



ПРОЕКТ

«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ДОШКОЛЬНИКА ДОМА И В ДЕТСКОМ

САДУ»

**МБДОУ « Кэскил»№10 с.Хоринцы Олёкминского
района.**

Воспитатель: Бубякина М.Г. (из опыта работы)

- **Введение:** Взаимодействие с семьёй, в современной действительности, является одним из приоритетным направлением работы ДОУ.
- Это указано в семейном кодексе РФ «Об образовании» ст. 18 п. 1, где говорится о том, что именно родители закладывают основу воспитания ребёнка, в том числе и физического. ФГОС так же указывает на необходимость системной работы с детьми и родителями по пропаганде здорового образа жизни.
- В нашем ДОУ организован пост ЗОЖ- в работе которого затрагиваются многие направления воспитания и развития детей. Одним из которых является пропаганда здорового образа жизни, оздоровительная работа в ДОУ и семье, образование родителей.
- Все цели, задачи: Пропаганда здорового образа жизни, Здоровой атмосферы в семье.



- **Тип проекта:** Практико-ориентированный
- **Участники:**
 - Воспитатели
 - Родители
 - Дети старшей ,подготовительной группы 5-7 лет
 - Медицинский персонал
 - Инструктор по физической культуре
- **Продолжительность проекта:** 2 недели (10 дней)



○ **Актуальность:**

- В современном мире очень остро стоит вопрос здоровья человека вообще и детей в частности. Дети дошкольного возраста находятся в критическом периоде: они часто раздражаются, плаксивы, гиперактивные и наоборот, вялые и апатичные, могут быстро уставать и быть невнимательными.
- В этот период проявляются и формируются различные аллергические реакции и соматические заболевания. Ещё не окрепший и полностью не сформировавшийся организм ребёнка в большей степени подвержен инфицированию, а частота простудных заболеваний очень высока.
- Движение – это базовая потребность малышей и потому, физические нагрузки нужны с самого раннего возраста. Подвижные игры, утренняя гимнастика укрепляют здоровье детей, а так же развивают детскую волю и познавательные способности.
- Совместные игры и упражнения детей и родителей способствуют и психологическому здоровью детей, поскольку сближает их друг с другом.




○ Проблемная ситуация:

- Недостаточное внимание родителей к организации двигательной активности и оздоровительной работе с детьми в семье.
- Недостаточная осведомлённость родителей о возможностях организации совместной двигательной деятельности с детьми
- Недостаток знаний родителей о навыках и умениях детей данного возраста
- Нежелание или неумение родителей найти возможности для организации двигательной активности ребёнка дома и его оздоровление
- Невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье

○ Цель: Повысить стремление родителей к активному использованию здоровьесберегающих технологий, соблюдение норм и правил здорового образа жизни и использованию двигательной активности в жизни семьи.

○ Задачи:

- Дать представления родителям о значении совместной двигательной и оздоровительной деятельности с ребёнком
 - Расширять знания родителей о умениях и навыках детей
 - Способствовать формированию активной позиции родителей в вопросе здорового образа жизни
 - Заинтересовать родителей возможностями и способами организации двигательной активности детей в семье
- 



- **Методы и приёмы:** Беседы, консультации, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов, плакатов по ЗОЖ, слушание музыки.
- А также в работе используются здоровьесберегающие и игровые технологии.
-
- **Ожидаемый результат:** Родители познакомятся с организацией физического развития и двигательной активности детей в ДОУ. Узнают, как возможно организовать жизнь ребёнка, режим дня дома для улучшения здоровья и восполнения потребности ребёнка в движении. Привлечение родителей к совместной работе по оздоровлению детей сблизит родителей и детей. Пропаганда здорового образа жизни.





Беседу на тему : « Гигиена тела- как правильно умываться» проводит Педагог по оздоровительной работе Захарова Г.А.



○ **Реализация проекта**

○

○ **Первый этап: Организационный**

○

○ **Изучение литературы:**

1. Примерная общеобразовательная Программа «От рождения до школы»
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях- СанПиН 2.4.1.3049-13
3. Аркин АС «Закаливание в системе физического воспитания дошкольников»
4. Богина МП «Укрепление здоровья часто болеющих детей»
5. Демидова МА «Организация самостоятельной двигательной активности дошкольников»
6. Исаенко СМ «А мы солнышко догоним» Обеспечение двигательной активности детей
7. Рунова ЕМ «Приобщение детей к физической культуре»
8. Стародубцева ТК «Физическое воспитание: инновационные технологии»
9. Уклад жизни народа Саха. И.Г.Федоров, П.К Васильев
10. Ос хобоонноро ос номохторо сомого домлхтор В.И.Атласов.
11. С.Дадаскинов «кыракый эрдэштэн»
12. А.А.Егорова.М.П.Захарова «Кэскил»
13. Н.Макарова «Утуо кунунэн»
14. «Сахалыы хамсаныылаах Оонньуулар» бичик.



○ **Подготовка материала:**

○ **Для детей:**

1. Картотеки:

- Утренняя гимнастика
- Профилактические гимнастики (дыхательная, пальчиковая, гимнастика для глаз)
- Бодрящая гимнастика после дневного сна
- Физкультурные минутки с национальными элементами

1. Беседы:

- Сказка- беседа «В гостях у мойдодыра»

1. Прибаутки, потешки в режимных моментах.

2. Подбор материала по организации игровых ситуаций по ЗОЖ в режимных моментах

3. Ди:

- «Что лишнее»
- «Найди два одинаковых мяча»
- «Поварята»
- «Что такое хорошо и что такое плохо»
- Якутские Настольные игры «Хаамсыска» « Огус хаамтарыыта» и.т.д.
- Якутские подвижные игры
- «Мяч в воротах»

1. Художественная литература:

- Чуковский «Мойдодыр» «Айболит»



- Степан Дадаскинов « Мин муннум ыраас»
- П.Тобуруокап « Эрдэ турбут о5олор»
- Стихи о спорте и ЗОЖ
- Пословицы, поговорки, загадки на Якутском и русском языках.
- 1. Аудиотека:
 - «Весёлая зарядка»
 - Песня «Тубылаах зарядка» Н.Макаровой.
 - «Спортом занимаемся»
 - «У жирафа»
- 1. беседа «Королева Зубная щётка»
- 2. Серии картин по ЗОЖ и спорту



○ Для родителей:

1. Консультации:

- «Живые витамины»
- «Соблюдаем режим дня»
- «Здоровый образ жизни дошкольника»
- «Здоровое питание дошкольника»...

1. Папки передвижки:

- «Физкультура и здоровье дошкольников» (дистанционно)
- «Личная гигиена дошкольников» (дистанционно)

1. Памятки:

- «Спорт и дети: физическое развитие и воспитание ребёнка»
- «По формированию здорового образа жизни у детей в семье и в обществе»



○ Второй этап: Информационный

○ Мероприятия для детей:

1. Социально- коммуникативное развитие:

- С/р игры «Больница» «Аптека»

1. Познавательное развитие: Тема «Быть здоровыми хотим» (рассказ о витаминах, здоровом питании)

2. Речевое развитие:

- Заучивание пословиц и поговорок о здоровье
- Отгадывание загадок по теме

1. Художественно-эстетическое развитие:

2. Музыкальное, заучивание песни « Туьалаах Зарядка»

3. « В здоров теле здоровый дух»,

- Музыкальная ритмика «Весёлая зарядка» «Спортом занимаемся» «У жирафа» (самомассаж) Элементы якутских танцев (Движения)
- Рассматривание иллюстраций и серии картин о здоровом образе жизни и спорте, Игры предков.

Веселая зарядка



Ролевая игра « Больница»



- Рисование, аппликация, работа с раскрасками в самостоятельной деятельности и индивидуальной работе с детьми на тему «Живые витамины»(Фрукты,овоци) « В здоровом теле, здоровый дух» «Нарисуй что ни будь хорошее»

1. Физическое развитие:

- Утренняя гимнастика
- Профилактические гимнастики: дыхательная, для глаз, пальчиковая
- Бодрящая гимнастика после дневного сна с элементами Якутских танцев.(Дьиэрэнкэй.чохчоохой.обуор и.т.д.)
- Физкультминутки в процессе НОД
- Якутские национальные подвижные игры.для детей .
- Точечный Массаж лица профилактика ОРВ.Гриппа.(в соответствии с графиком)
 - -Витаминизация(Ежедневно)
- Подвижные игры на свежем воздухе «Ловишки в кругу» «Чёрное и белое» «Школа мяча» «Делай, как я» « Куобах» «Ыстана» «Кылыы» «Буур»...и.т.д.



Игры проводит
Педагог инструктор по
Физической культуре
Собакин С.С.



«Меткий стрелок»

« Рыболов»-кто быстрее
вытащит рыбу

«перетягивание палки»



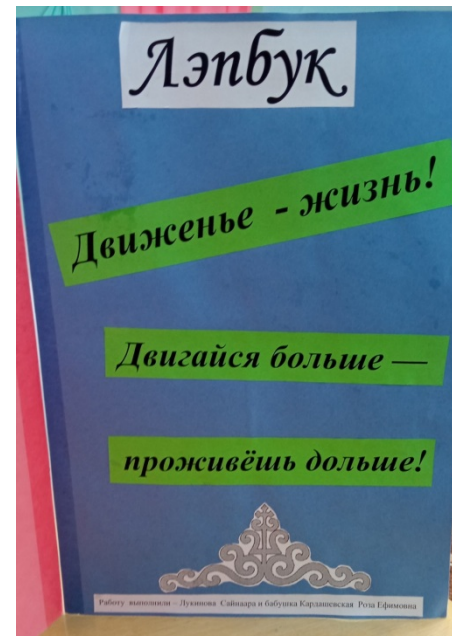
- Мероприятия для родителей:
 - Индивидуальные беседы с родителями о физических умениях и навыках каждого ребёнка

- Совместные мероприятия детей и родителей:
 - Защита лэпбуков, папок передвижек по теме:
 - «ЗОЖ»



Защита лэпбуков, папок передвижек по теме: «ЗОЖ»





○ Третий этап: Заключительный

○ Продукт:

1. Детские рисунки «Нарисуй что ни будь хорошее», « В здоровом теле- здоровый дух»

2. «Комплекс упражнений утренней гимнастики»

- Пальчиковой гимнастики, дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз

- «Физкультурные минутки с Якутскими танцевальными движениями»

1. Д/и: «Что такое», «Поварята»

2. Памятки для родителей:

- «По формированию здорового образа жизни»

- «Спорт и дети»

1. Консультации для родителей:

- «Живые витамины»

- «Здоровый образ жизни дошкольников»



- «Соблюдаем режим дня»
- -Изготовление родителями и детьми Лэпбуков, папки передвижки, плакаты по теме: «ЗОЖ»
- 1. Подборка потешек, стихов, поговорок, пословиц, загадок по теме
- 5. беседы с детьми:
 - «Быть здоровыми хотим»
 - «В стране неболейка »
 - «Полезная и вредная еда» Эксперементы.
 - «Якутская национальная еда, экологический чистые продукты»
-



○ **Итог проекта:**

- Целью нашего проекта была пропаганда здорового образа жизни, Здоровой атмосферы в семье и ДОУ. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка.

- Родители и дети в том числе педагоги ДОУ приняли активное участие в проекте.
- Дети узнали много нового о ЗОЖ, сформировалась начальное представление ЗОЖ и потребность в ежедневной двигательной деятельности
- Дети узнали достаточно о полезной и вредной еде.
- познакомились с Якутскими подвижными играми.
- вместе с родителями оформили ЛЭП буки, плакаты узнали много нового о ЗОЖ.
- у участников проекта появился опыт создания собственного замысла и воплощения своих проектов.
- в дошкольном возрасте дети могут задумывать и реализовать исследовательские ,творческие и нормативные проекты.



Спасибо за внимание

