

«Наше здоровье в наших руках»

Проект с детьми средней группы



(Проект эффективного взаимодействия воспитателей с родителями при осуществлении физкультурно-оздоровительной работы с детьми)

*подготовила:
воспитатель МБДОУ прогимназии «
Сезам».*

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.



Описание проекта

Тип проекта: информационно - практико-ориентированный.

Участники проекта: воспитатели группы, родители детей и педагоги дополнительного образования.

Сроки выполнения проекта:

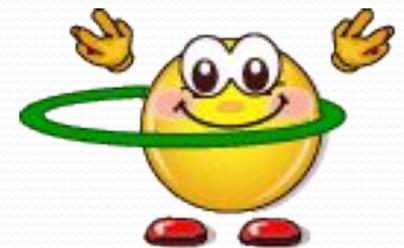
Начало: январь 2013 г.

Окончание: апрель 2013 г.

Продолжительность: 4 месяца

Объект исследования: процесс оздоровления детей в средней группе МБДОУ прогимназии «Сезам»

Предмет исследования: традиционные и нетрадиционные виды оздоровительной работы как наиболее эффективные средства оздоровления детей среднего дошкольного возраста.



ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

Снижение заболеваемости, сохранение и укрепление здоровья детей среднего дошкольного возраста.



ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- 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.



Этапы реализации проекта:

1. Организационно-подготовительный (январь-февраль)



2. Внедренческий (февраль-март)



3. Заключительный (апрель-май)



Организационно-подготовительный этап

- **Наблюдения за детьми. Анализ проблемы.**
- **Изучение методической литературы по теме «Здоровье», «Традиционные и нетрадиционные средства оздоровления детей дошкольного возраста».**
- **Работа с периодическими изданиями «Дошкольное воспитание», «», «Дошкольное образование», «Дошкольная педагогика».**
- **Консультации родителей: Как с пользой для здоровья провести выходные с семьей»,» Режим дня»,» Как сохранить здоровье ребенка».**
- **Разработка проекта по теме «Наше здоровье в наших руках».**
- **Экскурсии и целевые прогулки.**
- **Изготовление нетрадиционного оборудования в соответствии с темой проекта.**
- **Беседы**
- **Рассматривание иллюстраций, репродукций, картин и т. п.**



Внедренческий этап

1. **«Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!...»** (психоэмоциональные игры; игры- упражнения для выработки правильной осанки; игры для двигательной активности; оздоровительные игры, игровая терапия, закаливание).
2. **«Окошки в мир»** (НОД по развитию представлений о мире и о себе).
3. **«Своими руками»** (совместная продуктивная деятельность детей и родителей).
4. **«Полочка здоровья»** (чтение детской литературы, заучивание стихотворений, потешек).
5. **«Путешествие в страну здоровья!»** (оздоровительные досуги, праздники, развлечения, дни здоровья, тематические прогулки, игровая деятельность).
6. **«В помощь родителям!»** (информация, фотовыставки, опросы, анкетирование, родительские собрания, консультации.)



1. «Если хочешь быть здоров...»

ЗАДАЧА: Использование различных методов оздоровления детей в соответствии с возрастом, индивидуальными особенностями детей и пожеланиями родителей.



«Если хочешь быть здоров...»

1. **Консультация для родителей «Как сохранить здоровье ребенка»**
2. **Традиционные методы закаливания**
3. **Опрос родителей «Что Я знаю о здоровье?»**
4. **Нетрадиционные средства оздоровления детей**
(оздоровительные игры, игры, которые лечат, игровая терапия, упражнения – игры при болезнях носа и горла, «погодный массаж», гимнастика для пальцев ног, массаж стоп)



Традиционные методы закаливания в средней группе:

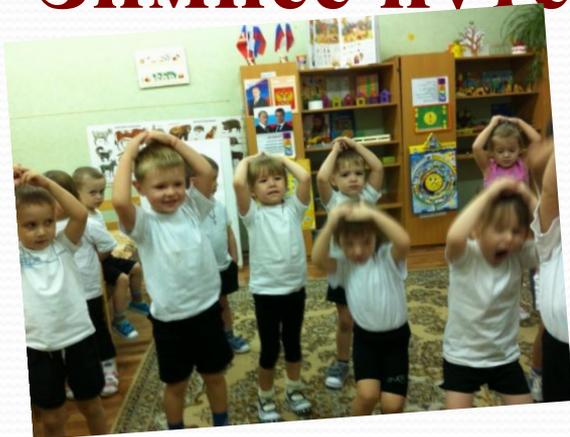
1. Утренняя гимнастика.
2. Одежда в группе и на улице по погоде.
3. Прогулки каждый день с подвижными играми.
4. Сон без маек (с учетом температуры воздуха в группе и пожеланиями родителей).
5. Хождение босиком до и после сна.
6. Гимнастика и хождение по ребристым дорожкам.
7. Фитонциды – лук, чеснок.
8. Умывание холодной водой.



Традиционные методы закаливания в средней группе:



Нетрадиционные физкультурные занятия» Будем спортом заниматься! Зимнее путешествие смешариков»



Игровая терапия

Упражнения на поверхности воды и песка, связанные с тактильно – кинестетической чувствительностью, снятием эмоционального напряжения



«Окошки в мир!»

Планирование НОД по развитию представлений о мире и о себе.
Познакомить со строением органов зрения и слуха, рассказать о значимости этих органов

1. Познай себя!
 2. Это я!
 3. Органы чувств (глаза, уши, нос).
 4. Для чего нужны глаза, уши?
 5. Органы слуха, вкуса, обоняния (уши, рот – язык, нос).
1. Для чего нужны зубы?
 2. Сочинение сказки «Чтобы глазки видели, чтобы ушки слышали».
1. Экскурсия в медицинский кабинет детского сада.
 1. Как быть здоровым?



«Творческая мастерская»

ЗАДАЧА: Проведение оздоровительной работы с детьми и обогащение развивающей среды в группе при взаимодействии воспитателей, детей и их родителей.

«Своими руками»

1. Пополнение Центра Здоровья в группе.
2. Коллективные и индивидуальные работы детей по теме: «Здоровье и нездоровье»
3. Создание развивающей среды для развития мелкой моторики рук.
4. Изготовление информационного центра здоровья для родителей.
5. Планирование занятий по продуктивной деятельности (рисование, лепка, аппликация).

«Починка здоровья»

- воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы;
- использовать русские народные потешки, приговорки, пестушки при умывании, расчесывании и заплетании волос девочкам;
- заучивать стихотворения о здоровье.



«Путешествие в страну здоровья»

ЗАДАЧИ:

- воспитывать бережное отношение к своему и чужому здоровью;
- развивать двигательную активность детей;
- создавать психологический и эмоциональный комфорт в группе.

«Путешествия в страну

здоровья»

1. Дни здоровья
2. Тематические прогулки
3. Игровая деятельность:
 - Дидактические игры
 - Сюжетно-ролевые
 - Подвижные
4. Оздоровительные минутки
 - Пальчиковые игры
 - Физминутки

«В помощь родителям!»

ЗАДАЧИ:

- знакомить родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома;
- привлекать родителей к работе по оздоровлению детей в детском саду.

«В помощь родителям!»

- 1. Консультация для родителей « Как с пользой для здоровья проводить выходные дни» , « Режим дня»**
- 2. Информация «Утренняя зарядка для детей», «Советы по укреплению здоровья детей», «Как приучить ребенка чистить зубы», «Полезные привычки», «Здоровье и питание детей дошкольного возраста».**
- 3. Родительские собрания.**
- 4. Творческая деятельность родителей.**

Заключительный этап

- мониторинг уровня заболеваемости;
 - показ непосредственно образовательной деятельности на родительском собрании (май);
 - фотоколлаж «За здоровьем в детский сад» (апрель);
 - выставка детских рисунков;
- фотоальбом совместного творчества воспитателей группы, детей и их родителей «Хочешь быть здоровым- двигайся!''.

Информационная база проекта:

- Здоровьесберегающее пространство а ДОУ, Н.И. Крылова, издательство «Учитель», 2009г.
- Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Е.Н.Крылова,М, «Просвещение», 1981г.
- Играем с малышами. Григорьева Г.Г., М.,2003г.
- Учимся быть здоровыми, Л.А.Теплякова, С.З.Шишова,М. 2001г.,
- Занимательная физкультура в детском саду К.К. Утробина.- М.: ГНОМ и Д.,2005г.,
- Оздоровительная гимнастика для детей(3-7лет), Л.И. Пензулаева.- М.: Владос,2002г.
- Прогулки в детском саду. И.В. Кравченко,Т.Л. Долгова,М.,2011г.,
- Технология проектирования в ДОУ. М.: Сфера, 2006г.,