Методическая разработка.

Проект «Мама, папа, я – здоровая семья».

(1 младшая группа)

Авторы:

 Воспитатели - Хаванова Наталья Анатольевна,

Бурцева Екатерина Александровна;

музыкальный руководитель Синюк Ольга Анатольевна

ГБОУ ООШ №6 структурное подразделение

«Детский сад «Бабочка»

Г.о. Новокуйбышевск

 Самарская область.

**Актуальность.** Умеем ли мы беречь здоровье?

Ни один врач не может сделать человека здоровым и предупредить заболевания, если сам человек не принимает в этом активного участия.

Здоровье, как и жизнь, - личное богатство. Как распорядится ими человек, зависит лишь от его желания, знаний и умения. Научите детей беречь свое здоровье, чтобы спасти своих потомков!

Здоровье – это комфорт организма, гармония всех его органов. Настоящее время достаточно быстро характеризуется изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя:"

Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности.

Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботится о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Нововведения в системе современного физического воспитания связаны с реализацией ФГОС дошкольного образования, который определяет цели, задачи и содержание физического развития детей дошкольного возраста в условиях ДОО. Задачи по ФГОС ДО образовательной области «Физическое развитие» можно дифференцировать на два раздела «Здоровье» и «Физическая культура».

Содержание раздела «Здоровье» включает в себя сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование культурно-гигиенических навыков, начальных представлений, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Содержание раздела «Физическая культура» включает приобретение опыта в двигательной и физической деятельности детей; овладение подвижными играми с правилами; развитие способности к правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений.

Семья и дошкольное учреждение – два самых важных института социализации ребенка. Поэтому для развития и воспитания здорового ребенка необходимо создать единую воспитательную среду. Что подразумевает под собой не только единые требования к детям ДОУ и семьи, но и участие семьи в жизнедеятельности детского сада.

**Вид проекта:** познавательно – игровой.

**Участники проекта:** дети 1 младшей группы, родители воспитанников, воспитатели, музыкальный руководитель.

**Цель проекта:** Организация взаимодействия детского сада с семьей, направленного на охрану и укрепление здоровья воспитанников, начиная с 1 младшей группы.

**Задачи:** 1. Обеспечить равные возможности для полноценного развития каждого ребенка, независимо от психофизических и других особенностей;

2. Охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей (в том числе обеспечить их эмоциональное благополучие);

3. Начиная с раннего возраста через игру формировать ценности здорового образа жизни, относящиеся к общей культуре личности; овладевать его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);

4. Создать условия в детском саду и дома для двигательной активности;

5. Формировать готовность и интерес к участию в подвижных играх.

**Гипотеза реализации проекта:** реализация проекта позволит объединить усилия ДО и семьи в укреплении физического и психического здоровья детей, профилактики заболеваемости, в воспитании осознанного отношения детей к своему здоровью.

**Ожидаемый результат:** у детей с раннего возраста развитие общей моторики, наличие стремления осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.), интереса к тактильно – двигательным играм. В группе и семье созданы условия: для формирования культурно гигиенических навыков; начальных представлений ценностей здорового образа жизни и овладению его элементарными нормами и правилами; для двигательной активности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Цели этапов** | **Содержание** |
| Подготовительный | 1.Донести Информацию до родителей1. Изучение литературы
 | 1. Поместить объявление о начале проекта;
2. Провести анкетирование для родителей;
3. Объявление конкурсов:

«Книжек самоделок»,(«мудрых мыслей», пословицы и поговорки о здоровье, физической культуре и спорте.)«Рукописная книга» («Наши традиции», «Здоровый образ жизни», «Подвижные игры в нашей семье»)1. Привлечь родителей к изготовлению «Тропы здоровья».
2. Разместить в «Родительском уголке»:

«Экран оздоровительных мероприятий в группе»;Ширму «Родители спрашивают»;«Книгу отзывов»1. Подготовка консультаций для родителей:

- «Организация здорового образа жизни в семье»;  - «Правильное питание ребенка и способы его организации»;- «Подвижные игры и игровые упражнения, улучшающие адаптацию ребенка к детскому саду»;- «Режим дня». 2. Изготовление буклетов:- Как сформировать правильную осанку»; - «Движение – это жизнь»; - «Наш веселый звонкий мяч».  |
| Основной  |  | 1. Проведение НОД:

-По физическому развитию(игровые, сюжетные, тематические, комплексные, диагностические); -Познавательное развитие(«Части тела»; «Оденем куклу на улицу»; «Кукла обедает».)1. Дидактические игры:

- «Девочка – чумазая»;- «Купание кукол»;- «Водичка, водичка, умой Танино личико». 3. Беседы с детьми о здоровье в игровых ситуациях и режимных моментах. 4. Физкультурно- оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя гимнастика, зарядка после сна, ходьба по трапе здоровья, физминутки, динамическая пауза, закаливание (обширное умывание), оздоровительный бег, самостоятельная двигательная активность.) 5. Художественные средства: - художественная литература; - фольклор; - мультфильмы: - произведения музыкального Изобразительного искусства.1. Сюжетно – ролевые игры.
2. Проведение родительского собрания «Основы закаливания ребенка в семье» (с проведением мастер – класса «основы дыхательной гимнастики», «Пальчиковая гимнастика»)
3. Организовать фотовыставку «Как наша семья занимается спортом», «Как мы в группе занимаемся физкультурой»
 |
| Итоговый  |  |  1.Проведение спортивного вечера – развлечения «Мама, папа, я дружная, здоровая семья» 2. Оформить, каждому ребенку, в портфолио страничку «Дневник моего здоровья» |

**Сценарий спортивно-оздоровительного праздника**

 **совместно с родителями во 2 ясельной группе.**

**Ведущий:** Здравствуйте малыши, гости и родители дорогие!

В зал сегодня необычный

Приглашаем мы все вас

Праздник спорта и здоровья

Начинаем мы сейчас!

Встречайте аплодисментами наши команды. Участники сегодняшних соревнований:

**1 команда**- семья ......

 - семья....

**2 команда** - семья...

- семья...

(дети с родителями занимают свои места)

**Ведущий:** Наступила поздняя осень, погода нас совсем не радует, реже появляется солнце, все чаще идут дожди, а наши малыши все чаще болеют **(раздается «чихание», входит клоун Тёпа).**

**Тёпа:** Здравствуйте дети! Худшие на свете! Родители, здорово! Что не сидится дома? Всем огромный привет! Круче меня просто нет! (чихает и кашляет).

**Ведущий:** Что с тобой случилось Тёпа? Почему ты такой сердитый и раздраженный?

**Тёпа:** Да, я все болею, да болею, никак не могу выздоровить, а вы тоже часто болеете?

**Ведущий:** Мы заботимся о своем здоровье! Чтобы не болеть — мы каждое утро делаем зарядку и проводим занятия по физическому развитию, играем в подвижные игры и нашим малышам это очень нравится!

**Тёпа:** А меня научите?

**«Весёлая зарядка».**

**Тёпа:** Как здорово! Теперь я каждое утро буду делать зарядку (кашляет).

**Ведущий:** Друзья, а давайте позовем доктора, он полечит нашего клоуна Тёпу!

**(входит доктор Пилюлькин с большим градусником).**

**Доктор:** Где больные? Кто здесь болен?

 Быть болезни не позволю!

(обходит детей, родителей, слушает их, смотрит горло)

**Ведущий:** Что вы, доктор, подождите,

 Не спишите, не лечите!

 Наши дети все здоровы!

**Доктор:** Все здоровы? Вызов ложный?

 Что ж, ошибся я возможно!

**Ведущий:** Да, нет, вы не ошиблись, у нас Тёпа заболел.

**Доктор:** Так, посмотрим! (осматривает Тёпу, ставит градусник)

**Ведущий:** Чтоб всегда быть в форме, наш совет запомни:

 Нужно спортом заниматься

 И с рожденья закаляться.

**Доктор:** Закаливание — это укрепление физического здоровья малышей! Я вас сейчас научу как можно легко и самое главное приятно закаливать своих малышей — это метод массажа с помощью мяча.

**1. «Массаж малышам».**

(Родители массажируют своих детей от головы до ног мячом с шипами).

**Тёпа:** Да, я всё понял!

**ЧАСТУШКИ:**

**Тёпа: Если хочешь быть здоровым**

 **И ангиной не болеть,**

 **Ты сосульки ешь без меры,**

 **В стужу можно песни петь!**

**Доктор: Руки с мылом надо мыть,**

 **Чтоб здоровенькими быть.**

 **Чтоб микробам жизнь не дать,**

 **Руки в рот не надо брать!**

**Тёпа: Чистота залог здоровья -**

 **Помним это мы всегда.**

 **Часто кончик носа моем,**

 **Ну а уши иногда!**

**Доктор: Физкультурой занимайся,**

 **Чтоб здоровье сохранять.**

 **И от лени постарайся**

 **Побыстрее убежать!**

**Тёпа: Не любит Коля есть обед**

 **Аппетита вечно нет.**

 **Кричит: «Купите мне жвачку,**

 **Да не одну, а пачку!»**

**Доктор: Ты зарядкой занимайся,**

 **Если хочешь быть здоров**

 **Водой холодной обливайся**

 **Позабудешь докторов.**

**Вместе: Мы пропели вам частушки**

 **Хорошо ли, плохо ли,**

 **А теперь мы вас попросим,**

 **Чтобы нам похлопали!**

**Ведущий:** Молодцы, хорошие частушки вы нам пропели. Понятно всем, что занятия физкультурой и закаливание с ранних лет — укрепляет здоровье! А теперь давайте начнем наши соревнования!

**1. «Собери пирамидку».**

(Родители вместе с детьми берут кольцо от пирамидки

пролезают под дугой и кольцо одевают на стержень. Надо собрать всю пирамидку.)

**(Тёпа достаёт из шляпы платки и они тянутся друг за другом)**

**Ведущий:** Ой, Тёпа, какие у тебя интересные платки, а у нас тоже есть платочки.

 Ну-ка, детки, выходите

 И платочки все берите!

**Танец с платочками.**

**2. «Кенгуру»**

(Взять ребенка «как рюкзачок» и пробежать до кегли и назад).

**Ведущий:** А сейчас конкурс для болельщиков.

**Игра со стульями.**

**Ведущий:** Под берёзой жёлтой листики лежат,

 С малышами листики

 Танцевать хотят

 Мы листочки все возьмём

 Дружно в пляс сейчас пойдем.

**Танец с листьями.**

**(Тёпа достает грязную морковку и ест её.)**

**Тёпа:** Хотите, вас угощу? (дает морковь ведущему).

**Ведущий:** Ребята, смотрите какая она грязная!

**Тёпа:** Да, ешьте, не обращайте внимание, в желудке всё помоется!

**Доктор:** Чтобы от микробов защититься

 Водой и мылом нужно мыться,

 А перед едой фрукты, овощи мой водой!

**Ведущий:** Эти простые правила помогут тебе не болеть.

**Тёпа:** Спасибо.

**Доктор:** А для вас я приготовил

 Интересную игру!

 Овощей для вас припас

 Целую корзину.

 Всем известно: в овощах

 Много витаминов.

**3. «Кто быстрее соберет овощи».**

(родители вместе с малышом собирают в свою корзину муляжи овощей).

**Доктор:** Так давно не веселился

 Я, ребята, от души!

 И принес вам витамины для игры,

 Но их нужно разобрать по цвету.

**4. «Разбери по цвету»** (шарики).

**(Тёпа пробует откусить шарик, не получается, возмущается)**

**Доктор:** Эти витамины были для игры, а сейчас я раздам вам настоящие, вы заслужили.

**Тёпа:** Вот теперь другое дело,

 Можно в пляс пускаться смело!

**Танец «Подружились».**

**Доктор:** Молодцы, ребята!

 Отдохнул у вас чуть-чуть,

 А теперь пора мне в путь.

 Всем желаю я здоровья,

 Не болеть и не хворать,

 Чтоб осеннюю простуду

 Вам здоровыми встречать!

**Тёпа:** А я приглашаю всех на чай и угощение в группу. До свидания, друзья!

**Ведущий:** Ну вот и закончился наш праздник здоровья и веселья, проходите на чаепитие. До свидания!