

# Проект «Я здоровье берегу – сам себе я помогу»

## Актуальность проекта

Проблемы воспитания здорового ребёнка были и остаются наиболее актуальными в практике общественного и семейного воспитания, они диктуют необходимость поисков эффективных средств их реализации. Важная роль в успешном применении коррекционно- оздоровительных средств и методов принадлежит созданию таких условий организации воспитательно – образовательного процесса, при которых развивающий эффект достигается без какого – либо ущерба для растущего организма и способствует улучшению физического статуса дошкольника.

## Цель

сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, привитие им навыков здорового образа жизни.

## Задачи

### Дети

#### Образовательные:

- дать знания об основах безопасности жизнедеятельности, о физическом и психическом здоровье человека, о способах укрепления, гигиене здоровья, о частях тела человека;
- научить элементарным приёмам сохранения здоровья;

#### Коррекционно – развивающие:

- развивать у детей потребность в активной деятельности;
- развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнений и игр;

#### Воспитательные:

- формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста;
- воспитывать желание у детей заботиться о своём здоровье;
- формировать у дошкольников потребность в положительных привычках.

## **Родители**

- повышение педагогической культуры родителей и компетентности в вопросах ЗОЖ;
- поиск новых эффективных форм сотрудничества ребенок – родители – педагоги;
- конструктивно – партнёрское взаимодействие родителей с детьми и всеми участниками образовательного процесса.

## **Педагоги**

- создать единое воспитательно- образовательное пространство на основе доверительных партнёрских отношений педагогов с родителями;
- повысить уровень профессионального мастерства педагогов по вопросам здоровьесбережения.

## **Пути реализации проекта**

### **Дети**

- Тематически интегрированные занятия, в том числе физкультурные;
- Экскурсии, целевые прогулки;
- Спортивные соревнования, праздники;
- Беседы;
- Игры, эстафеты, викторины, конкурсы;
- Выставка детского творчества;
- Фотовыставка;
- Диагностирование детей.

### **Формы работы с родителями**

- ❖ Проведение групповых родительских собраний;
- ❖ Педагогические беседы с родителями (групповые и индивидуальные);
- ❖ Дни открытых дверей;
- ❖ Показ открытых занятий, мероприятий для родителей;
- ❖ Проведение совместных мероприятий, праздников, спортивных досугов;
- ❖ Консультации специалистов: инструктора физической культуры, педагога – психолога, медицинского работника, педагога – логопеда, учителя – дефектолога;
- ❖ Тематические стенды – книжки;
- ❖ Анкетирование.

## **Этапы реализации проекта**

I этап – информационно – аналитический (сентябрь, октябрь);

II этап – организационно – внедренческий (ноябрь- март);

III этап – диагностико – методический (апрель, май).

## **Предполагаемый результат**

- ✓ Формирование у дошкольников устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья;
- ✓ Формирование элементарных знаний, умений, навыков валеологического характера;
- ✓ Формирование и совершенствование элементарных гигиенических и культурных навыков;
- ✓ Повышение психоэмоциональной устойчивости у детей.