

## ***Педагогический проект в средней группе №1 «Капитошка» совместно с родителями на тему: «Здоровый малыш»***

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В. А. Сухомлинский.

### ***Актуальность***

Семья и детский сад – это важнейшие социальные институты, определяющие развитие маленького ребенка. У семейного и общественного дошкольного воспитания различное предназначение, у каждого своя уникальная миссия, поэтому семья и ДОО не могут заменить друг друга.

Сотрудничество семьи и педагогов предполагает объединение их усилий, их совместную деятельность, выстраивание партнерских отношений, для обеспечения максимально благоприятных условий развития и воспитания детей в семье и дошкольном учреждении.

На современном этапе развития дошкольного образования ставится вопрос о необходимости взаимодействия с родителями на новых принципах и новых формах.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами ДОО, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Эту задачу взрослым надо решать с самых ранних лет жизни ребенка, причем решать системно и сообща. Оздоровление детей - это не проблема одного дня и одного человека, а целенаправленная систематически спланированная работа всех участников образовательного процесса на длительный срок.

Лишь тесное взаимодействие родителей, воспитателей группы и других специалистов ДОО позволит организовать более эффективную деятельность по сохранению и укреплению здоровья детей, предполагающую формирование у семей воспитанников ДОО потребности в здоровом образе жизни и как следствие снижение заболеваемости детей. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей.

***Вид проекта:*** практико-ориентированный

***По содержанию:*** социально - педагогический

***Участники проекта:*** дети средней группы (4-5 лет), воспитатели, родители группы №1 «Капитошка».

***По времени проведения:*** 2021-2022 учебный год (долгосрочный)

***Цель проекта:*** Интеграция педагогических и медицинских работников, родителей в формировании физически здорового и развитого дошкольника.

### ***Задачи проекта:***

#### ***Для детей:***

- ✓ Формировать осознанное отношение к своему здоровью.
- ✓ Расширять и совершенствовать представления об основных факторах, влияющих на здоровье человека.
- ✓ Расширять представления о рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека.
- ✓ Развивать любознательность, познавательный интерес и активность.
- ✓ Развивать творчество, самостоятельность и инициативу.
- ✓ Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, уважительное отношение к окружающим.

#### ***Для педагогов:***

- ✓ Создание эмоционального комфортного образовательного пространства для детей.
- ✓ Создание условий обеспечивающих участие детей в познавательно – исследовательской деятельности.
- ✓ Поддержка инициативы детей в различных видах детской деятельности.

#### ***Для родителей:***

- ✓ Повышать педагогическую компетентность по вопросу воспитания здорового режима.
- ✓ Обеспечение единого подхода семьи детского по сохранению и укреплению здоровья детей.
- ✓ Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной физкультурно – оздоровительной деятельности с детьми.
- ✓ Создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников;
- ✓ Повышать интерес родителей путём просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.
- ✓ Актуализация у родителей потребности в диалоге с педагогами, в совместной деятельности по вопросам оздоровления детей.
- ✓ Расширять представление родителей о ценности здорового образа жизни.
- ✓ Помочь родителям оценить собственные методы приобщения детей к здоровому образу жизни.

### ***Ожидаемый результат:***

#### ***Для детей:***

- 1) Дети имеют четкие представления о здоровье и способах его сохранения.
- 2) Имеют представления о рациональном питании, влиянии продуктов на организм человека.
- 3) Формирование навыков здорового образа жизни.
- 4) Имеют представления о роли физической активности в сохранении здоровья.

#### ***Для педагогов:***

- 1) Систематизирован материал по формированию навыков здорового образа жизни (создан альбом «В здоровом теле – здоровый дух»).
- 2) Дополнительное оснащение предметно – развивающей среды.

- 3) Оптимизация сотрудничества с семьей в вопросах сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Для родителей:

- 1) Расширение знаний родителей о способах сохранения и укрепления здоровья детей.
- 2) Повышение педагогической культуры родителей в аспекте формирования навыков ЗОЖ.
- 3) Положительные изменения во взаимоотношениях детского сада и семьи.
- 4) Участие родителей в совместных физкультурно-оздоровительных, познавательно – исследовательских мероприятиях.
- 5) Обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор;
- 6) У детей сформируются представления о здоровом образе жизни;
- 7) Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад»;
- 8) Снижение заболеваемости и детского травматизма среди воспитанников.
- 9) В группе создана современная предметно-развивающая среда.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники проекта будут одинаково относиться к проблеме «человек – образ жизни – здоровье». Когда в нашей группе произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать проект успешным.

***Этапы проекта:***

*Диагностический этап:*

Цель: изучение состояния здоровья детей группы и выявлении осведомленности их семей в вопросах оздоровления.

Задачи:

- Получить информацию о состоянии здоровья детей группы.
- Выявить уровень осведомленности родителей в вопросах оздоровления.
- Выявить степень готовности родителей к сотрудничеству с воспитателями по вопросам формирования здорового образа жизни детей.
- Выявить положительный опыт семейного воспитания.

План выполнения проекта:

- Ежедневная профилактика заболеваний.
- Комплексы утренней гимнастики.
- Самомассаж :«Волшебная рукавичка».
- Водные процедуры «Мойся воды не бойся».
- Комплексы гимнастики после сна.
- Ходьба по дорожкам здоровья.
- Упражнения на профилактику плоскостопия и сколиоза.
- Гимнастика для глаз.

Рассказ воспитателя:

- «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!»;
- «Если хочешь быть здоров!»;
- «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»
- «Здоровая пища»,
- «Как вести себя в поликлинике»,

- Игры-драматизации, (потешки) используемые при воспитании культурно-гигиенических навыков.

#### Игры:

1. Игры на развитие двигательной активности: «Догони меня»; «Ловишки»; «Лиса в курятнике»; «У медведя во бору»; «Птички и кошка»; «Самолеты»; «Цветные автомобили»; «Лохматый пес»; «Липкие пеньки» (баш.игра)
2. Малоподвижные игры: «Грибок», «Вот по ягоды пошли» и т.д;
3. Сюжетно-ролевые игры: «Больница», «У зубного врача» и т.д;
4. Дидактические игры: «Что кому нужно для работы», «Определи место для предмета» и т.д;
5. Игры-ситуации;
6. Пальчиковые игры;

#### Прогулка

Физическая культура на воздухе.

Тропа здоровья.

Подвижные игры.

Закаливающие процедуры.

Дыхательная гимнастика

Гимнастика для глаз.

Артикуляционная гимнастика

Игровой массаж.

Досуги, развлечения.

#### Работа с родителями:

Сайт детского сада и группы.

Информационный стенд. Наглядная информация.

Конференция: «Спортивная семья – здоровый Я».

Круглый стол: «Давайте разберемся вместе, что мешает нашим детям быть здоровыми».

Родительское собрание: «Мы за здоровый образ жизни».

#### Консультации специалистов:

- «Здоровый ребенок – какой он?»;
- «Все о прививках.»
- «Оборудование физкультурного уголка дома»;
- «Вокалотерапия»;
- «Самое лучшее движение – движение под музыку»;
- «Играем – пальчики развиваем».

#### Консультации:

- «Физкультурное оборудование своими руками»;
- «Семь родительских заблуждений о морозной погоде»;
- «Мама – терапия»;
- «Иммунитет»;
- «Огород на подоконнике»;
- «Здоровое питание»;
- «Народная педагогика о здоровом образе жизни».

- «Организация здорового образа жизни в семье»
- «Спортивная семья — здоровый ребенок»
- «Спортивная семья — здоровая семья»
- «Режим дня».

Дискуссии:

«Роль родителей в формировании и укреплении здоровья детей»: «Закаливание ребенка -за и против».

Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка.

**Картотеки:** «Чтоб улыбка сияла»; «Всё о дыхательной гимнастике»; «Гимнастика побудка»;

**Мастер-класс для родителей:** «Если хочешь быть здоров — закаляйся»; «Взаимодействие с родителями по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников».

Семинар-практикум для родителей на тему: «Здоровый ребёнок - успешный ребёнок».

Вечер вопросов и ответов по запросам родителей: «О физическом развитии их детей».

Почтовый ящик: индивидуальные беседы.

Буклеты: « Как сформировать правильную осанку?»

«Движение – это жизнь»;

«Наш веселый звонкий мяч».

Памятки: «Советы родителям по оздоровлению детей»;

«Витаминная семейка»;

«В каких продуктах живут витамины?»;

«Золотые правила здоровьесбережения»;

«Как сделать зарядку любимой привычкой ребенка»;

«Безопасное лето»;

«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»;

«Как защитить ребенка от гриппа?»;

«Закаляем свой организм»;

«Детская косметика»;

«Памятка для родителей, дети которых часто болеют»

Санбюллетени

Создание книжек-малышек «Моя копилка здоровья»;

Утренняя гимнастика «Зоопарк» – проводят воспитатели совместно с родителями

Коллаж «Быть здоровым – здорово!»

Конкурс рисунков: «Мы здоровью скажем –Да!»

«Семейный портрет».

Фото выставка: «Здоровый образ жизни в нашей семье».

Альбом выходного дня: «За здоровьем всей семьей».

**Анализ:**

- выявление эффективности совместного мероприятия, сопоставление поставленных задач и полученных результатов.

## *Методы реализации проекта с детьми:*

### Практические:

- Оздоровительная работа.
- Организация режима двигательной активности.
- Пальчиковые игры.
- Физкультминутки.
- Упражнения на дыхание.
- Артикуляционная гимнастика.
- Гимнастика для глаз.
- Релаксационные упражнения.
- Дидактические игры.
- Сюжетно-ролевые игры.

### Словесные:

- Рассказ воспитателя.
- Чтение художественной литературы.
- Заучивание стихотворений.

### Наглядные:

- Организация выставок, конкурсов.
- Сбор фотоматериала.
- Рассматривание иллюстраций.
- Личный пример взрослых.
- Игры драматизации.
- Просмотр видеоинформации

### Образовательные области:

Познавательное развитие:

(Использование на ООД):

«Артикуляционная гимнастика»;

«Дыхательная гимнастика»;

«Гимнастика для глаз»

(Использование нестандартного оборудования).

ООД:

«Где живет витаминка?»;

«Это я!»;

«Для чего нужны зубы?»;

«Как быть здоровым?»

«Растения, которые лечат».

«Как доктор лечит людей».

«Как заботиться о своем здоровье»;

«Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»;

«На зарядку, становись»;

«Как надо одеваться, чтобы не болеть»;

«Правила гигиены»;

«Витамины полезны для здоровья»;

«Осторожно - лекарство»;

«Как вести себя во время болезни»;

- Просмотр мультфильмов.
- Составление рассказов об овощах и фруктах.
- Составление рассказа «Как мы измеряли рост».
- Экскурсия в медицинский кабинет детского сада.
- Познакомить с работой медицинской сестры, оборудованием кабинета.

- Экскурсия в близлежащую аптеку.

**Чтение художественной литературы:**

- Чуковский К. И. «Айболит», «Мойдодыр».
- Шалаева Г. П., «Правила поведения для воспитанных детей».
- Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной».
- Крылов А. «Как лечили петуха».
- М. Безруких «Разговор о правильном питании».
- В. Бондаренко «Язык и уши».
- Л. Зильберг «Полезные продукты».
- Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой».
- А.Барто «Девочка чумакая»;
- Е.Кан «Наша зарядка»;
- В.Сулов «Про Юру и физкультуру»;
- Р.Корман «Микробы и мыло»;
- П.Воронько «Спать пора»;
- Н.Лодкин «Тихий час»

***Социально-коммуникативное развитие:***

- - Дигра :«Оденем куклу на прогулку».
- - Дигра: «Узнай и назови овощи и фрукты».
- - Дигра :«Таня простудилась».
- - Дигра: «Назови виды спорта».
- - Дигра :«Если кто-то заболел».
- - С/Р игра: «Овощной магазин».
- - С/Р игры: «Поликлиника», «Больница», «Аптека», «Детский сад», «Семья».

***Художественно-эстетическое развитие:***

Музыка. Прослушивание колыбельных песен, музыкальных произведений П.Чайковского, В. Моцарта, Л. Бетховена.

ООД: «Ритмопластика»: «Музыка и движение».

«Художественное творчество»

Рисование: «Овощи и фрукты»,

«Мы гуляем на участке»; «Зимние забавы»

Лепка: «Машина скорой помощи».

«Фрукты на тарелке».

«Овощи для кухни».

Аппликация: «Консервированные овощи в банке».

«Машина скорой помощи»; «Овощи и фрукты – полезные продукты»

Конструирование: «Больница для зверюшек», «Изготовление рецептов для игры в « Больницу».

### ***Физическое развитие:***

- утренняя гимнастика.
- занятия по физическому развитию.
- подвижные игры.
- физкультурные досуги.

Содержание проектной деятельности:

Подготовительный:

- проведение анализа нормативно-правовой базы ,в соответствии с законом «Об образовании», касающихся темы проекта;(воспитатели).
- анализ медицинских карт.( воспитатели, ст.мед.сестра).
- Ознакомление с антропометрическими данными детей ( воспитатели, ст.мед.сестра, родители).
- лечебно-профилактическая работа; мониторинг уровня заболеваемости детей на начало учебного года .(выявление часто болеющих детей).( воспитатели, ст.мед.сестра).
- физкультурно – оздоровительная работа; определить щадящую нагрузку для часто болеющих детей.(физ.рук,воспитатели).
- привлечение родителей к участию в проекте; (воспитатели).
- анкетирование; выявление уровня осведомленности родителей в вопросах оздоровления. (воспитатели).
- изучение условий реализации проекта.(воспитатели).
- определение цели и задач; (воспитатели).

Практический:

- проведение тематических физкультурных занятий.( физ.рук,воспитатели).
- проведение тематических бесед по теме здоровья.; .(воспитатели).
- использование здоровьесберегающих технологий на ООД; (специалисты, воспитатели).
- проведение сезонных походов совместно с родителями в городской парк (воспитатели, родители).
- проведение спортивных праздников, досугов и развлечений с родителями (физ.рук., воспитатели, родители). праздник «В сказку за здоровьем», досуг «Будь, здоров!», развлечение «В гости к Айболиту», «Мой весёлый звонкий мяч»;
- организация просветительской деятельности по вопросам формирования у детей привычки ЗОЖ с родителями (воспитатели).
- организация активного отдыха в семье; (родители).
- день открытых дверей. «День здоровья в детском саду»; (зав.дет.садом, специалисты, воспитатели)).
- оформление коллажа совместно с родителями; (воспитатели, родители).
- «Быть здоровым – здорово!»
- подготовка выставки детских рисунков; (воспитатели). «Мы со спортом крепко дружим»;
- создание альбома детских рассказов (воспитатели) «Я люблю спорт»;
- выставка книг и спец. литературы по здоровью.

*Заключительный этап:*



Цель: выявление эффективности совместных мероприятий, сопоставление поставленных задач и полученных результатов.

Проблема проекта подтвердилась: проводимая работа достаточно эффективна, результативна и позволяет не только оздоровить и сохранить здоровье воспитанников, но и сформировать у их родителей мотивацию на здоровый образ жизни.

Это самый надежный путь к воспитанию здоровых детей и формированию здорового общества.

*Мероприятия:*

- мониторинг уровня заболеваемости детей на конец учебного года;
- исследование эффективности проводимой работы на основе анализа мониторинга;
- проведение недели здоровья «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»;
- спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!»;
- Родительская конференция: «Спортивная семья — здоровый Я».
- анкета для родителей: «Растем здоровыми!»;
- распространение лучшего семейного опыта в оздоровлении своего ребенка
- презентация: «Здоровье всему голова!»

Муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение детский сад №6  
«Здоровье»

*Педагогический проект в  
средней группе №1 «Капитошка» совместно с  
родителями на тему: «Здоровый малыш»*

Воспитатели: Растварова О.С

Косько Н.В

г.Ставрополь, 2022г