**Проект**

**«Здоровый ребенок – здоровое будущее»**

**Информационная карта проекта**

**Полное название проекта:** « Здоровый ребенок – здоровое будущее»

**Авторы проекта:** Каренина Анна Валерьевна (инструктор по физкультуре)

Бунь Татьяна Валерьевна (педагог-психолог)

**Продолжительность проекта:** краткосрочный (27.03.17-06.04.17)

**Тип проекта:** деятельностный

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

**Возраст детей:** 3-4 года (вторая младшая группа)

**Проблема, значимая для детей, на решение которой направлен проект:**

Недостаточная осведомленность детей и родителей в вопросах влияния эмоционального благополучия на состояние здоровья.

**Цель проекта**: Создание условий для совместной деятельности родителей и детей как положительного фактора, способствующего физическому и психическому развитию детей дошкольного возраста.

**Задачи проекта:**

**Развивающие:**

- формировать у детей представления о важности занятий физкультурой с целью физического и психического развития.

- развивать способность подчинять свои действия правилам.

- развивать первые «нравственные эмоции»: хорошо-плохо.

**Обучающие:**

- расширять представления у детей о здоровом образе жизни.

- расширять знания детей о существующих видах подвижных игр ( с правилами и без правил).

**Воспитывающие:**

- создание условий для проявления всех видов активности ребенка.

- способствовать развитию интереса к занятиям физкультурой.

- способствовать проявлению эмоциональной отзывчивости, восприимчивости.

**Для педагогов:**

- создавать условия для разработки и реализации проекта.

- создать банк методических материалов по проекту.

- обобщить и распространить опыт по технологии проектного метода в педагогическом сообществе.

**Для родителей:**

- способствовать повышению уровня педагогической компетентности родителей в вопросах влияния эмоционального компонента на физическое и психическое здоровье детей.

- повысить интерес родителей воспитанников к активному образу жизни, к семейному досугу с элементами спортивных игр, как одному из средств укрепления здоровья детей.

**Форма проведения итогового мероприятия:** семинар – практикум

**Название итогового мероприятия:** « Играем и радуемся вместе с детьми»

**Продукты проекта:**

**Для детей:** выставка рисунков в раздевальной комнате группы: «Хорошее настроение», «Рисунок солнышка»

**Для педагогов:** методическая «копилка» материалов по теме проекта.

**Для родителей:** Творческая работа – создание журнала «Здоровье» (в группе)

**Краткое содержание проекта**

**« Здоровый ребенок – здоровое будущее»**

Авторы проекта: Каренина Анна Валерьевна (инструктор по физкультуре)

Бунь Татьяна Валерьевна (педагог-психолог)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы проекта | Действия детей | Действия педагогов | Действия членов семьи |
| Подготовительный (проблема, планирование, прогнозирование результатов, продуктов проекта) | Постановка проблемного вопроса перед детьми: «Что вы знаете о здоровье?»,  Групповое обсуждение с использованием метода трех вопросов, на его основании составление совместного плана | - Разработка и составление проекта.  - Подбор методического наглядного материала.  - Составление познавательного материала для детей (беседы, иллюстрации, чтение художественной литературы)  -Индивидуальные беседы с родителями, включение их в проект | - Беседы с детьми о различных видах спорта (летних, зимних).  - Помощь педагогам в подборе наглядного и информационного материала. |
| Деятельностный (непосредственная деятельность по проекту, поэтапная оценка) | Совместная деятельность детей и педагогов с учетом составленной системной паутинки по образовательным областям.  Самостоятельная деятельность детей в игровых центрах. Самостоятельная игровая деятельность детей во время прогулки. | Обобщение и систематизация методического материала.  Анкетирование родителей  Организация подвижных игр с элементами спорта и основными видами движений.  Проведение игр: - для тренировки произвольной регуляции двигательной активности и поведения.  - игры и упражнения стимулирующие развитие эмоциональной сферы ребенка | Совместная деятельность родителей и детей (обсуждение, чтение художественной литературы, рассказы родителей о своих достижениях в физкультуре и спорте.  Помощь педагогам в подборе информации, методического материала и создание группового журнала «Здоровье».  Совместный активный отдых с использованием подвижных игр |
| Завершающий (презентация продуктов проекта и рефлексия) | Детская рефлексия  - Понравилось или не понравилось?  - Что понравилось больше всего?  Презентация детьми фоторепортажа «Активный отдых семьи» | Обобщение полученных результатов анкетирования. Систематизация методического материала по проекту, подготовка наглядного и информационного материала.  Организация и проведение семинара-практикума «Играем и радуемся вместе с детьми» | Отзывы рождителей об участии в проекте.  Совместные беседы с детьми  - Понравилось или не понравилось?  - Что понравилось больше всего? |

**СИСТЕМНАЯ ПАУТИНКА ПО ПРОЕКТУ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Познавательное развитие**  «Для чего нужны глаза, уши, нос, руки, ноги?» использование картинок с изображением лица, туловища человека.  Привлечение внимания детей к эмоциональному миру человека. Картинки с изображением радости и грусти.  Подвижные игры на эмоциональные проявления. Динамическая игра «Солнышка», упражнение «Гномик», игра «Аплодисменты» игра «Веселый – грустный» ( Программа Цветик –Семицветик, Н.Ю.Куражева)  Проблемные вопросы: «Что значит быть веселым и здоровым?», «Что мы хотим узнать о здоровье и хорошем настроении?, «Что нужно сделать, чтобы узнать, или как узнать?» | **Речевое развитие. Чтение художественной литературы**  Рассказы детей по картинкам: «Дети на прогулке», «Дети играют», «Герои сказок и мультфильмов» (определяют настроение героев).  Рассказы детей о том, как они дома и на прогулке играют с родителями.  Чтение сказок, стихов, рассказов на тему здоровья, о положительных и отрицательных взаимоотношениях героев (Что такое хорошо, что такое плохо?) |
| **Социально – коммуникативное развитие. Труд. Безопасность**  Совместная деятельность с детьми на участке: уборка листьев, сухих растений на клумбах.  Тема: «Правила дружной игры» Кн. «Этические беседы с детьми дошкольного возраста» В.И.Петрова  Тема: «Правила игры на прогулочном участке» (как обращаться с мячом, с песком и т.п.), кн. «Безопасность дошкольника Н.Н.Авдеева | |
| **Физическое развитие**  - Утренняя гимнастика  - занятия по физкультуре в зале и на свежем воздухе (ОРУ, ОВД, подвижные игры с прыжками, бегом, метание)  \_ подвижные игры на прогулке: «Солнышко – дождик», «У медведя во бору», «Лиса и куры» и т.д. | **Формы взаимодействия с семьей**  Привлечение родителей к созданию группового журнала «Здоровье»  Анкетирование |
| **Художественно – эстетическое развитие**  Изодеятельность. Рисунки к выставке «Хорошее настроение», «Рисунок солнышка» (выбор цвета). | **Режимные моменты**  Тема: «Для чего нужна зарядка» кн. «Основы безопасного поведения дошкольника О.В.Черемшенцева |

*Приложение 1*

Семинар – практикум (совместное мероприятие родителей с детьми)

**«Играем и радуемся вместе с детьми»**

Подготовили и провели: инструктор по физкультуре Каренина А.В.,

педагог – психолог Бунь Т.В.

**Цель:** повышение уровня педагогической компетенции родителей по проблеме активизации совместной игровой деятельности и значимости эмоционального благополучия ребенка в деле сохранения и укрепления его здоровья.

**Задачи:**

• рассказать родителям о значении совместных игр для эмоционального и физического развития ребенка;

• рассмотреть на практике виды игр и их значение в развитии ребенка, правила организации игровой деятельности;

• обсудить вопрос об организации игровой среды в условиях семьи.

**Ход мероприятия:**

1. Вступительное слово педагога – психолога.
2. Практическая часть (совместные игры родителей с детьми).
3. Заключительное слово.
4. Обратная связь (отзывы родителей).
5. **Вступительное слово:**

– Добрый вечер! Сегодня мы с вами поговорим о влиянии положительных эмоций на психическое и физическое здоровье. Здоровье ребенка зависит от многих факторов: правильного питания, режима дня, пребывания на свежем воздухе, двигательной активности, закаливающих процедур и эмоционального благополучия.

*Вопрос*: Как вы думаете, что означает эмоциональное благополучие ребенка? (высказывания родителей)

Очень хорошо, когда ребенок находится около или вместе с родителями, у него спокойно на душе, он знает, что его любят. И ничто так не сближает родителей и ребенка, не дает эмоциональный заряд, как совместная двигательная деятельность. В совместных занятиях родителей и детей заключён большой воспитательный смысл. Дети любят подражать, стремятся посоревноваться с мамой, папой, братом, сестрой. Такие занятия приносят радость общения, создают хороший контакт между родителями и детьми, одновременно способствуют укреплению здоровья, развитию речи, развитию силы, ловкости, гибкости, эстетики движений у детей.

Но, как отмечают не только психологи, но и большинство опытных дошкольных педагогов, дети в детских садах стали меньше и хуже играть, особенно сократились (и по количеству и по продолжительности) сюжетно-ролевые игры.

Дошкольники практически не знают традиционных детских игр и не умеют играть. В качестве главной причины обычно называют недостаток времени у родителей на игру с ребенком, а так же малоактивный образ жизни семьи, приоритет умственному развитию, неумение организовать полезный оздоровительный досуг. Дети, по наблюдениям педагогов, не могут содержательно и спокойно играть - они возятся, дерутся, толкаются. Дошкольники зачастую не умеют и не хотят играть.

Важно помнить, что игра не возникает сама собой, а передается от одного поколения детей другому - от старших к младшим. В настоящее время эта связь детских поколений прервана (разновозрастные детские сообщества - в семье, во дворе, в квартире - встречаются лишь как исключение). Дети растут среди взрослых, а взрослым некогда играть, да они и не умеют этого делать и не считают важным. Если они и занимаются детьми, то они их учат. В результате игра уходит из жизни дошкольников, а вместе с ней уходит и само детство.

Сворачивание игры в дошкольном возрасте весьма печально отражается на общем психическом и личностном развитии детей. Как известно, именно в игре наиболее интенсивно развиваются мышление, эмоции, общение, воображение, сознание ребёнка.

Преимущество игры перед любой другой детской деятельностью заключается в том, что в ней ребёнок сам, добровольно подчиняется определённым правилам, причём именно выполнение правил доставляет максимальное удовольствие. Это делает поведение ребёнка осмысленным и осознанным, превращает его в волевое. Поэтому игра - это практически единственная область, где дошкольник может проявить свою инициативу и творческую активность. И в то же время, именно в игре дети учатся контролировать и оценивать себя, понимать, что они делают, и (наверное это главное) хотеть действовать правильно.

Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы.

Постарайтесь обеспечить сыну или дочери условия для активных занятий физическими упражнениями. Помните о том, что детям дошкольного возраста нельзя навязывать выполнение упражнений, принуждать их делать то, что им не хочется: из этого ничего хорошего не получится.

В выходные дни обязательно выходите с детьми на прогулку не менее двух раз в день. Предоставляйте ребёнку на прогулке возможность больше двигаться, играть в подвижные игры.

Проведение подвижных игр повышает двигательную активность детей, способствует дальнейшему закреплению навыков, улучшению здоровья.

Подвижные игры создают атмосферу радости. Активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и усиливают все физиологические процессы.

Сейчас мы вам предлагаем поиграть с вашими детьми.

1. **Практическая часть.**

Дети под музыку входят в зал, где уже находятся их родители (сюрпризный момент: дети не знают, что в зале находятся родители).

Дети и родители приветствуют друг друга.

**Ведущий:** Предлагает детям пойти в страну, где живут мячи, поиграть с ними.

Страна эта очень далеко, идти туда сложно. Дети соглашаются. Спросить, можно ли детям отправиться в дорогу одним (ответы детей: маленьким детям нельзя ходить одним). Предложить позвать родителей. Дети зовут родителей.

Все вместе по кругу отправляемся в дорогу. Шагаем (по цветным следам мелким и широким шагом), бежим, прыгаем из обруча в обруч, перешагиваем предметы (рейки, мягкие модули т.д.)

Пришли в страну мячей (в корзинке лежат мячи).

**Ведущий:** Скучно мячам лежать в корзине. Давайте их развеселим. Вы знаете, как мячи развеселить? НЕТ. А вот так (ведущий разбрасывает мячи из корзины).

Дети собирают мячи и подходят к родителям.

**Ведущий:** Ребятки умеют прыгать? Да. ИГРА МОЙ ВЕСЕЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ.

Ведущий произносит слова стиха «Мой веселый звонкий мяч ты куда…», дети прыгают, родители идут по кругу и делают вид, что отбивают мячи рукой над головами детей и называют цвета по цвету одежды. «Мой мяч беги ко мне!». Ребенок бежит к своему родителю. Вот так мячики как здорово прыгают!

**Ведущий:** Ребята вы так хорошо прыгайте на своих ножках. А у мячика есть ножки? НЕТ. А прыгать мячик любит? ДА. Надо ему помочь, чтобы он попрыгал. Давайте будем мячик бросать о пол, мамы и папы будут его ловить.

ИГРА ПЕРЕБРАСЫВАНИЕ МЯЧА ДРУГ ДРУГУ. Родители и дети стают друг напротив друга и перебрасывают мячи друг другу с ударом о пол. Какие все молодцы, помогли мячам попрыгать.

**Ведущий:** Вы играли когда-нибудь в баскетбол? НЕТ. А хотите научиться? ДА. ИГРА ЗАБРОСИТ МЯЧ В БАСКЕТБОЛЬНУЮ КОРЗИНУ. Родители из рук делают «баскетбольную корзину». Ребенок старается забросить мяч в кольцо из рук родителей.

**Ведущий:** А в футбол хотите поиграть? ДА. ИГРА В ФУТБОЛ. Родители стоят в кругу, дети внутри круга. Дети ногами пинают мячи в разные стороны, родители, выполняют роль вратаря и не дают мячам выкатиться из круга.

**Ведущий:** Ребята вы помните сказку про Колобка? ДА. Что же в сказке случилось с Колобком? КОЛОБКА СЪЕЛА ЛИСА. Давайте придумаем свою сказку в которой колобка никто не съест и не догонит. ИГРА «КОЛОБОК». Детям и родителям предлагают 4-5 мячей. Каждый мяч – это герой сказки (дети и родители сами придумывают героев: первый всегда колобок, а вот кто догоняет колобка: лиса, медведь, заяц, волк …). По сигналу (под музыку) по кругу дети и родители передают мячи из рук в руки в правую или левую сторону. По следующему сигналу мячи следует передавать в обратном направлении (мячи недолжна выпадать из рук и «герои» - мячи никогда не догоняют друг друга).

**Ведущий:** Вот как хорошо мы с вами и с мячами провели время. Вам понравилось? А родителям? Нам пора возвращаться. Давайте положим мячи отдыхать, мы с вами придем к ним еще в гости и обязательно поиграем в новые игры.

Родители и дети под музыку по кругу возвращаются на свои места…….

1. **Заключительное слово**

Родители и дети – идеальный тандем для совместных игр. Занятые взрослые определяют малыша в детский сад где мы педагоги всячески стараемся в различных играх развивать детей, и времени для игр остается у них совсем мало.

Порой, родители и вовсе исключают совместные развлечения из своего жизненного плана.

Игры с ребенком в машинки или куклы – это хорошо. Однако это не может заменить совместные подвижные развлечения детей и родителей. До шахмат, карт и домино ребенок еще не дорос, что означает совсем разные интересы поколений. В этом случае именно взрослый должен суметь подстроиться под малыша и организовать семейный досуг.

Существует великое множество увлекательных детских игры для детей и родителей, однако далеко не все представители старшего поколения считают интересным заниматься ими с детьми. Проанализируйте свою жизнь. Дела можно найти всегда и работа как была, так и будет, а вот детство ваших малышей быстро заканчивается и они взрослеют. Ребенку не нужно много, найдите время и поиграйте с ним дома или на прогулке, активно отправляйтесь с ним на природу для совместной игры. Сделайте Вашего ребёнка хоть на несколько мгновений счастливым от того, что любимые родители наслаждаются игрой вместе с ним. Главная роль в физическом развитии ребёнка принадлежит семье. Родители имеют возможность развивать ребёнка, исходя из его индивидуальных возможностей, которые они знают лучше, чем кто-либо другой.

1. **Обратная связь.** (см. приложение 2)

*Приложение 2*

**Анкета для родителей**

Просим Вас ответить на вопросы анкеты (опрос анонимный). Заранее благодарны.

1. Как часто болеет Ваш ребенок в течение года? (укажите приблизительно сколько раз в год)…………………………………………………………….

2. Предполагаемая причина заболеваний?

- ослабленный иммунитет

- нежелание идти в детский сад (укажите причину)……..............................

……………………………………………………………………………………

- ребенок тяжело переносит расставание с родителями

3. Какое настроение (эмоциональный настрой) чаще преобладает у Вашего ребенка?

- радость

- грусть

4. Считаете ли Вы, что преобладающий эмоциональный настрой ребенка, влияет на его состояние здоровья?

- да

- нет

5. Как Вы проводите свободное время (досуг) с ребенком?

- активный отдых

- совместные игры

- прогулки

- просмотр телевизора

6. Знаете ли Вы как укреплять здоровье ребенка и создавать положительный эмоциональный настрой? Как?...............................................................................

……………………………………………………………………………………….

**Обратная связь. Ваши отзывы и предложения.**

1. Ваша степень включенности в совместную деятельность со специалистами и ребенком (обведите) 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Что мешало Вам быть включенным в процесс деятельности?......................................................... ………………………………….

………………………………………………………………………………………

3. Понравилось ли Вам мероприятие? – ДА (что понравилось?)……………… ………………………………………………………………..……….....................

- НЕТ (что не понравилось?)……………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………

4. Какие чувства (эмоции) Вы испытали за время, проведенное на мероприятии?......................................................................................................

…………………………………………………………………

5. Ваши замечания и пожелания специалистам детского сада по содержанию мероприятия ...........................................................................................................................................................

*Приложение 3*

**

**

**

**