

Паспорт проекта
Тема: «Здоровым быть хочу»
для детей старшего дошкольного возраста

Название проекта: «Здоровым быть хочу».

Тип проекта: социально-значимый.

Продолжительность: краткосрочный.

Сроки реализации: 1 октября – 17 декабря 2020г.

Участники проекта: воспитанники старшей группы, родители, воспитатели, инструктор по физической культуре, врач-педиатр Государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Детская городская поликлиника №5» Д.Ю.Чернова.

Место реализации: МАДОУ МО г. Краснодар, «Детский сад № 193 «Планета будущего»,

Цель проекта: Пропаганда здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи проекта:

Для детей:

- Познакомить детей с простейшими представлениями о здоровом образе жизни;
- Формировать первоначальное представление о себе, как отдельном человеке;
- Расширять знания о полезных продуктах, их значении для здоровья;
- Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки;
- Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы культурно- оздоровительной работы.

Для родителей:

- Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
- Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены.

Для педагогов:

- Установить партнерские отношения с родителями воспитанников, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
- Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки.

Актуальность проекта: Здоровый образ жизни- один из важнейших факторов сохранения здоровья и благополучия ребенка, он определяет

качество жизни, а дошкольный возраст- это важнейший период, когда формируется человеческая личность. Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей - одна из основных задач дошкольного образования.

Здоровье, здоровый образ – та ценность, которая остается неиссякаемой на протяжении всей жизни человека. Привычка к здоровому образу жизни может стать тем условием, которое позволит расти и развиваться каждому ребенку. И формирование этого ценностного качества личности возможно только при условии его целенаправленного формирования, как в детском саду, так и в семье. С помощью взрослого ребенок осознает : для того, чтобы стать здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой помещения, а так же соблюдать правила гигиены.

Проблематика: Дети не имеют достаточных знаний о правилах гигиены, профилактике, сохранению и укреплению собственного здоровья. Дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья и того, как его сохранить и укрепить.

В последние годы у нас в стране наблюдается ряд тенденций, сигнализирующих об ухудшении состояния здоровья детей. Неуклонно возрастает количество детей с хроническими заболеваниями различных органов и систем организма, не позволяющие им выдерживать соответствующие возрасту физические и умственные нагрузки. На здоровье детей оказывает влияние целый ряд факторов: наследственность, воздействия окружающей среды, влияние факторов организации медицинского обслуживания, социальные факторы и образ жизни. Эти данные заставляют нас обратить самое серьезное внимание на четвертую группу факторов. Ее составляют отношение ребенка к своему здоровью, его питание, соблюдение режима дня, двигательная активность, закаливание, полноценный сон, овладение гигиеническими навыками.

Но очень часто родители и педагоги, развивая детей интеллектуально и эстетически, забывают о физическом воспитании, о формировании привычек здорового образа жизни, относятся к этому, как к чему-то второстепенному, происходящему само по себе. В результате многие старшие дошкольники плохо бегают, неправильно ходят, не могут залезть на лесенку, или гимнастическую стенку, не умеют ловить и бросать мяч.

Серьёзной проблемой в последние годы становится малоподвижность детей. Они сидят не только дома у телевизоров и компьютеров, но и на занятиях в детском саду. Это плохо сказывается на физическом здоровье детей.

В связи с этим мы разработали проект «Здоровым быть хочу.»

Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней – помочь детям проявить их

собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести здоровый образ жизни, ценили свое здоровье и здоровье окружающих.

Социальная значимость проекта: в 2020 году наша страна голосовала за изменения в конституцию России, где утвердили семейные ценности, как основу крепкого и благополучного государства. Мы бы хотели стать активными участниками в формировании семейственности, чтобы родители бабушки и дедушки были нашими партнерами и имели приоритетную роль в воспитании детей.

Условия реализации: изучение специальной литературы; поиск и отбор необходимой информации из художественной литературы, подбор мультфильмов о здоровом образе жизни, анкетирование родителей, беседы детей с членами своей семьи; изготовление наглядного материала.

Ожидаемые результаты:

- У детей будет сформирована привычка к здоровому образу жизни;
- Воспитанники овладеют знаниями о своем здоровье;
- Снизится заболеваемость и повысится уровень здоровья детей;
- У родителей появится мотивация к здоровому образу жизни;
- Реализация проекта.

Гипотеза: Проведение ряда мероприятий по проекту «Здоровым быть хочу», обеспечит формирование социально – значимой здоровой личности, поможет реализовать новую форму взаимодействия детского сада с семьей, эта форма работы даст более эффективный результат сотрудничества всех субъектов образовательного процесса. Исходя из гипотезы, необходимо предложить такие направления работы, которые способствовали бы достижению следующих задач:

Задачи проекта:

1. Сформировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять своё здоровье;
2. Удовлетворить природную потребность детей в движении, повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом;
3. Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом;
4. Расширять представления родителей о методах и формах оздоровления детей;
5. Вовлечь семьи воспитанников в образовательный процесс через совместную деятельность с детьми.

Этапы работы над проектом:

1.Подготовительный

Задачи:

Пробудить интерес родителей к замыслу проекта, общей идее. Проведение анкетирования родителей по вопросам здорового образа жизни.

Содержание работы:

- Подбор материала по теме проекта, беседа с родителями о целях и задачах проекта, привлечение их к сотрудничеству;
- Подбор художественной литературы, иллюстративного, дидактического материала;
- Составление плана проектной деятельности;
- Составление плана мероприятий по физкультурно-оздоровительной деятельности;
- Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни семьи»;
- Родительское собрание с участием врача-педиатра «Здоровая семья – здоровый ребёнок!»

2. Практический

Задачи:

Формировать у детей элементарные представления о теме проекта. Способствовать сплочению семьи ребенка посредством развития интереса к общему делу. Обогащение детско-родительских отношений в творческой деятельности над проектом «Здоровым быть хочу».

Содержание работы:

С детьми

- Чтение художественной литературы: отгадывание загадок, знакомство с пословицами о здоровье; чтение сказок, рассказов («Почему кот моется», Н.Крылова «Слоненок», К.Ушинский «Лекарство», К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая» и т.д.);
- Экспериментальная деятельность: «Где прячутся микробы?»;
- Рисование: «Разноцветные витаминки», «Дети делают зарядку», «Полезные фрукты и овощи»;
- Лепка: «Микробы», «Полезные фрукты и овощи»;
- Аппликация: «Веселая зарядка»;
- Конструирование: «Стадион», «Сложи человека из геометрических фигур»;
- Беседы: «Витамины- наши друзья», «Спорт- залог здоровья», «Как беречь здоровье»;
- Встреча с врачом- педиатром «Знакомимся со своим организмом», «О вкусной и здоровой пище»;
- Сюжетно- ролевые игры: «На прививку становись!», «Аптека», «Встреча с Мойдодыром»;
- Развлечение: Викторина «Что нужно делать, чтобы быть здоровым»;
- Выставки детских работ: выставка рисунков, поделок из пластилина.

С родителями воспитанников:

- Совместная игра- путешествие с родителями «По дороге здоровья»;
- Спортивные соревнования «Весёлые старты», Мама, папа, я –спортивная семья»;
- Спортивный праздник «Моя спортивная семья»;
- Создание информационных листов «Правильно питайся- здоровья набирайся!», «Спорт –это здоровье»;

- Создание «Дорожки здоровья» на территории детского сада»;
- Создание буклетов «Правила здорового образа жизни», «Режим моего дня»;
- Изготовление массажных пособий для занятий в спортивном уголке.

Совместная работа с врачом- педиатром ГБУЗ «Детская городская поликлиника №5»:

- Подбор наглядного материала, имеющего отношение к здоровью (строение человека, микробы и вирусы, полезные и вредные продукты и т.д.);
- Помощь в оборудовании уголка здоровья;
- Оформление карточек: утренней гимнастики, гимнастики пробуждения, дыхательной гимнастики.;
- Беседа с демонстрацией презентации «Образ жизни – только здоровый!»

3. Заключительный.

Подведение итогов

- Круглый стол для родителей с раздачей информационных листовок «Что такое быть здоровым!»
- Показ презентации «Здоровьесберегающие технологии в формировании здорового образа жизни у детей дошкольного возраста»

Продукты проекта:

- «Дорожка здоровья» изготовленная совместно с родителями на территории ДОО.
- Буклет для родителей «Полезные советы для родителей»
- Буклеты для воспитанников «Правила здорового образа жизни», «Режим моего дня»;
- Информационные листы «Правильно питайся - здоровья набирайся!», «Спорт –это здоровье»;
- Оформление стенгазеты «Моя спортивная семья»
- Развлечение: спортивный праздник «Моя спортивная семья»

Реализовывая данный проект, мы пришли к выводу, что полученные ребенком знания, представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволили найти способы укрепления и сохранения его. В поведении детей стала прослеживаться направленность на здоровый образ жизни; сформировались элементарные знания о способах укрепления и сохранения здоровья, снизилась заболеваемость в группе. Приобретенные навыки помогли осознанно выбрать здоровый образ жизни.

Отчет о реализации проекта: «Здоровым быть хочу!» для старшего дошкольного возраста

Отчет о реализации проекта был заслушан на методическом объединении педагогов 25.12.2020г. Проект был разработан инструктором по физической культуре Кисляковой Марией Станисловной.. Участниками проекта стали воспитанники старшей группы, родители, воспитатели, инструктор по физической культуре, врач-педиатр ГБУЗ детской городской поликлиники №5

Целью проекта было формирование основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи проекта состояли в следующем:

Для детей:

- Познакомить детей с простейшими представлениями о здоровом образе жизни;
- Формировать первоначальное представление о себе, как отдельном человеке;
- Расширять знания о полезных продуктах, их значении для здоровья;
- Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно-гигиенические навыки;
- Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы культурно- оздоровительной работы.

Для родителей:

- Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
- Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены.

Для педагогов:

- Установить партнерские отношения с родителями воспитанников, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
- Создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки.

Актуальность проекта состояла в том, что здоровый образ – та ценность, которая остается неиссякаемой на протяжении всей жизни человека. Привычка к здоровому образу жизни может стать тем условием, которое позволит расти и развиваться каждому ребенку. И формирование этого ценностного качества личности возможно только при условии его целенаправленного формирования, как в детском саду, так и в семье. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы стать здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой помещения, а также соблюдать правила гигиены

Реализация проекта показала, что ребята активно принимали участие и вовлекли своих родителей.

С родителями была проведена следующая работа:

- совместная игра- путешествие с родителями «По дороге здоровья»;
- спортивные соревнования «Весёлые старты», Мама, папа, я –спортивная семья»;
- спортивный праздник «Моя спортивная семья»;
- создание информационных листов «Правильно питайся- здоровья набирайся!», «Спорт –это здоровье»;
- создание «Дорожки здоровья» на территории детского сада»;
- создание буклетов «Правила здорового образа жизни», «Режим моего дня»;
- изготовление массажных пособий для занятий в спортивном уголке.

В процессе реализации было установлено, что у детей повысилась любознательность, наблюдательность, желание заботиться о своем здоровье. А также мы увидели, что совместная деятельность способствует укреплению детско-родительских отношений, а также повышает интерес родителей к совместной деятельности с детьми и детским садом.

Заведующий МАДОУ МО г. Краснодар

«Детский сад № 193 «Планета будущего»

В.М.Кереселидзе-Алексеевко

Инструктор по физической культуре

М.С.Кислякова



ПАСПОРТ
социального проекта
для детей старшего дошкольного возраста

Название проекта: «За здоровьем-в детский сад»

Разработчик: Инструктор по физической культуре – Кислякова Мария Станисловна, МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 193».

Тип проекта: социально-значимый.

Продолжительность: долгосрочный

Сроки реализации: 15 января 2021 – 30 апреля 2021г.

Социальные партнёры: ДЮСШ №7.

Участники проекта: педагоги группы, старшие воспитатели, инструктор по физической культуре, воспитанники, родители.

Цель проекта: Создание благоприятных условий для воспитания у детей устойчивых навыков здорового образа жизни.

Задачи проекта:

- формирование у детей навыков гигиены, выполнение основных движений, представлений о режиме, активности и отдыхе, безопасности; привитие навыков правильной осанки; освоение знаний о своём организме, здоровье.
- развитие и укрепление костной, мышечной, сердечнососудистой, дыхательной систем, внутренних органов дошкольников, развития движений, а также закаливание организма ребёнка.
- формирование нравственно-физических навыков; выработка у детей привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенствовании; воспитание культурно-гигиенических навыков.

Актуальность проекта:

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Большую роль в этом играют здоровьесберегающие технологии.

В центре работы по укреплению здоровья и полноценному физическому развитию детей должны находиться образовательное учреждение и семья. Без помощи со стороны семьи физкультурно-оздоровительная работа, организуемая в образовательном учреждении, не может быть успешной. Актуальность заключается в нахождении побудительных стимулов, заставляющих родителей по-иному взглянуть на здоровье и

физическое развитие своих детей. Также необходимо усиление у детей мотивации и потребности к занятиям спортом.

Содержание реализации проекта:

- Онлайн собрание для родителей воспитанников о целях и задачах внедряемого проекта;
- Анкетирование родителей;
- Диагностика детей
- Беседа с детьми;
- Чтение художественной литературы;
- Дидактическое и методическое оснащение проекта;
- Проведение праздника, соревнований;
- Беседы с воспитанниками ДЮСШ №7;
- Рекомендации родителям;
- Связь с общественностью;
- Мастер - классы, акции;
- Просмотр видео – материала;
- Оформление спортивного уголка.

Этапы работы над проектом:

1. Подготовительный.

- Выбор темы, постановка целей и задач;
- Написание плана проектной деятельности;
- Изучение и подборка методической литературы для детей.
- На начальном этапе реализации проекта было организовано родительское собрание «Участвуем в проекте «Если хочешь быть здоровым!»»;
- Анкетирование и анализ анкет родителей. Анализ мониторинга детей;
- Составление плана мероприятий по физкультурно-оздоровительной деятельности в группе;
- Подготовка оборудования и материала для проведения совместных мероприятий с воспитанниками ДЮСШ № 7, родителями и детьми.

2. Практический:

- Консультация для родителей «Цели и задачи внедряемого проекта»;
- ООД с детьми: «День здоровья», «Путешествие в страну здоровья», «Будем стройные и красивые»;
- Дидактические игры: «Зимние и летние виды спорта», «Спортмеморина». Дидактические игры по формированию культурно-гигиенических навыков у детей «Азбука здоровья», «Таня простудилась», «Перемешанные картинки».

- Работа с общественностью по сбору материала для оформления альбома «Спортивная жизнь нашего города».

- Выставка рисунков «Мой любимый вид спорта».

- Акция среди детей средней и старшей групп «Со спортом в ногу мы идем». Акция среди общественности «Сбор современного спортивного инвентаря».

- Беседы с воспитанниками ДЮСШ №7. Проведение мастер - класса для детей старшего возраста «Нетрадиционное оборудование для занятий по физическому развитию» тренерами ДЮСШ №7;

- Сбор современного спортивного инвентаря с помощью родителей, для создания мини-музея в МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 193»;

- Проведение квест-игры «Формула здоровья»;

- Спортивный праздник среди групп старшего дошкольного возраста совместно с родителями «Спортивная семья»;

- Неделя здоровья для детей старшего дошкольного возраста «Береги здоровье смолоду!»;

- Создание фотовыставки с участием родителей «Мама, папа, я – спортивная семья» для воспитанников детского сада;

- Просмотр видео – роликов: Выступления олимпийских чемпионов на олимпиаде в Сочи, «Здоровым быть - со спортом дружить».

- Чтение художественной литературы М.М. Додж «Серебряные коньки» О. Секора «Муравьи вперёд», В. Крапивин «Оруженосец Сашка»;

- Акция для родителей с раздачей буклетов «Мы за здоровый образ жизни».

3. Заключительный:

- Онлайн занятие совместно с родителями и детьми «Со спортом в ногу мы идем!».;

- Мастер-класс для педагогов «Корректирующая гимнастика для детей старшего возраста».

- Создание сборника методических рекомендаций по здоровьесберегающим технологиям для педагогов ДОО.

- Создание буклетов и памяток «Современные виды спорта для детей и родителей».

- Презентация опыта для сотрудников детского сада «За здоровьем в детский сад».

- Анализ и оформление проектной деятельности. Подведение итогов.

Результаты проекта.

1. Снижение уровня заболеваемости детей.

2. Повышение показателей и оптимизация физкультурно-оздоровительной работы в детском саду по образовательной области «Физическое развитие».
3. Повышение уровня образования родителей по формированию здорового образа жизни у детей и упрочение связей между детским садом и семьёй.

Продукты проекта:

1. Оформлен альбом «Спортивная жизнь нашего города» для детей подготовительной к школе группе.
2. Создан мини-музей «Современный спортивный инвентарь» для детей среднего возраста.
3. Выставка рисунков «Мой любимый вид спорта» для воспитанников детского сада.
4. Выставка нетрадиционного оборудования, созданного воспитанниками детского сада и тренерами ДЮСШ № 7.
5. Акция среди детей средней и старшей групп «Со спортом в ногу мы идем».
6. Акция среди общественности «Сбор современного спортивного инвентаря».
7. Фотовыставка с участием родителей «Мама, папа, я – спортивная семья» для воспитанников детского сада.
8. Создание сборника методических рекомендаций по здоровьесберегающим технологиям для педагогов ДОО.
9. Буклеты и памятки «Современные виды спорта для детей и родителей»
10. Дидактические игры «Спортмеморина», «Азбука здоровья», «Зимние и летние виды спорта» «Таня простудилась», «Перемешанные картинки»
11. Оформление уголка по физическому развитию на территории ДОО «Со спортом мы дружны всегда.»
12. Подборка видео – материала
13. Презентация «За здоровьем в детский сад»

Учебно-методическое оснащение:

- Карепова Т. Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников. Планирование, система работы. – Волгоград, Изд-во: Учитель, 2016. 172.
- Сивачева Л.Н. Спортивные игры с нестандартным оборудованием. - М.: Мозаика-Синтез, 2018 год.
- Тарасова Т.А., Власова Л.С. Здоровый образ жизни. Я и мое здоровье. - М.: Мозаика-Синтез, 2018 год.

**Отчет о реализации социального проекта
для детей старшего дошкольного возраста
«За здоровьем-в детский сад»**

Отчет о реализации проекта был заслушан на собрании педагогов 5.05.2021г. Проект был разработан инструктором по физической культуре - Кисляковой Марией Станисловной, МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 193».

Участниками проекта: педагоги группы, старшие воспитатели, инструктор по физической культуре, тренера и воспитанники ДЮСШ №7, воспитанники, родители.

Целью проекта являлось: создание благоприятных условий для воспитания у детей устойчивых навыков здорового образа жизни.

Задачами стало: формирование нравственно-физических навыков; выработка у детей привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенствовании; воспитание культурно-гигиенических навыков.

Актуальность заключается в нахождении побудительных стимулов, заставляющих родителей по-иному взглянуть на здоровье и физическое развитие своих детей. Также в необходимости усиления у детей мотивации и потребности к занятиям спортом.

Реализация проекта показала, что снизился уровень заболеваемости детей. Повысился уровень показателей физкультурно-оздоровительной работы в детском саду по образовательной области «Физическое развитие». Повысился уровень образования родителей по формированию здорового образа жизни у детей и связь между детским садом и семьей. Сотрудничество с воспитанниками и тренерами ДЮСШ №7 оказало высокую результативность, положительный отклик и мотивацию у детей к занятиям по физической культуре и дополнительных спортивных секций.

Продуктами проекта стали: альбом «Спортивная жизнь нашего года», мини-музей «Современный спортивный инвентарь», выставка рисунков «Мой любимый вид спорта», выставка нетрадиционного оборудования, созданного воспитанниками детского сада и тренерами ДЮСШ № 7, акция среди детей средней и старшей групп «Со спортом в ногу мы идем», акция среди общественности «Сбор современного спортивного инвентаря», фотовыставка с участием родителей «Мама, папа, я – спортивная семья» для воспитанников детского сада, создание сборника методических рекомендаций по здоровьесберегающим технологиям для педагогов ДОО, буклеты и памятки «Современные виды спорта для детей и родителей».

В процессе реализации проекта было установлено, что совместная деятельность способствует укреплению детско-родительских отношений.

Подводя итоги всей проделанной работы, можно сказать, что поставленная цель была достигнута: у детей на достаточном уровне сформированы основные представления о здоровом образе жизни и потребность соблюдать правила здорового образа жизни

Данный проект показал заинтересованность родителей в вопросах оздоровления своих детей, а совместные спортивные мероприятия детского сада сблизили семьи воспитанников. Родители осведомлены о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о физических умениях и навыках детей; у родителей создана активная позиция в совместной двигательной деятельности с детьми; родители заинтересованы в укреплении здорового образа жизни в семье, они стали активными участниками процесса.

Заведующий МАДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад № 193 «Планета будущего»

В.М. Кереселидзе-Алексеев

Инструктор по физической культуре:

М.С. Кислякова

