Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

д/с «Берёзка»

**Проект**

**«Детский сад – территория здоровья»**

Выполнила: Ионова Н.В.

Бутурлино 2019

«Забота о здоровье – это важнейший труд

воспитателя. От жизнерадостности, бодрости

детей зависит их духовная жизнь,

мировоззрение, умственное развитие, прочность

знаний, вера в свои силы»

В.А. Сухомлинский.

**Назначение проекта:**

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.

**Продолжительность пректа:** 01.12.2018 по 31.01. 2019

**Участники проекта:** дети, педагоги, родители.

**По времени проведения:** долгосрочный

**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.

**Цель проекта:** сохранение и укрепление здоровья детей, приобщение к здоровому образу жизни.

**Задачи проекта:**

- создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья

дошкольников;

- повышать интерес родителей путём просветительской работы к участию в

оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.

**Проблема:** физическое воспитание – это то, что обеспечивает здоровье и

доставляет радость?

**Ожидаемый результат:**

1. Обогатить социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор;

2. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни;

3. Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад»;

4. Снижение заболеваемости и детского травматизма среди воспитанников.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники проекта

«Детский сад – территория здоровья» будут одинаково относится к проблеме

«человек – образ жизни – образование - здоровье». Когда в данной группе

произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения

здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать

успешным.

**Принципы реализации проекта:**

1. Доступность
2. Систематичность
3. Последовательность
4. Наглядность
5. Динамичность
6. Дифференциация

**Этапы реализации проекта:**

Первый этап: Подготовительно-организационный

Цель: определить основные направления работы

составление программы проекта

- изучение методической литературы по данной теме;

- проведение диагностики начальных представлений детей о ЗОЖ;

- разработка консультаций для педагогов и родителей;

- разработка конспектов ООД, бесед, игр, развлечений;

- анкетирование родителей.

Второй этап:

Разработка перспективного плана «Детский сад – территория здоровья»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятия | Сроки реализации | Ответственный |
| - Чтение художественной литературы А. Барто  «Я расту», С. Маршак «Великан» и др.  - Беседы «Рациональное питание»  «Личная гигиена»  «Строение человека» и др.  - Дидактические игры «Письмо заболевшему товарищу», «Магазин полезных продуктов».  - Творческие игры «Чтобы я сделал, если…», «Реклама».  - Психологические игры «Ласковое имя», «Волны», «Море волнуется».  - Презентации «Виды спорта», «Спортсмены».  - Оформление фотовыставки «Спорт в нашей семье».  - Изготовление нетрадиционно-спортивного оборудования.  -Рисунки детей «Со спортом я дружу».  - Консультации и ЗОЖ для педагогов и родителей. | 01.12.2018 – 31.01.2019 | Воспитатели  Родители  Воспитанники ст. дошкольного возраста |

**Третий этап:** Аналитическо-заключительный

Цель: Систематизация методического материала и сопоставление промежуточных результатов с задачами проекта, обобщение полученного опыта.

- Обобщение проекта для дальнейшего распространения среди воспитателей ДОУ, предоставление опыта в сообществах;

- Итоговая диагностика;

- Итоги анкетирование родителей;

- Совместное праздник детей и родителей «Мы за здоровый образ жизни»

**Спортивный праздник «Мы за здоровый образ жизни»**

**Ведущая:** Добрый день! Сегодня мы собрались на совместный с родителями спортивный праздник « ». Добро пожаловать, родители дорогие! Веселья вам да радости желаем. Праздник наш мы начинаем.

Заниматься физкультурой полезно, а заниматься весёлой физкультурой полезно вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а весёлым спортом – на два. Массовость спорта – залог трудовых побед семьи, хорошего настроения и отличного здоровья. Сегодня мы вместе, чтобы получить заряд бодрости, блеснуть эрудицией и поболеть за те дружные семьи, которые рискнули принять участие в конкурсах.

Чтоб страна была сильна, надо чтоб дружна была семья.

Вы со мной согласны?

**Дети:** Да!

**Ведущая:** А теперь нашим дружным, спортивным семьям, я предлагаю совершить круг почёта.

*Под спортивный марш, дети и родителя проходят круг почёта.*

**Дети (читают стихи):**

Так хочется, чтоб чаще были вместе родители и дети-

Тогда будет лучше жить на белом свете.

Хоть и не слушаем вас иногда, дорогие родители,

Мы вас любим всегда, и хотим всегда без сомнения

Видеть вас в хорошем настроении.

Как много собралось в этом зале и родителей и детей.

Целый год ребята ждали важных почётных гостей.

Сильный папа, ловкий Я! Веса лишнего – ни грамма…

Как мы все хороши, полюбуйся мама!

**Ведущая:** А теперь я представлю наши замечательные семьи. *(Представление семьи).* В наших соревнованиях участвуют две команды, команда «Ловкачи» и команда «Силачи».

*Представление команд.*

**Команда «Ловкачи»:**  Лазать, прыгать, догонять, мы умеем ловко.

И хотим вам показать силу и сноровку.

**Команда «Силачи»:** Мы соперникам своим, не робея, говорим:

Мы живём, не тужим, с физкультурой дружим.

**Ведущая:** Ну, а раз у нас соревнования значит и должно быть жюри строгое и справедливое. *(Представляет жюри).*

Перед любыми соревнованиями необходимо провести разминку, т.е. подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как у серьезных спортсменов.

**Разминка**

**Ведущая:** Внимание, внимание! Приглашаю всех на веселое состязание!

Папа, мама, я – дружная семья! Вместе дружно мы живём:

Друг за друга мы горой – на пути у нас не стой!

**Эстафета «Дружные пары или семьи».** *Родители, держа ребёнка за руки, пробегают дистанцию, обегают ориентир , возвращаются, передают эстафету следующей семье.*

**Ведущая:** Каждое утро мы идёи в детский сад, чтоб здоровье укреплять.

Будем спортом заниматься, прыгать, бегать и метать.

**Эстафета «Кто быстрее доберётся до д/сада».** *Папа прыгает с набивным мячом зажатым между ног, мама прыгает через скакалку, ребёнок проходит гусиным шагом.*

**Ведущая:** Для веселья, для порядка загадаю вам загадку:

На пол бросишь ты его, он подпрыгнет высоко,

Скучно не бывает с ним, мы играть в него хотим.

**Эстафета «Наш весёлый, звонкий мяч».**  *Вести мяч баскетбольным приёмом.*

**Ведущая:** А сейчас посмотрим кто самый меткий.

**Эстафета «Забрось мяч».**

**Ведущая:** Молодцы, хорошо справились с заданиями! Участники соревнований пусть немного передохнут, а мы испытаем болельщиков, Вы готовы?

**Болельщики:**  Да!

**Конкурс для болельщиков**

**Ведущая:** Какие у нас ловкие болельщики! Молодцы! А теперь послушаем наше уважаемое жюри.

*Жюри оглашает результаты первого этапа соревнований.*

**Ведущая:** Продолжаем соревнования!

**Ведущая:** Конкурс для пап

(кто больше отожмется от пола)

Конкурс для мам

(кто дольше попрыгает через скакалку)

**Загадки:** Эти фрукты несъедобны,

Но огромны и удобны.

Их иной спортсмен часами

Лупит сильно кулаками.

(Боксерские груши)

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем —

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет

Ежедневно, встав с постели, Поднимаю я . . . (гантели)

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» -

Значит там игра - ... (хоккей)

По пустому животу

Бьют меня невмоготу;

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки. ( Футбольный мяч)

Зеленый луг,

Сто скамеек вокруг,

От ворот до ворот

Бойко бегает народ.

На воротах этих

Рыбацкие сети (футбол).

Этот конь не ест овса,

Вместо ног - два колеса.

Сядь верхом и мчись на нем,

Только лучше правь рулем.

(Велосипед)

**Ведущая:** Силу, смелость, гибкость, ловкость показали.

А теперь пришло время серьёзным делам.

Дорогие наши мужчины, нужно построить дом

**Загадки**

**Эстафета «Строим дом».**  *Участвуют папы и мальчики. По сигналу первый участник прыгает по обручам, держа кубик в руках. Добегает до ориентира и кладёт кубик, возвращается, передаёт эстафету следующему. По окончании эстафеты должен быть построен дом.*

**Ведущая:** Молодцы наши мужчины, хорошие крепкие построили дома. А теперь не мешайте нам сейчас, уборка срочная у нас мамы и дочки, здесь порядок наведут.

**Эстафета «Хозяюшки».**  *У финиша ведро с совком. Мамы по сигналу шваброй ведут малый мяч до ведра, берут совок и заметают в него мячики, потом из совка перекладывают их в ведро. Возвращаются и передают швабру следующему игроку команды (перед стартующим уже должны лежать 2 мяча). А девочки веником ведут один мяч остальное то-же.*

**Ведущая:**  Порезвились, поиграли, вы немножечко устали.

Ждут вас новые заданья, проявите-ка внимание!

**Конкурс загадок.**

Красный шлем на голове, по перчатке на руке,

В ринг вступает, не боится он с соперником сразиться. (*Боксер*)

Чтобы удаль показать, на ковер им надо встать,

И один другого в схватке кладет быстро на лопатки. (*Борцы*)

Брызги в стороны летят, солнце в них искрится.

А спортсмен по водной глади – как торпеда мчится. (*Пловец*)

Мы стройны, сильны, умелы, на шпагат садимся смело.

Можем сальто мы крутить, другие элементы на дорожке выводить. (*Акробаты*)

*Музыкальная пауза.*

*Слово жюри второго этапа соревнований.*

**Ведущая:** А теперь посмотримс вами, кто быстрее справится с шарами.

**Эстафета «Перенеси шар».**  *Бадминтонную ракетку одной рукой держит ребёнок, другой родитель. На ракетке лежит воздушный шарик. Его нужно донести до финиша, вернуться и передать другим.*

**Ведущая:** Быстроту, силу, смелость, ловкость, гибкость, меткость,

умелость показали, бегали и отдыхали,

А теперь такой вам конкурс вот команды предстоит

Кто быстрее эстафету без штрафного пробежит.

**Эстафета «Сороконожка».** *Встаёт вся команда, держась друг за друга за пояс. По сигналу передвигаются гусиным шагом, обходя змейкой кегли. Должны пройти так, чтоб не сбить кегли.*

**Конкурс капитанов «Угадай что это? »**

Ведущий раздает одному из участников название вида спорта, участник должен без слов показать этот вид спорта, а остальная команда угадать, команда сама выбирает, кто будет показывать, а кто угадывать.

(баскетбол, горные лыжи; футбол, фигурное катание; волейбол, хоккей; прыжки в длину, конькобежный спорт)

**Ведущая:** Подошли к концу наши соревнования.

Пусть наш праздник запомнится вам,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания наши исполнятся,

А физкультура станет родной!

Пока наше жюри подсчитывает результаты, мы все вместе станцуем весёлый танец.

*Общий танец.*

**Ведущая:** Внимание! Команды приглашаются для подведения итогов.

*Слово жюри. Вручаются грамоты.*

**Ведущая:** Пусть всё это только игра, но ею сказать мы хотели:

Великое чудо – семья! Храните и берегите её –

Нет в жизни важнее цели.

Спасибо! Все сегодня проявили сноровку, смекалку и усердие. Если вам сегодня было интересно и весело- мы очень рады. Пусть этот праздник станет традицией и в ваших семьях.