Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка-

Детский сад № 182

г.Владивостока»

**ПРОЕКТ**

**Тема: «Мы вместе**

**за здоровый образ жизни»**

Средняя группа.

Авторы:

Инструктор по физической культуре Рябова Елена Григорьевна

Воспитатель Волчкова Наталья Владимировна

г.Владивосток

2024г.

**Актуальность проекта**

         Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

           В настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физического развития детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

       Недостаточно сформирована система работы с семьями воспитанников по проблеме физического воспитания и оздоровления детей.

      Как показывает анализ, история культуры присутствует в традиционной и практике физического воспитания лишь номинально. Эталоном создателей традиционных методик физического воспитания был и остается спорт и нормативные способы организации двигательной активности.

      Особое место в практике физического воспитания отводится работе по улучшению показателей основных видов движений :бег, ходьба, прыжки, метание.

Физическая культура - потому и культура, что призвана вывести ребенка за рамки повседневно накапливаемого им (культурно не оформленного) двигательного опыта.

 Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения, в то же время более чем на половину – от его образа жизни.

      Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

      Все родители хотят обеспечить своему ребенку наилучший старт в жизни, и большинство прекрасно понимают, что для нормального роста, развития и крепкого здоровья необходимо движение. Поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а в дальнейшем желание сохранять и укреплять свое здоровье - важные составляющие воспитания в семье. Воспитательные функции детского сада и семьи различны, но для гармоничного развития ребенка необходимо их взаимодействие, от качества которого зависит уровень педагогической культуры родителей, а, следовательно, и воспитание детей. Родители и педагоги - это те люди, которые помогают становлению личности каждого человека. Как хочется сделать родителей настоящими и искренними помощниками!

        Ведь от того, как родители относятся к детскому саду, а затем к школе зависит и отношение к ней их детей. Современным, очень занятым  родителям, порой не всегда удается много времени уделять своим детям. Это горько, но это факт. Из общения с родителями мы пришли к выводу, что они  хотят, но не умеют воспитывать, поэтому у них с детьми есть проблемы и  таких родителей большинство. Нужно им помогать. Таким помощником могут стать совместные спортивные праздники. Они нацелены на укрепление семьи, вовлечение взрослых, педагогов совместно с детьми в творческий процесс, во время которого происходит их плодотворное общение и единение.

**Тип проекта**: Познавательно – оздоровительный, краткосрочный.

**Масштаб**: с 15января по 15 февраля 2024года

**Участники проекта**: инструктор по физической культуре, воспитатель, родители, дети – средней группы.

**Проблема:** Незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей.

**Обоснование проблемы:**

- неосведомленность родителей о важности совместной двигательной деятельности с детьми;  
- недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста;  
- нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми.  
**Цель:**

Повысить стремление родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.  
2. Расширить знания родителей о физических умениях и навыках детей.  
3. Ознакомить дошкольников с доступными для детей этого возраста сведения из истории олимпийского движения.  
4. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

5.Воспитывать потребность к здоровому образу жизни.

6. Вырабатывать привычку к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и

играх.

**Предполагаемый  результат:**

1. Повышение уровня физической готовности.

2. Сформированности осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

3.Родители получат представления о значимости совместной двигательной деятельности с детьми данного возраста.

4.Дети познакомятся с зимними видами спорта и получат первоначальные знания об Олимпийских играх.

**План мероприятий по проекту**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | | Дата | Ответств-ые |
|  | **Подготовительный этап** | |  |  |
| 1. | **Деятельность педагога:**  Подбор методической литературы, иллюстраций, фотографий.  Анкетирование родителей.  Информирование родителей по теме проекта.  Изготовление дидактических игр, пособий по теме проекта.  Сбор информационного материала по теме проекта. | | 15.01-22.01 | Воспитатель  Инструктор по физ-ре |
| 2. | **Деятельность детей:**  Выполнение домашних заданий с родителями.  Игровая деятельность детей. | | В течении проекта | Родители, дети |
| 3. | **Работа с родителями:**  Знакомство родителей с планом проекта.  Подбор игр для картотеки: «Подвижные игры наших бабушек».  Подбор фотографий для изготовления фотовыставки «За здоровый образ жизни».  Подбор иллюстраций на тему: «Зимние виды спорта» | | В течении проекта | Родители, дети |
|  | **Основной этап:** | |  |  |
| 1. | **Деятельность педагога:**  Беседы с детьми:  «Чтоб здоровым быть всегда, нужно спортом заниматься?»;  «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу»;  «О здоровье и чистоте»;  «Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья»;  «Зимние виды спорта» - тематический словарь;  «Откуда пришли Олимпийские игры».  Непосредственно – образовательная деятельность:  Познание. Формирование целостной картины мира.  «Олимпийские зимние виды спорта».  Ф.занятие: «В поисках друга» - стретчинг.  Физкультурные занятие.  Чтение художественной литературе:  К. Чуковского «Мойдодыр», «Вовкина победа» и др..  Загадывание загадок о спорте, спортивных атрибутах.  Художественное творчество:  Лепка:  «Спортивный инвентарь», «Олимпийская символика» - барельеф.  Рисование: «Олимпийские эмблемы».  Раскраски, шаблоны, трафареты – по теме: «Спорт и спортивные атрибуты».  Организация двигательного режима:  Утренняя гимнастика.  Физкультминутки.  Подвижные игры: « Хитрая лиса», «Лошадки», «У медведя во бору», и другие.  Физические упражнения на прогулке и в зале.  Самостоятельная двигательная активность детей.  Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности с использованием пособий физкультурного уголка.  Соревнования и эстафеты: «Кто первый?», «Выше всех», «На одной ножке по дорожке», «Мы Олимпийцы» и др.  Индивидуальная работа по развитию движений.  Коррекционная работа:  Упражнения для профилактики плоскостопия.  Упражнения на формирование правильной осанки.  Оздоровительная работа с детьми:  Закаливающие мероприятия:  Проветривание помещения,  Гимнастика после сна,  Ходьба по массажным коврикам.  Дидактические игры:  «Сложи картинку», лото «Команда чемпионов», «Олимпийские символы», «Найди летние и зимние виды спорта», лото «Зимние и летние виды спорта»  Рассматривание : иллюстраций, фотографий о здоровье, олимпийских играх, о спортсменах.  Организация фотовыставки: «За здоровый образ жизни».  Выставка рисунков «Мы со спортом дружим».  Консультации для родителей:  «Как организовать детей в зимний период?»;  «Как сделать зимнею прогулку с малышом приятной и полезной?».  Беседы с родителями:  -Значение режима дня в жизни ребенка.  -Физ.возможности детей средней группы.  -Важность совместной двигательной детельности с детьми. И т. д.  Презентация картотеки: «Подвижные игры наших бабушек»; | | В течении проекта  31.01  В течении проекта  07.02  06.02  В течении проекта  В течении проекта  В течении проекта  Ежедневно  В течении проекта  В течении проекта  В течении проекта  05.02  22.01  В течении проекта | Воспитатель  Воспитатель  Воспитатель  Инструктор по физ-ре  Воспитатель  Воспитатель  Воспитатель  Воспитатель  Воспитатель  Инструктор по физ-ре  Воспитатель  Инструктор по физ-ре  Воспитатель  Инструктор по физ-ре  Воспитатели |
| 2. | **Деятельность детей:**  Чтение стихотворений о спорте, Олимпиаде, о здоровье.  Самостоятельная игровая деятельность.  Участие в наблюдениях, играх, развлечениях, спортивных играх | | в течении проекта | Дети, родители,  воспитатели |
| 3. | | **Деятельность родителей:**  Принятие участия в спортивном празднике.  Участие в фотовыставке.  Участие в конкурсе рисунков «Мы со спортом дружим».  Разучивание с детьми пословиц и поговорок о спорте, здоровье.  Изготовление картотеки «Подвижные игры наших бабушек» | в течении проекта | родители |
|  | | **Заключительный этап:** |  |  |
|  | | Проведение спортивного праздника «Мы – олимпийцы». | 15.02 | Инструктор  по физ-ре.  Воспитатели, родители, дети |