

МАДОУ детский сад комбинированного вида №115

Проект «Мама, Папа, Я-здоровая семья»

Составитель: Воспитатель Заякина Л. Ю.



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 ДОО 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.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА :

- ▶ Повысить педагогическую компетентность родителей по использованию двигательной деятельности с детьми для формирования основ здорового образа жизни, и осуществить в рамках группового проекта «Мама, папа, я-здоровая семья».

▶ ЗАДАЧИ:

- ✓ Дать родителям представление о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.
- ✓ Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей группы.
- ✓ Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми.
- ✓ Заинтересованность родителей укреплять здоровый образ жизни в семье- через здоровое, полезное питание.
- ✓ Познакомить родителей с формами и методами работы нашего МБДОУ по полноценному физическому развитию детей.
- ✓ Познакомить родителей с методами обучения ребёнка двигательной активности, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.
- ✓ Помочь родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации и здоровья, поведенческих навыков здорового образа жизни.
- ✓ Создание оптимального режима дня, обеспечивающего комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

- ▶ **1 этап – диагностический:** включает в себя анализ показателей физического развития детей.
- ▶ **2 этап - организационный:** включает в себя совершенствование содержания предметно-игровой среды группы, насыщение развивающим материалом по физическому развитию.
- ▶
- ▶ **3 этап - практический:** этот этап строится на основе использования методик по охране и укреплению здоровья, ориентируясь на знания и личный опыт детей и родителей.. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

I этап: Диагностическое направление

- ▶ *Комплексная диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами, а также изучение мнения родителей :*
- ▶
- ▶ 1. Осмотр детей специалистами детской поликлиники, выявление группы здоровья детей.
- ▶
- ▶ 2. Регулярный осмотр детей педиатром и старшей медсестрой ДОУ.
- ▶
- ▶ 3. Выявление нарушений двигательной активности, координации движений в беседах с родителями и непосредственно на занятиях в детском саду.

2 этап - Организационный:

- ▶ **Направления работы во II этапе:** Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, заложенные в реализуемой программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Веракса.
- ▶ 1. Организация деятельности по формированию здорового образа жизни.
- ▶ 2. Укрепление здоровья дошкольников средствами физической культуры. Взаимосвязь с другими видами деятельности.
- ▶ 3. Оздоровительно–профилактическое направление.
- ▶ 4. Сохранение психического здоровья детей.
- ▶ 5. Работа с родителями.

3 этап - Практический

► Решение задач :

- ✓ физкультурные занятия в зале и одно на улице;
- ✓ профилактическая гимнастика (утренняя, дыхательная, профилактическая гимнастика (самомассаж); корригирующая гимнастика, улучшение осанки, коррекция плоскостопия, глазная гимнастика) с детьми;
- ✓ гимнастика пробуждения, «дорожка здоровья»;
- ✓ самостоятельная двигательная активность;
- ✓ музыкальные занятия;
- ✓ динамические паузы;
- ✓ физкультминутки;
- ✓ лого ритмика;
- ✓ пальчиковые игры,
- ✓ артикуляционная гимнастика;
- ✓ праздники, развлечения, досуги

► Гигиена, режим

- ✓ подбор мебели согласно ростовым показателям;
- ✓ проветривание помещения,
- ✓ прогулка на воздухе в любое время года;
- ✓ соблюдение теплового режима.

Взаимодействие детского сада и семьи

- ▶ - наблюдение, беседа;
- наглядная агитация по ЗОЖ (стенды, папки передвижки и др.);
- встречи со специалистами ДООУ (педагог-психолог, музыкальным работником, педиатром, ст. медсестрой и др.) индивидуально по запросу;
- совместные мероприятия.



Сели кружком-поговорим ладком

- Использовались **беседы** с детьми: «Наши верные друзья»; «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»; «Чистота – залог здоровья»; «На зарядку становись»; «Полезные и вредные привычки»; «Лето красное – для здоровья время прекрасное». «Забочусь о своем здоровье» «Учимся ухаживать за собой» «Физкультура – УРА!»

Конструирование:

«Строительство спортивного комплекса» «Лесенка» «Качели»



В здоровом теле-здоровый дух



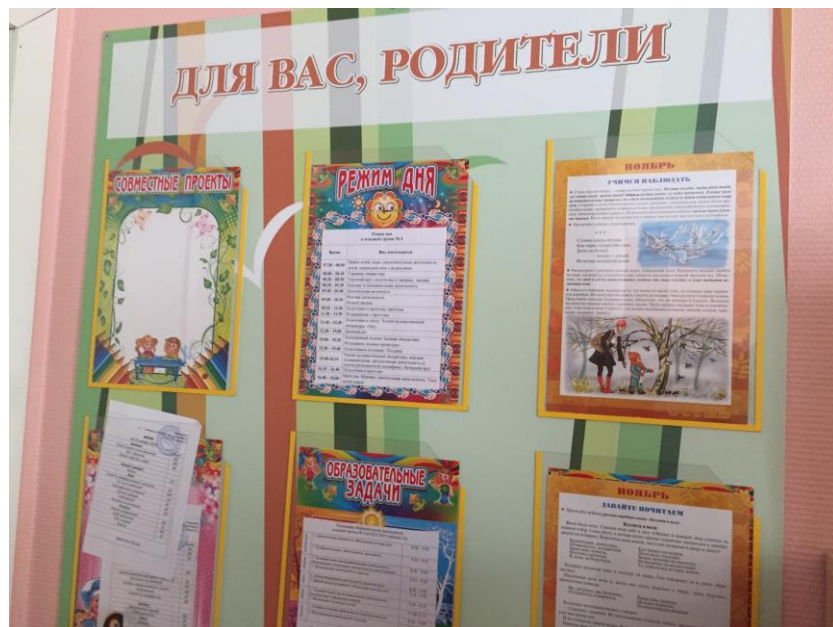
В здоровом теле-здоровый дух



Любим правильно питаться, руки мыть и улыбаться



Для родителей совет

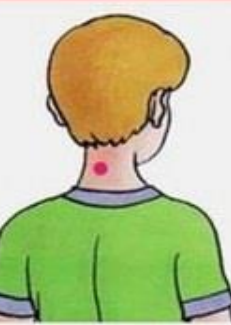


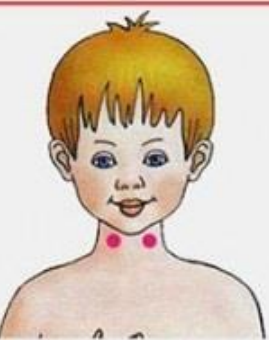
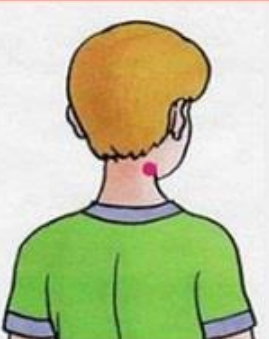
Заметки Айболита



Заметки Айболита

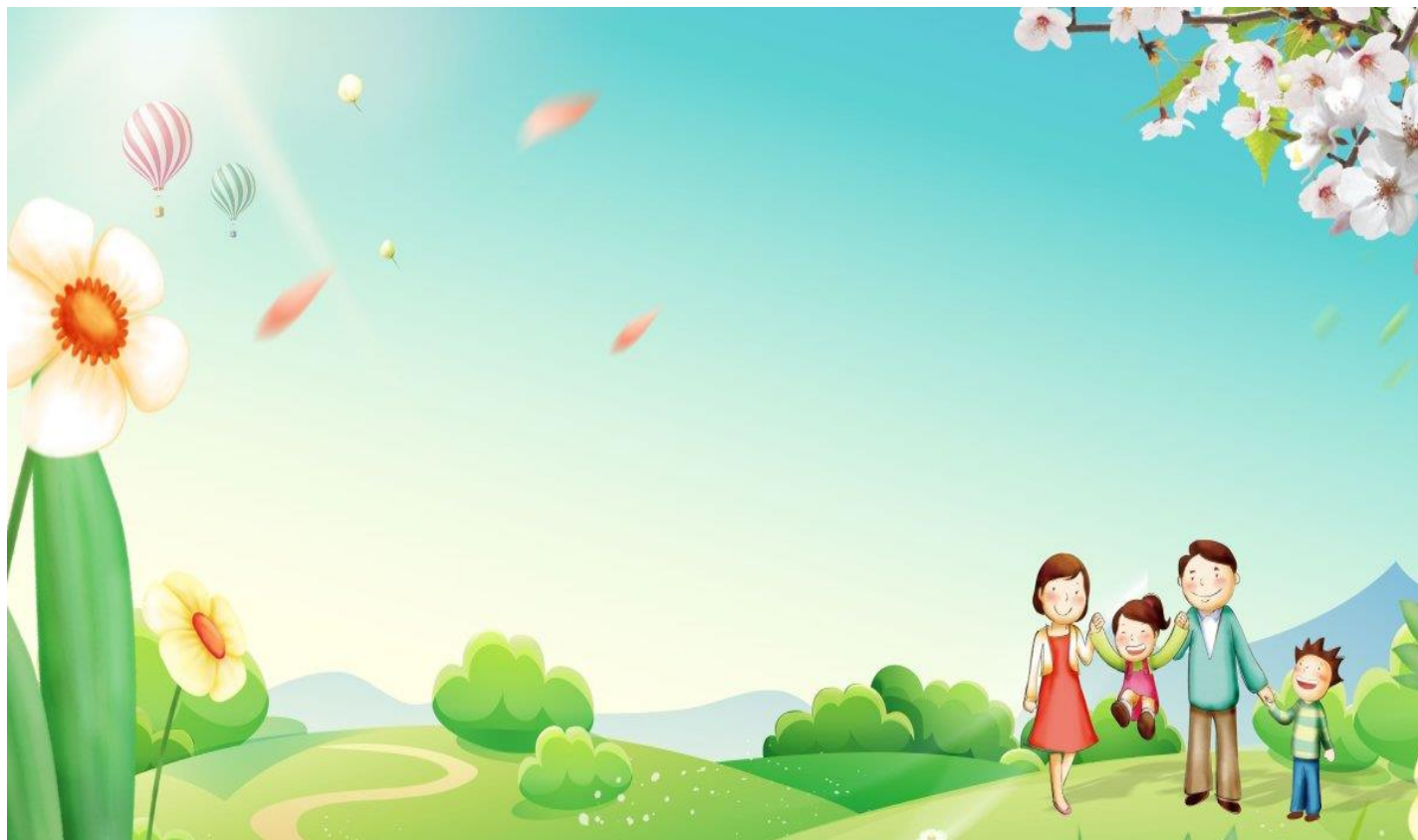
Точечный массаж для детей

	
ТОЧКА 1. Массаж этой точки способствует уменьшению кашля и улучшению кроветворения	ТОЧКА 3. Эта точка оказывает очень большое влияние на излечение от таких болезней как грипп и простуда
	
ТОЧКА 2. Массаж этой точки регулирует иммунные функции, в результате повышается сопротивляемость инфекционным заболеваниям	ТОЧКА 4. Эта точка контролирует кровоснабжение слизистых оболочек носа и гайморовой полости.

	
ТОЧКА 5. Эта точка контролирует химический состав крови и слизистую оболочку гортани	ТОЧКА 7. Массаж этой точки улучшает кровоснабжение зоны глазного яблока и лобных отделов мозга
	
ТОЧКА 6. Массаж этой точки способствует нормализации работы вестибулярного аппарата	ТОЧКА 8. Эта точка контролирует органы слуха и вестибулярный аппарат
ТОЧКА 9. При массаже этой точки приходят в норму разные функции организма 	

Вместе с мамой, вместе с папой





ЗДОРОВАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК