

Краткосрочный проект «Семь лепестков здоровья»



Выполнила:
Алий Л.В.

Паспорт проекта

1. Направленность проекта.	Направлен на взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи в вопросах формирования у детей дошкольного возраста адекватного отношения к здоровому образу жизни
2. Основание для разработки проекта	ст.43 Конституции РФ; Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ; Закон ХМАО – Югры «О региональном компоненте государственных образовательных стандартов в ХМАО – Югре»;
3. Тип проекта.	Обучающий, игровой, спортивный
4. Сроки реализации	Декабрь 2019 года
5.Разработчик проекта	Алий Л.В Царёва Т.В.
6. Участники проекта	Воспитанники группы, педагоги, родители (законные представители).
7.Цель проекта	Формирование у родителей устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья своих детей.
8.Задачи проекта	<p>1.Повышение уровня знаний родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье посредством педагогического просвещения;</p> <p>2.Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах здоровья детей.</p> <p>3.Совершенствовать стиль партнерских отношений между ДООУ и семьей.</p> <p>4.Обеспечить проведение работы, включающей всех участников образовательного процесса по снижению заболеваемости воспитанников и формированию основ здорового образа жизни</p> <p>5.Разработать модель сотрудничества детского сада и семьи по формированию осознанного, творческого, бережного отношения к здоровью детей .</p>
Оборудование и материалы	<p>Проектор, экран, ноутбук, презентация;</p> <p>Цветик –семицветик из цветной бумаги.</p> <p>Мяч, «Су-джок», пирамида, крупа и мелкие игрушки, кегли, комплекс гимнастики для глаз, утренняя гимнастика, упражнение колечко, картотека зимних подвижных игр на свежем воздухе.</p>
Место проведения	музыкальный зал, участок на территории ДООУ.

Паспорт проекта

9.Механизм реализации проекта

I этап – аналитический

Цель: создание условий для реализации проекта.

1. Изучение и анализ методической литературы.
2. Определение целей и задач, организационных и содержательных условий, направлений, форм, методов приемов и средств.
3. Подборка методической, научно-популярной и художественной литературы, иллюстрированного материала, игрушек, атрибутов для игровой деятельности по здоровьесберегающей тематике.
4. Оформление выставки детских рисунков и поделок, фотографий «В здоровом теле - здоровый дух! »
- 5.Составление проекта, конспекта родительского собрания. Подготовка музыкального зала к проведению родительского собрания.

2. Этап – практический

Проведение мероприятия (Приложение 1)

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни через игровую деятельность.

На данном этапе осуществляется информационная и развивающая работа с родителями и детьми,направлена на повышение уровня педагогического мастерства при работе с детьми по вопросам сохранения здорового образа жизни.

Включает в себя методы активного взаимодействия: включение родителей и детей в игры, направленные на укрепление здоровья.

III этап – диагностический

Цель: выявление эффективности реализации проекта.

1. Рефлексия, анализ трудностей и путей их преодоления.
3. Совершенствование методов и приемов работы.
4. Участие в конкурсах разного уровня, викторинах, соревнованиях.
5. Обобщение опыта работы.
6. Разработка рекомендаций и консультаций для педагогов по применению и реализации проекта.

Ожидаемые результаты:

1. Обогатится социальный опыт родителей дошкольников. Будет повышена родительская активность в воспитательном процессе ДОО. Получение информации по укреплению и сохранению здоровья детей с дальнейшим применением в повседневной жизни через игровую деятельность.
2. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни;
3. Родители будут вовлечены в единое пространство «Педагоги, дети и родители – единый коллектив».
4. Повышение активности родителей через приобщение к участию в жизни детского сада и использование актуальных форм и методов взаимодействия с родителями в ДОО.
5. Снижение заболеваемости.

Первый этап – аналитический

Цель: создание условий для реализации проекта.

1. Изучение и анализ методической литературы.
2. Определение целей и задач, организационных и содержательных условий, направлений, форм, методов приемов и средств.
3. Подборка методической, научно-популярной и художественной литературы, иллюстрированного материала, игрушек, атрибутов для игровой деятельности по здоровьесберегающей тематике.
4. Оформление выставки детских рисунков и поделок, фотографий
«В здоровом теле - здоровый дух! »
5. Составление проекта, конспекта мероприятия.
6. Подготовка музыкального зала к проведению родительского собрания.

Второй этап – практический (реализация проекта)

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни через игровую деятельность.

На данном этапе осуществляется информационная и развивающая работа с родителями и детьми, направленная на повышение уровня педагогического мастерства при работе с детьми по вопросам сохранения здорового образа жизни.

Включает в себя методы активного взаимодействия: включение родителей и детей в игры, направленные на укрепление здоровья.

Второй этап – практический (реализация проекта)

1.Проведение мероприятия

- Вступление
- Игра для родителей «Закончи предложение: здоровье – это...»
- Мастер- класс «Цветик-семицветик»

2. Итоговое мероприятие «День здоровья» в выходной день.

Второй этап

- Игра для родителей «Закончи предложение: здоровье – это...»

Правила: родители передают мяч по кругу и говорят здоровье это-

1. Чистить зубы надо... два раза в день, утром и вечером
2. Нужно всегда вставать... в одно и то же время
3. Всегда мыть руки... с мылом
4. Никогда не есть немытые..овощи и фрукты
5. Во время еды нельзя... разговаривать
6. Всегда в одно и то же время надо..вставать,
ложиться спать,
делать уроки



Режим дня

Для здоровья и полноценного развития детей дошкольного возраста необходимо соблюдать правильный режим дня.

Задание: составить режим дня дошкольника и собрать нашу пирамидку, называя режимные процессы по порядку.

(зарядка и гигиенические процедуры, завтрак, прогулка, обед, сон, полдник, игры, ужин, сон).



Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика –
первый шаг к здоровью.

Она помогает организму
пробудиться от сна;
способствует повышению
работоспособности;
улучшает самочувствие.

Гимнастика под музыку *«Солнышко лучистое»*.

1 куплет

Эй, лежобоки, ну-ка вставайте!
На зарядку выбегайте!
Хорошенько потянулись
Наконец-то все проснулись!
Начинаем: "Все готовы?" Отвечаем: "Все
готовы!"
Начинаем: "Все здоровы?"
Отвечаем: "Все здоровы!"
Становитесь по порядку
На веселую зарядку, приготовились, начнем
И все вместе подпоем!

Руки в стороны, ладони верх, пружинка в
колен.
Машем руками ладони к себе "зазываем".
Маршируем.
Поднимаем руки вверх, через стороны.
Руки вверх - зеваем.
Руки в стороны.
Все дружно отвечают.
Руку прикладываем к уху,
как бы прислушиваясь.
Руки к плечам, круговые вращения.
Ноги сгибаем пружинящими движениями
вверх - вниз.

Припев:

Солнышко лучистое, любит скакать
С облачка на облачко, перелетать!
1-2-3-4 / 3 раза - 5, и еще раз
1-2-3-4/ -5

Вращения руками вокруг друг
др.(вертушка)-2хлопка.

Гимнастика для глаз

Современные дети очень много времени проводят перед экраном телевизора, компьютера, планшета, телефона.

Которые оказывают на зрение вредное воздействие, так как не всегда соблюдаются необходимые гигиенические требования: расстояние до экрана и количество времени проведенное перед ним.

Проведение комплекса гимнастики для глаз для детей и родителей.

Двигательная активность

Движение – это жизнь.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игра « *Кто лишний?* ».

По кругу ставят кегли (*на один-два меньше, чем число участников*). Игроки встают рядом с кеглями и под музыку начинают ходить вокруг них. Как только музыка прекратиться, каждый должен взять кеглю. Кому не хватит кегли, выбывает из игры.

В это же время из круга убирают еще кегли и игра продолжается

Когда остается всего два игрока и одна кегля, проводят заклинание и хитрый игрок – победитель.



является самый ловкий

Массаж рук

В переводе с корейского "Су" означает – кисть, "Джок" – стопа.

Человеческая стопа и кисть обладает огромным количеством рецепторных полей, которые связаны с различными частями тела.

Применение су-джок массажёров способствует развитию мелкой моторики, стимулированию речевой области в коре головного мозга, укреплению организма, повышает физическую и умственную работоспособность детей.

Пальчиковая гимнастика с применением су-джок массажёра «Колобок»

Кинезиология

Термин **«кинезиология»** состоит из двух частей: кинезис – движение, логос – учение. Это научная и практическая дисциплина, изучающая мышечное движение во всех его проявлениях.

Существуют различные виды кинезиологии: прикладная, спортивная, психотерапевтическая, образовательная и так далее.

Кинезиологическое упражнения «Колечко»

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и в обратном (*от мизинца к указательному пальцу*) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

Развитие мелкой моторики

Развивать мелкую моторику можно через различные виды деятельности: лепка, конструирование, рисование, игры с крупой.

Задание. Ищем секрет

Спрятать можно не только ручки, но и игрушки, различные предметы, крупную фасоль. Предложите маме и ребенку отыскать игрушки в крупе!

День здоровья в выходной день

Проведение подвижных игр на свежем воздухе совместно с детьми.

Рисуем снегом

Если рядом с детской площадкой есть большое дерево, стена дома или веранды, выкладывая на поверхности снежки в определенном порядке можно создать прекрасный зимний пейзаж.

Картина получится еще более привлекательной, если ее оживить разноцветными красками.

Снежные баталии

Игра в снежки издавна считается веселым и увлекательным занятием в зимнее время. Если предварительно построить крепости и разделиться на 2 армии, можно устраивать настоящие снежные баталии. Те игроки, в которых попали снежком 1 раз, считаются ранеными. Если в кого-то попали дважды, игрока признают убитым, и он выбывает из игры. Задача играющих не только попасть в соперника.

Третий этап - диагностический

Цель: выявление эффективности реализации проекта.

1. Рефлексия, анализ трудностей и путей их преодоления.
3. Совершенствование методов и приемов работы.
4. Участие в конкурсах разного уровня, викторинах, соревнованиях.
5. Обобщение опыта работы.
6. Разработка рекомендаций и консультаций для педагогов по применению и реализации проекта.



- **Здоровые дети - в здоровой семье.**
- Здоровые семьи - в здоровой стране.**
- Здоровые страны - Планета здорова.**
- Здоровье! Какое прекрасное слово!**
- Так пусть на здоровой планете**
- **Растут здоровые дети!**



Литература

1. Альбицкий В. Ю., Модестов А. А., Косова С. А. Инновационные технологии в профилактической деятельности центров здоровья для детей // Российский педиатрический журнал. - № 4. – 2014. – с. 4 – 10.
2. Андрианова О. Ю., Горбунова Л. П. Формирование у детей 6 – 7 лет представлений об эстетике и культуре питания посредством клубной деятельности // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. - № 4. – 2012. – с. 22 – 25.
3. Арефьева О. М. Родительское собрание как одна из форм объединения усилий семей учащихся и учителя по развитию личности ребенка. – 2013. - № 1. – с. 163-169.
4. Афонькина Ю. А. Психолого-педагогическое сопровождение в ДООУ развития ребенка раннего возраста. -М.:АРКТИ, 2010. - 80 с.
5. Базалук О. М. Проект модели организации внеурочной деятельности «Через ключевые компетенции к личностному совершенствованию» // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. - № 4. – 2011. – с. 9 – 16.
6. Бордовская Н. В. Современные дидактические концепции в содержании