	12 семей-50%	20 семей



**ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ –  
ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК**

## Нормативно – правовая база:

1. Конвенция о правах ребёнка.
  2. Закон РФ «Об образовании в РФ».
  3. Приказ министерства образования и науки РФ « ФГОС ДО».
  4. СанПин.
  5. Программа «Физическая культура - дошкольникам»/ Л.Д. Глазырина
- Методическая литература:**
6. «Формирование здорового образа жизни ребёнка дошкольника» Т. Г. Карантова.
  7. «Здоровье ребёнка в ваших руках» С.Н. Мартынова.
  8. «Воспитание здорового ребёнка» М.Д. Маханёва



# Итог:

Не отделяйте здоровый образ жизни ребенка от здорового образа жизни взрослого, ведь только в здоровой семье воспитывается здоровый человек.



# Будьте здоровы!



**Спасибо за внимание!**

