

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Теремок» Купинского района

**Долгосрочный проект
«Здоровые дети в здоровой семье»**

Автор проекта: инструктор по физической культуре
Конева Анжелика Анатольевна.

Купино 2016 г.

*Здоровые дети - в здоровой семье,
Здоровые семьи - в здоровой стране,
Здоровые страны - планета здорова,
Здоровье - какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!*

Актуальность проекта.

Актуальность проблемы заключается в том, что не всегда хватает взаимопонимания между родителями и педагогами, такта, терпения, чтобы услышать и понять друг друга. Непонимание между взрослыми в большей степени отражается на ребёнке. Как изменить такое положение? Как заинтересовать родителей в совместной работе? Как создать единое пространство развития ребёнка в семье и в детском саду?

Семья обладает значительным реабилитационным потенциалом, который может быть направлен в помощь дошкольнику. Именно этот факт мы видим и учитываем при организации оздоровительной работы с детьми и организационно - просветительской работы с родителями, непосредственно охватывая семью каждого нашего воспитанника.

В силу особой актуальности проблемы в процессе педагогической деятельности стал вопрос творческого поиска подходов к укреплению здоровья детей и осуществления эффективных форм взаимодействия ДОО с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни. Поиск инноваций привел к решению проблемы посредством метода проектирования.

Проблема: поиск участниками образовательного процесса эффективных путей укрепления здоровья ребенка и приобщения воспитанников и их родителей к здоровому образу жизни.

Цель: Создание системы взаимодействия ДОО и семьи по физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников.

Задачи:

1. Создание модели мониторинга физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста.
2. Обеспечение персонала ДОО методическим руководством для проведения комплексных мероприятий по профилактике, укреплению и коррекции здоровья детей, посещающих ДОО.

3. Укрепление физического и психического здоровья детей, обеспечение максимального комфорта, учет индивидуальных особенностей всех участников ВОП.

4. Обеспечение преемственности в работе ДООУ и семьи в вопросах физического развития и оздоровления детей.

Задачи по взаимодействию с семьей.

1. Внедрять новые формы и методы работы с семьей.
2. Устанавливать единые требования к процессу физического воспитания в семье и детском саду.
3. Усиливать связь между повседневной воспитательно-образовательной работой с детьми в детском саду и воспитанием ребёнка в семье, прежде всего путём различных поручений, заданий родителям.
6. Использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании дошкольников.
7. Изучать положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди родителей.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный

1. Выявление запроса родителей по данному направлению.
2. Анализ уровня физического развития и здоровья детей.
3. Выявление уровня педагогической компетентности родителей по физкультурно – оздоровительному направлению.
4. Создание проекта модели взаимодействия ДООУ с родителями для повышения эффективности работы по физическому развитию и оздоровлению детей.

2. Организационный

1. Знакомление и родителей с организацией здоровьесберегающей среды в ДООУ и в семье воспитанников ДООУ.
2. Методическое обеспечение физкультурно – оздоровительной работы в ДООУ.
3. Создание перспективной модели методической работы с педагогами 2015-2016 уч.год.
4. Создание клуба для родителей «Здоровый ребёнок» на базе ДООУ.

3. Итоговый

Реализация системы взаимодействия ДООУ и семьи по физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников.

1. Построение физкультурно-оздоровительной работы в соответствии с разработанной системой работы с детьми и родителями в рамках комплексной программы.
2. Функционирование клуба для родителей «Здоровый ребенок»
3. Итоговый мониторинг анализ результатов работы. Корректировка дальнейшей работы с семьей. По физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников 2015 -2016 уч.год.

Предполагаемый результат:

1. Систематизировать взаимодействие детей и родителей по физкультурно – оздоровительной работе в ДОУ.
2. Формирование активной позиции у детей по здоровью укреплению и здоровью сбережению;
3. Посещение родителей и организация совместной работы по формированию у воспитанников имиджа здорового образа жизни;
4. Обобщение и распространение результатов работы среди педагогических работников ДОУ;
5. Снижение уровня заболеваемости .

Перспективный план работы по проекту

№	Название мероприятия	Ожидаемый результат	Срок	ответственные
1	Создание в ДОУ и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей.	Создание зон различных видов физической активности, использование закаляющих процедур, общее укрепление здоровья детей	В течении года	Инструктор ФИЗО, воспитатели , родители
2	Семинар-практикум для педагогов ДОУ «Создание здоровьесберегающего пространства «Детский сад – семья»	Повышение профессиональной компетентности педагогов по вопросам установления сотрудничества с семьями воспитанников	Март 2016	Инструктор ФИЗО, старший воспитатель
3	Анкетирование родителей «Роль родителей в воспитании здорового ребенка»	Формирование основ здорового образа жизни и приобщения детей к физической культуре.	Ноябрь 2015	Инструктор ФИЗО
4	Деятельность клуба «Здоровый ребёнок»	Повышение уровня педагогической культуры родителей, приобретение практических умений и навыков физического развития и оздоровления детей.	В течении года	Инструктор ФИЗО

5	Спортивный праздник для родителей «Всемирный День Здоровья»	Выявление отношения родителей к своему здоровью и здоровому образу жизни. Приобщение родителей к занятиям по физической культуре.	7 апреля 2015 г.	Инструктор ФИЗО
6	Проведение спортивных мероприятий: 1. «Папа, мама, я – спортивная семья» 2. «Мой папа самый, самый» 3. «Моя мама лучше всех» 4. «Лето прекрасная пора».	Обеспечение физического развития и оздоровления детей в процессе совместной с родителями спортивной деятельности. По результатам кружка «Крепыши», в том числе и физкультурно – оздоровительного направления.	Ноябрь 2015 Февраль 2015 Март 2015 Май 2015	Инструктор ФИЗО
7	Консультации : 1. «Здоровая нация – счастливая Россия» 2. «Папа ,мама ,я- спортивная семья» 3. «Здоровье всему голова « 4. «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» 5. «Начальное ознакомление детей со спортом». 6. « Совместные занятия спортом детей и родителей» 7. «Привлечение ребенка к спорту и организация спортивных занятий» 8. «Семья и спорт» 9. «Спорт в семейном воспитание детей»	Обогатить знания родителей информацией по теме через наглядную агитацию.	Сентябрь 2015 Октябрь 2015 Ноябрь 2015 Декабрь 2015 Январь 2016 Февраль 2016 Март 2016 Апрель 2016 Май 2016	
8	Родительское собрание:	Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении.	Октябрь 2016	
9	Оформление газеты для родителей на заданную	Демонстрация итогов проектной деятельности детей,	В течении	

	тему	воспитателей и родителей .	года.	
--	------	----------------------------	-------	--

План работы клуба.

1. Родительское собрание «Здоровая семья – здоровая планета»
2. Консультация для родителей «Здоровая нация – счастливая Россия»
3. Интеллектуальный конкурс.

Вопросы на валеологические темы, (участники родители и дети)

Заседание клуба «За здоровый образ жизни»

Цель: - актуализировать тему здоровья, здорового образа жизни среди детей и родителей;

- формировать у детей и родителей потребность в здоровом питании.

Участники: дети 3-5 лет, родители, педагоги

Оборудование: «Чудесный мешочек с овощами и фруктами», карточки с вопросами о здоровом питании для родителей, фишки разного цвета за ответы детей и родителей.

Памятки о правилах здорового питания.

Ход:

Викторина проходит в рамках акции: «Вместе с папой вместе с мамой быть здоровыми хотим» и является заключительным этапом. Место проведения – участок детского сада. Для родителей приготовлены вопросы о правильном питании, о пользе тех или иных продуктов. Для детей викторина проходит в форме дидактической игры «Чудесный мешочек» (малыши достают овощи и называют его, старшие дети угадывают на ощупь и называют качественные характеристики фрукта или овоща). За правильный ответ взрослые и дети получают фишку красного цвета, за неточный ответ – зеленую. Фишки отдают воспитателю группы. Количество набранных фишек влияет на конечный результат всего конкурсного мероприятия. Все участники викторины получают памятки о правильном питании.

Вопросы викторины для родителей

1.Какие витамины содержит морковь?

(Б1, Д, каротин в организме превращается в витамин А, фолиевая кислота, С (аскорбиновая кислота), соли калия, кальция, марганца и фитонциды).

2.Каковы условия эффективного усвоения каротина, содержащегося в моркови?

(употреблять с маслом, сметаной).

3.Какие существуют противопоказания при употреблении капусты?

(высокая кислотность желудочного сока).

4.Какие витамины содержит капуста?

(С, В, В2, В6, РР, провитамин А, биотин, бактерицидные свойства, фитонциды).

5. Как в народной медицине используется укроп?
(как мочегонное средство, при расстройствах пищеварения, как примочки при гнойничковых поражениях кожи, при снижении лактации).
6. Как в народной медицине можно использовать петрушку?
(при укусах ос, пчел, комаров, при ушибах на больные места прикладывают свежие листья петрушки).
7. Главная ценность гороха.
(оказывает нормализующее действие на обменные процессы организма).
8. Какой овощ способствует выведению токсичных веществ из желудочно-кишечного тракта?
(свекла).
9. Какой овощ является чемпионом по содержанию йода?
(свекла).
10. Назовите самые полезные крупы.
(овес, перловка, гречка).
11. Какое блюдо является самым полезным для желудка?
(каши).
12. Какое блюдо является обязательным в рационе полезного питания?
(каши).
13. Какие вы знаете пословицы о здоровье? · *Береги платье снову, а здоровье ... (смолоду.)*
Чистота – половина... (здоровья.) Болен – лечись, а здоров... (берегись.)
Было бы здоровье, а счастье... (найдётся.) Где здоровье, там и... (красота.)
Двигайся больше – проживёшь... (дольше), Забота о здоровье – лучшее... (лекарство.)
Здоровье сгубишь – новое... (не купишь), Смолоду закалиться – на век... (пригодится.)
В здоровом теле... – (здоровый дух.)