Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение № 14 детский сад «Березка»

Педагогический проект

по физической культуре для детей

**«Здоровье ребенка в наших руках»**

Руководитель проекта: Рязанцева Н.И.

инструктор ФИЗО МКДОУ №14

детский сад «Березка»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание |  |
| 1. | Краткая аннотация проекта……………………………... |  |
| 2. | Обоснование проекта……………………………………. |  |
| 3. | Цель, задачи……………………………………………… |  |
| 4  5. | Условия реализации проекта  Основное содержание проекта |  |
| 6. | Этапы реализации проекта…………………………………………………. |  |
| 7.  8. | План –график реализации проекта   |  |  | | --- | --- | | Ресурсы | 11-16 | |  |
| 9. | Целевая аудитория………………………………………. |  |
| 10. | Ожидаемые результаты…………………………………. |  |
| 11. | Литература……………………………………………….. |  |
| 12. | Приложение……………………………………………… |  |

**Аннотация проекта:**

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания дошкольника могут быть реализованы лишь при тесном взаимодействии двух сторон - детского сада и семьи. Совместная деятельность педагогов ДОУ и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей - будущее страны. Общепризнано, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Несмотря на то, что многие родители признают важность физического воспитания, констатируется явно недостаточная активность родителей в данном элементе семейного воспитания. Между тем семейное физическое воспитание способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата.

С целью выявления представлений родителей о здоровом образе жизни в семье проводился анкетный опрос

Анкетирование показало, что знания родителей дошкольников о мерах по сохранению и укреплению здоровья не достаточны.

Поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни. Лишь при условии реализации преемственности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ и семье, совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика.

**Обоснование:** Проект «Здоровье ребенка в наших руках» раскрывает новые эффективные формы взаимодействия ДОУ с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни, которые основываются на формах совместной деятельности детей и родителей. Предполагается активное участие детей, родителей, педагогов и по своей доступности и эффективности проект может применяться в дошкольных учреждениях любого типа.

**Цель:**Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма, увеличение физической и умственной работоспособности, улучшение здоровья детей и родителей, совместными усилиями обеспечивая воспитание здорового ребенка в здоровых семьях на различных этапах его жизни.

**Задачи**

* Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
* Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры.
* Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (лыжи, баскетбол, футбол, волейбол, ритмика).
* Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
* Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.
* Помочь педагогам и родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации и здоровья, поведенческих навыков у них здорового образа жизни.
* Создание оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.

**Условия реализации проекта:**

1. Интеграция и дифференциация   здоровьесберегающего  материала с содержанием комплексной “Программы обучения и воспитания” под ред. Васильевой.

2. Наличие теоретических и практических знаний у педагогов.

3. Накопление, систематизация материалов по физкультурно-оздоровительной работе.

4.Активное сотрудничество с семьей и социумом.

**Основное содержание проекта.**

Педагогическая целесообразность педагогического проекта заключается в выбранной тактике использования традиционных и нетрадиционных форм взаимодействия ДОУ с семьями воспитанников, которые в полной мере решают все поставленные задачи (схема).

Схема

Индивидуальные:

* беседа;
* консультация;
* посещение семьи

Коллективные:

* родительские собрания;
* тематические консультации

Информационно-наглядные:

* материалы на стендах;
* папки-передвижки;
* рекомендации

Информационно-аналитические:

* анкетирование, опросы;
* «телефон доверия»

Наглядно-познавательные:

* дни открытых дверей;
* семинары-практикумы;
* дни здоровья;
* консультирование специалистами;
* проспекты, стенды, буклеты

Совместная спортивная деятельность:

* физкультурные занятия;
* физкультурные досуги, интеллектуально-двигательные игры;
* туристические прогулки-походы

Совместное творчество детей и родителей:

* выпуск мини-газет, плакатов;
* выставки детского творчества;
* фотовыставки;

Основным механизмом для достижения цели проекта и, объединяющим  педагогов, детей и родителей, являются формы совместной деятельности.

Построение педагогического процесса предполагает преимущественное использование наглядно-практических, игровых методов и приемов, способов организации совместной деятельности детей и родителей.

**Совместные физкультурные занятия (1 раз в квартал).**

Совместные физкультурные занятия являются самой эффективной формой работы с родителями по формированию культуры здоровья дошкольника и его мотивации на здоровый образ жизни.

Цель совместных физкультурных занятий - ориентация семьи на воспитание здорового ребенка, гармонизация детско-родительских отношений средствами физической культуры и повышение компетенции родителей в области физического развития и воспитания детей.

Задачи совместных физкультурных занятий.

1. Содействовать формированию теоретических знаний и практических умений у родителей в области физического воспитания ребенка.
2. Формировать у дошкольников потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями.
3. Совершенствовать двигательные навыки и умения в детско-родительской паре.
4. Развивать у дошкольников физические качества и психические процессы, творческую и познавательную активность, инициативу.

Отличительная особенность совместных физкультурных занятий заключается в следующем:

1. Большую часть времени ребенок выполняет задания вместе с родителем, при этом каждый из них выступает для собственного ребенка в роли партнера, помощника, тренера.
2. Родители имеют возможность наблюдать своего ребенка в коллективе сверстников, а когда родители на глазах у детей демонстрируют свое умение бегать, прыгать, соревноваться - это дарит детям огромную радость от взаимного общения, создается хороший эмоциональный настрой, что немало важно для психического здоровья.
3. В конце занятия родителям выдаются памятки, даются рекомендации.

Эффективность занятий зависит от различной формы проведения и от рациональной организации детей и взрослых на занятии.

Таблица

|  |  |
| --- | --- |
| Форма проведения | Содержание |
| Сюжетные занятия | В основе сюжетных занятий лежат совместные движения детей и взрослых, органично сочетаемые с развитием сюжета. |
| Интегрированные занятия | Содержание интегрированных занятий позволяет ребенку вместе с родителем преодолевать трудности, решать проблемные ситуации. |
| В игровой форме | В содержание игрового занятия включены эстафеты, подвижные игры. Для выполнения движений используются приемы имитации, подражания. |
| Занятия-практикумы  *Примечание.*  При подготовке к занятиям-практикумам особое внимание необходимо обратить на аргументированность и доказательность тех положений, с которыми педагог знакомит родителей. Конструктивно использовать возникшие в ходе занятий проблемные ситуации и спорные мнения. | Занятия-практикумы включают теоретическую и практическую части:   * в теоретической части родителям предлагается сообщение или беседа специалиста (врача, психолога, медицинская сестра, инструктора по физкультуре) по определенной теме; * в практической части – участвуют родители и дети – они выполняют какой-либо комплекс лечебно-профилактических мероприятий. |
| * При фронтальной организации детско-родительские пары выполняют упражнения одновременно. | |
| * При групповом способе из детско-родительских пар образуются подгруппы: каждая выполняет задание, а затем меняется местами с другой подгруппой. | |
| * Эффективнее использовать круговую тренировку. | |

При организации совместных физкультурных досугов создаются условия для реализации природной двигательной активности детей, потребности в самоутверждении. Предоставляется уникальная возможность развиваться ребенку, обогащать двигательный опыт, формировать у дошкольников и их родителей приемы здорового образа жизни. Досуги имеют постоянную тематику поквартально.

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Название досуга |
| Ноябрь  Декабрь | «Мама – солнышко мое!»  «Веселые старты»  «Праздник подвижных игр» |
| Февраль  Март | «Вот какой, вот какой папочка любимый мой»  «Зимние забавы»  «Веселая Масленица» |
| Апрель  Июнь | Всемирный день здоровья.  Веселые старты.  День защиты детей |
| Июль  Август | День семьи  Спартакиада « Веселый стадион»  Праздник Нептуна |

**Этапы реализации проекта:**

1. Подготовительный (сентябрь 2016 уч. г.)

* Изучение состояния здоровья детей.
* Подборка информации по актуальным вопросам здорового образа жизни.
* Изучение технологий построения позитивного сотрудничества с семьей по приобщению к ЗОЖ.
* Составление плана проекта, определение сроков реализации и ответственных за отдельные этапы проекта.
* Анкетирование родителей.

2. Содержательный (октябрь – апрель 2017уч. г.)

* Беседа с детьми о важности здорового образа жизни;
* Утренняя гимнастика;
* Гимнастика после сна.
* **Физкультурные развлечения, спортивные праздники:**
* «Весёлые старты»;
* «Народные игры»;
* «Зимние забавы»;
* «Малая детская Олимпиада»;
* «Подвижные игры».

**Совместная деятельность с родителями:**

* Оформление групповых информационных стендов;
* Изготовление «Дорожек здоровья»;
* Консультации для родителей:
* «Закаливание - один из способов профилактики простудных заболеваний»;
* «К чему приводит малоподвижный образ жизни? »;
* «Рациональный режим дня»;
* «Читая детскую литературу, укрепляем и сохраняем здоровье»;
* «Детские передачи – помощники в укреплении здоровья».

3. Презентационный (май 2018 г)

* Родительское собрание «Движение – это жизнь »;
* Оформление выставки изготовленных папок «Мой любимый выходной».
* Анализ результатов проектной деятельности (педсовет), протоколы родительских собраний, фотовыставки .

Обобщение опыта.

**Сроки реализации проекта:**2016-2018год.

**Условия реализации проекта:**

1. Интеграция и дифференциация   здоровьесберегающего  материала с содержанием комплексной “Программы обучения и воспитания” под ред. Васильевой.

2. Наличие теоретических и практических знаний у педагогов.

3. Накопление, систематизация материалов по физкультурно-оздоровительной работе.

4.Активное сотрудничество с семьей и социумом.

**План – график реализации проекта**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Месяц | Тема мероприятия | Форма организации | Ответственные |
| Сентябрь | ЗОЖ  Изучение уровня осведомленности и мотивации родителей в вопросах укрепления и поддержания здоровья дошкольников | Анкетирование  родителей | Инструктор по физо Рязанцева Н.И., медсестра, воспитатели. |
| Октябрь | Информирование сотрудников и родителей о реализации проекта « Здоровье ребенка в наших руках»  Утренняя  гимнастика  «Наш любимый вид спорта»  Гимнастика после сна  ЗОЖ  «Зачем нужна спортивная форма в детском саду»  Семинар – практикум по физо для родителей  «Будьте здоровы!» | Консультации, беседы  Занятие (ежедневное на воздухе в зависимости от погодных условий )  Выставка  Занятие (ежедневное)  Консультация для родителей  Практическое занятие с участием родителей  Консультация для родителей | Инструктор по физо Рязанцева Н.И., медсестра  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп, инструктор по физо,медсестра  Воспитатели старших групп, родители.  Инструктор по физо и воспитатели старших групп  Инструктор по физо и воспитатели старших групп |
|  | Ноябрь  Декабрь | Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна  «Мама- солнышко мое»  «Физическое воспитание в семье»  оформление групповых информационных стендов  «Зимние забавы»  «Дорожки здоровья»  «Зимние виды »  Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна | Занятие (ежедневное)  Занятие (ежедневное)  Спортивный праздник для мам    Консультация для родителей  Развлечение  Изготовление  Консультация  Занятие (ежедневное)  Занятие (ежедневное) | Воспитатели  старших групп  Воспитатели старших групп.  РязанцеваН.И., воспитатели Недбайло Т.А., Глазева Е.Н., Андрющенко Н.А., ПлетюховаС.А.  Медсестра Забусова Л.Ф.  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Инструктор по физо  Рязанцева Н.И., воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп |
| Январь | «Подвижные игры»  «Здоровье в порядке- спасибо зарядке!»  «Зимние виды спорта»  Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна | Развлечение  Консультация для родителей  Беседа с детьми  Занятие (ежедневное)  Занятие (ежедневное) | Инструктор по физо  Рязанцева Н.И.  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп.  Инструктор по физо  Рязанцева Н.И.  Воспитатели старших групп  Воспитатели  старших групп |
| Февраль | «Привлечение ребенка к совместным занятиям спортом »  «Человек и его здоровье»  «Папа, мама и я- спортивная семья»  Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна | Консультация для родителей  Беседа с детьми  Развлечение  Занятие (ежедневное)  Занятие (ежедневное) | Инструктор по физо Рязанцева  Инструктор по физо Рязанцева Н.И., медсестра, психолог  Инструктор по физо Рязанцева  Воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп |
| Март | « Игровая деятельность как средство воспитания у дошкольников положительной привычки безопасного поведения на улицах сел и городов».  Открытые занятия для показа родителям  Летние виды спорта  Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна | Консультация для родителей, родительское собрание, мастер-класс.  Дни открытых дверей  Занятия для родителей  Беседа с детьми  Занятие (ежедневное)  Занятие (ежедневное) | Воспитатели старших групп, психолог, инструктор по физо  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Воспитатели старших групп |
| Апрель | «Малая детская Олимпиада»  Всемирный день здоровья.  Утренняя гимнастика на воздухе  Гимнастика после сна | Открытые мероприятия  С участием родителей и воспитателей  Занятие (ежедневное) | Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Воспитатели старших групп  Инструктор по физо Рязанцева Н.И., воспитатели старших групп  Воспитатели старших групп |
| Май | «Мой любимый выходной»  «Здоровье в порядке – спасибо зарядке! »  Утренняя гимнастика  Гимнастика после сна  Презентация | Выставка изготовленных папок  Зарядка на воздухе  Занятие (ежедневное)  Занятие (ежедневное)  Итоговый педсовет | Воспитатели старших групп  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Инструктор по физо Рязанцева Н.И.  Воспитатели старших групп  Инструктор по физо Рязанцева Н.И. |

**Ресурсы.**

1. Временные – сезонные.
2. Информационные - просветительско-профилактическая информация.
3. Интеллектуальные (экспертные) – образовательная программа, диагностический инструментарий по физическому развитию.
4. Человеческие (кадровые) – сотрудники ДОУ, родители
5. Организационные – администрация ДОУ.
6. Материально-технические – предметно-развивающая среда спортивного зала, спортивной площадки, средства ТСО.

**Целевая аудитория проекта.**

1. Дошкольники 5-7 лет (старшие, подготовительные группы).
2. Родители детей 5-7 лет.
3. Сотрудники ДОУ:

* инструктор по физкультуре;
* воспитатели групп;
* психолог;
* музыкальный руководитель;
* медсестра;

**Ожидаемые результаты:**

* Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации проекта.
* Повышение заинтересованности работников детского сада, родителей в укреплении здоровья дошкольника.
* Формирование желания у детей и их родителей заботится о сохранении своего здоровья; знакомство с правилами здорового образа жизни, личной гигиены, гигиены здоровья, рациональной двигательной активности
* Установление партнерских отношений с семьями воспитанников

**Результаты реализации проекта.**

Продуктом педагогического проекта «Здоровье ребенка в наших руках» являются методические разработки (приложение ).

1. Совместная спортивная деятельность:

* физкультурные занятия, занятия практические
* .
* комплексы упражнений в детско-родительской паре,
* сценарии физкультурных досугов.

1. Оформление результатов совместного творчества детей и родителей:

* Выставки рисунков
* фотовыставки

**Библиография:**

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1983.
2. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М., АРКТИ, 2001.
3. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М.: Мозаика-Синтез, 2005.
4. Береснева З.И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. М.: творческий центр СФЕРА, 2005.
5. Данилина Т.А. Взаимодействие ДОУ с социумом. М.:АРКТИ, 2004.
6. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми: Просвещение, 2002.
7. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. В., 2007.
8. Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей. Творческий центр «Сфера» 2010.
9. Пешкова Н.В.,Шкитырь Н.А., Яковлева Н.А. «Спортивные праздники и соревнования с использованием подвижных игр» Библиотека воспитателя Курсив 2007.
10. Солодянкина О.В. Сотрудничество ДОУ с семьей, М., 2004.
11. Управление ДОУ №5, 2003//Кротова Т.В. Оценка уровня взаимодействия ДОУ и семьи.
12. Управление ДОУ №1, 2004 // Евдокимова Е.С. Проектирование как здоровьесберегающая технология в ДОУ.
13. Управление ДОУ №5, 2004// Лукина Л.И. Работа с родителями в ДОУ.
14. Управление ДОУ №3, 2004 //Рылеева Е.В., Барсукова Л.С. Учимся сотрудничать с родителями.
15. Управление ДОУ №8, 2006// Гордеева В.А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ.
16. Управление ДОУ №7, 2006 // Лукина Л.И. Путь к здоровью ребенка лежит через семью.

**Ожидаемые результаты.**

1. Увеличение количества детей с высоким уровнем физической подготовленности к школе.
2. Снижение заболеваемости детей.
3. Активизировать участие родителей в физкультурно-оздоровительном процессе.

Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.

**Результаты реализации проекта.**

Продуктом педагогического проекта «Здоровье ребенка в наших руках» являются методические разработки (приложение 1).

1. Совместная спортивная деятельность:

* физкультурных занятий,
* комплексы упражнений в детско-родительской паре,
* сценарии физкультурных досугов .

1. Оформление результатов совместного творчества детей и родителей:

* Выставки рисунков
* фотовыставки

**Библиография:**

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1983.
2. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М., АРКТИ, 2001.
3. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М.: Мозаика-Синтез, 2005.
4. Береснева З.И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. М.: творческий центр СФЕРА, 2005.
5. Данилина Т.А. Взаимодействие ДОУ с социумом. М.:АРКТИ, 2004.
6. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми: Просвещение, 2002.
7. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. В., 2007.
8. Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей. Творческий центр «Сфера» 2010.
9. Пешкова Н.В.,Шкитырь Н.А., Яковлева Н.А. «Спортивные праздники и соревнования с использованием подвижных игр» Библиотека воспитателя Курсив 2007.
10. Солодянкина О.В. Сотрудничество ДОУ с семьей, М., 2004.
11. Управление ДОУ №5, 2003//Кротова Т.В. Оценка уровня взаимодействия ДОУ и семьи.
12. Управление ДОУ №1, 2004 // Евдокимова Е.С. Проектирование как здоровьесберегающая технология в ДОУ.
13. Управление ДОУ №5, 2004// Лукина Л.И. Работа с родителями в ДОУ.
14. Управление ДОУ №3, 2004 //Рылеева Е.В., Барсукова Л.С. Учимся сотрудничать с родителями.
15. Управление ДОУ №8, 2006// Гордеева В.А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ.
16. Управление ДОУ №7, 2006 // Лукина Л.И. Путь к здоровью ребенка лежит через семью.