



Утверждаю:  
Заместитель МБДОУ «Детский сад № 4»  
Закирова Г. П.  
Приказ № 48-ОД от 30.08.2022 г.

## Проект «Здоровые Дети-Здоровая семья»

Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации.

Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

### Актуальность проекта

В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом. Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

**Вид проекта:** практико-ориентированный. По содержанию: социально - педагогический  
Участники проекта: дети 5-7 лет, педагоги, родители.

По времени проведения: 2022-2023 учебный год (долгосрочный)

**Цель проекта:** Создание единого здоровья сберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни у детей и родителей.

### Задачи проекта:

- создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников;
- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни;
- улучшить показатели физического развития и здоровья детей;
- ориентировать родителей на воспитание здорового ребенка;

1. повышать интерес родителей путём просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми;

-Повышать педагогическую ивалеологическую культуру родителей.

**Предлагаемый результат проекта:**

- Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
- Разработан цикл занятий по теме: «Азбука здоровья».
- Составление перспективного планирование по здоровьесбережению и обобщение опыта работы по технологии здоровьесбережения.
- Создание цикла консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.
- Улучшение показателей здоровья детей.
- **Этапы реализации проекта**

№п/п	Этапы	Цель	Сроки
1.	Подготовительно-проектировочный этап	Выявления потребности в оздоровлении детей.	Сентябрь
2.	Практический этап	Выявление перспективных форм работы по здоровьесбережению с детьми и родителями.	Октябрь - апрель
3.	Обобщающе - результативный этап	Мониторинг результатов и подведение итогов	Май
4.	Презентация проекта	Обобщение и внедрение передового педагогического опыта.	Май

## План реализации проекта

Месяц	Виды и формы работы с детьми и педагогами	С родителями	Цели и задачи
Сентябрь	<p>Разработка плана совместной работы педагогов по формированию представлений детей о ЗОЖ.</p> <p><u>Консультации:</u></p> <p>«Создание здоровьесберегающей системы ДОУ»;</p> <p>«Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ и критерии их оценки».</p> <p><u>Тематическая выставка</u> в методическом кабинете по теме проекта.</p> <p>Создание совместно педагогами групп уголков здоровья.</p>	<p>Анкетирование родителей: «Отношение родителей к формированию здорового образа жизни»;</p> <p>оформление для родителей папок-передвижек:</p> <p>– «Растим вместе здорового ребенка»,</p> <p>– «Спортивный досуг семьи.</p> <p>Движения и игры на прогулке».</p>	<p>Изучение литературы по физическому развитию дошкольников, программ по здоровьесбережению, опыт работы детских садов из разных городов России.</p> <p>Ориентация семьи на воспитание здорового ребенка; формирование у родителей теоретических знаний и выработка потребности следовать здоровому образу жизни.</p> <p>-Вызвать интерес к спортивным играм, желание заниматься спортом</p>
Октябрь	<p><u>Консультации</u></p> <p>«Утренняя гимнастика и ее вариативность содержания».</p> <p>«Здоровьесберегающие технологии в работе ДОУ».</p> <p>«Организация в группах</p>	<p><u>Консультации:</u></p> <p>«Утренняя гимнастика – одно из средств оздоровления и профилактики болезней»;</p> <p>«Нетрадиционные методы оздоровления детей дошкольного возраста»</p>	<p>Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей</p> <p>Познакомить родителей с нетрадиционными методами</p>

	здоровье пространства».	сберегающего		лечения простудных заболеваний.
	<u>Спортивный праздник</u> «Моя семья, физкультура и я!»			Приобщать к здоровому образу жизни, развивать физические качества, двигательные умения и навыки; формировать интерес к физкультуре и спорту; воспитывать сплоченность, дружеские взаимоотношения в семье и коллективе.
Ноябрь	<u>Консультация</u> «Социально психологическое благополучие дошкольника в семье».	–	<u>Консультации:</u> «Укрепляем мышцы спины, пресса - формируем правильную осанку». «День Здоровья» - пригласить родителей для ознакомления с различными формами двигательной деятельности - «Мы со спортом крепко дружим!» в старшей группе.	Познакомить с формами организации физической активности и их значение для здоровья человека Воспитание потребности в занятиях физической культурой.
Декабрь	<u>Консультация</u> «Нетрадиционные методы оздоровления»;	методы	<u>Родительская конференция</u> «Физкультура и здоровье ребенка»	Повысить уровень педагогической компетентности родителей по приобщению детей к здоровому

	<p><u>Презентация</u> Специфика организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду».</p> <p><u>Познавательное развитие</u> «Что я знаю о своем теле?»</p>	<p><u>-Показ НОД с использованием здоровьесберегающих технологий</u> «Здравствуй зимушка-зима!» в подготовительной группе;</p> <p>-Делимся опытом семейного воспитания</p> <p>«Наша спортивная семья» (родители);</p> <p>-«Уголок для занятий физкультурой дома»;</p> <p>-Выставка методической литературы о физкультуре, спорте и здоровье.</p>	<p>образу жизни.</p> <p>Обеспечение тесного сотрудничества и единных требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей.</p>
<p>Январь</p>	<p>Консультация «Использование здоровьесберегающих технологий в личностном развитии ребенка», презентация «Здоровье –сберегающие технологии – технологии сохранения и укрепления здоровья дошкольников»,</p>	<p>Консультация «Растим здорового ребенка»</p>	<p>Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию Развитие двигательных умений и навыков. Дать детям возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действии.</p>
<p>Февраль</p>	<p>Тренинг «Игры и упражнения для развития ловкости у детей 5 – 7 лет»;</p> <p>Конкурс уголков здоровья в группах.</p>	<p>Консультация «Влияние психологического климата семьи на здоровье ребенка»;</p> <p>Участие пап в спортивном празднике «Эстафеты для</p>	<p>Обеспечение тесного сотрудничества и единных требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей.</p> <p>Осуществление пропаганды</p>

	<p>Спортивный праздник «Эстафеты для сильных и смелых» посвященный дню Защитника Отечества.</p>	<p>сильных и смелых», посвященному дню Защитника Отечества.</p>	<p>здорового образа жизни. Воспитание интереса к физической культуре и спорту.</p>
<p>Март</p>	<p>Консультации «Сохранение и укрепление здоровья детей»; «Дыхательные упражнения как игровой метод оздоровления и развития дошкольников».</p>	<p>Семейный клуб. Встреча-дискуссия «Здоровье без лекарств» -Как природа нам помогает быть здоровыми» День Здоровья</p>	<p>Обеспечение тесного сотрудничества и единных требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей.</p>
<p>Апрель</p>	<p>НОД Познавательное развитие - «Твое питание - твоё здоровье» в старшей и подготовительной к школе группах; <u>Неделя здоровья</u> «Использование различных видов и форм работы с детьми при формировании элементарных представлений детей о ЗОЖ». Выставка рисунков «О спорт - ты мир!»</p>	<p>Обмен опытом «Вкусно, полезно, доступно» (блюда полезные для здоровья); Подготовка совместно с педагогами и детьми к выставке газет ««Быть здоровым я хочу», в рамках проведения недели здоровья.</p>	<p>Дать детям знания о полезных и не очень полезных продуктах. Формировать представление о том, что для роста и здоровья необходимо правильно питаться. Воспитывать ответственность за своё здоровье. Формировать у детей представление о спорте как одном из составляющих здоровья.</p>

Май	<p><u>Эстафета педагогического мастерства. Творческие отчеты педагогов о проделанной работе.</u></p> <p><u>Конкурс детских групповых альбомов «Хочу заниматься спортом».</u></p> <p><u>Мониторинг эффективности педагогической работы по формированию представлений детей о ЗОЖ.</u></p> <p><u>Презентация проекта.</u></p>	<p><u>Участие в спортивном празднике «Спорт – это сила и здоровье!»; Консультации «Подвижные игры дома и на улице», «Игры детей летом», «Закалывание детей в летний период»;</u></p> <p><u>Анкетирование родителей на тему: «Изменилось ли ваше отношение к физкультуре и спорту?»</u></p>	<p><u>Формировать представление и роли спорта в сохранении и укреплении здоровья человека. Осуществлять пропаганду здорового образа жизни. Воспитывать интерес к физической культуре и спорту у всех участников образовательного процесса.</u></p>
-----	---	--	--

**Постпроектная деятельность:**

- Подведение итогов реализации проекта, опрос удовлетворенности родителей и педагогов, результаты мониторинга.
- 2. Распространение опыта на методическом объединении воспитателей.
- Презентация цикла занятий «Здоровье без лекарств».