Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Лучик» города Балашова Саратовской области

**Проект по образовательной области**

**«Физическая культура»**

**«О ЗДОРОВЬЕ ВСЕРЬЕЗ»**

Выполнил: воспитатель Шатилова Е.Ю.

**Балашов**

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Характеристика проекта |  | 3 |
| Обоснование актуальности деятельности  |  | 3 |
| Цели и задачи проекта |  | 5 |
| Участники проекта |  | 6 |
| Стратегия и механизмы достижения поставленных целей |  | 6 |
| Рабочий план реализации проекта |  | 8 |
| Прогнозируемые краткосрочные и долгосрочные результаты реализации проекта |  | 13 |
| Оценка эффективности реализации проекта |  | 13 |
| Оценка рисков |  | 16 |
| Дальнейшее развитие проекта |  | 16 |
| Список используемой литературы |  | 18 |
| Приложения |  | 19 |

**ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЕКТА**

По форме – образовательный;

По классу – монопроект;

По типу – социальный;

По виду – оздоровительный;

По длительности – долгосрочный.

**НАШ ДЕВИЗ:** “В здоровом теле, здоровый дух”.

**ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

Формирование основ здорового образа жизни с самого раннего возраста является основной задачей в последние годы не только в семье, но и в образовательных учреждениях страны, а также эти вопросы решаются на уровне правительства и Государственной Думы. Формирование отношения к здоровью как главной жизненной ценности, укрепление здоровья, обеспечение полноценного образования, гармоничного формирования и развития детей дошкольного возраста являются важнейшими социальными задачами нашего общества.

В последнее время происходит активное реформирование системы дошкольного образования: растёт сеть альтернативных дошкольных учреждений, появляются новые программы дошкольного воспитания, разрабатываются оригинальные методические материалы. На фоне этих прогрессивных изменений укреплению здоровья и формированию имиджа здорового образа жизни не всегда уделяется достаточное внимание.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

Проблема охраны здоровья детей в детском саду стоит очень остро. Анализ состояния наших воспитанников показал, что I группу здоровья из 160 детей имеют всего 42 ребенка (26,25%), ко II группе отнесено 100 воспитанников (62,5%) и огромный процент детей с III группой здоровья – 11,25 (18 детей) (Приложение 1).

Формирование здоровья ребенка в дошкольном возрасте в значительной степени зависит от того, какая работа в детском саду ведется в этом направлении. Необходимо создавать эмоциональную радостную обстановку, занимательную физкультуру, т. к. физическое здоровье во многом зависит от психического состояния детей. Больше внимания уделять закаливанию, гигиеническим процедурам, профилактике заболеваемости. Дети в процессе дня должны получать положительные эмоции, радостное настроение от общения со сверстниками, воспитателем. Большое значение имеет организация пространства в группе, на участке для занятий физкультурой. Правильно организованная развивающая среда представляет ребенку возможность проявить себя в социальном плане, освоить определенные правила здорового образа жизни, ощутить взаимосвязь с другими детьми, укрепить уверенность в своих силах. И тогда наши дети будут физически здоровы, активны, коммуникабельны.

Дети имеют разрозненные знания по основам здорового образа жизни, которые с трудом могут перенести в самостоятельные практическую деятельность. Поэтому перед педагогами и родителями поставлена проблема формирования имиджа здорового образа жизни, т.е. образа жизни, формируемого в общественном или индивидуальном сознании различными средствами психологического и педагогического воздействия с целью профилактики болезней и укрепления здоровья.

 Поэтому, проанализировав все вышеизложенное, определена главная *стратегическая линия проекта* – формирование имиджа здорового образа жизни в условиях компромисса значимости деятельности и отсутствия системы целенаправленно организованных мероприятий

В связи с чем, принято решение реализации проекта по здоровьесбережению и формированию имиджа здорового образа жизни в старшей группе с фонетико-фонематическими нарушениями речи. Так как именно данный контингент детей в большем количестве имеют группу здоровья II (60%) и III (40%). Также для них значимо сочетание движений и речи, потому что эти два процесса находят прямую взаимосвязь рецепторных функций.

Особенность проекта состоит в том, что родите­ли - не пассивные наблюдатели, а активные участни­ки оздоровительных мероприятий, организуемых в ДОУ. Создание практико-ориентированной системы оздоровительной работы, предусматривающей при­общение семьи к участию в оздоровительном процес­се, позволяет привить элементы культуры здоровья дошкольникам и повысить качество их оздоровления.

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА**

**Цель проекта** – создать условия в ДОУ для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, формированию у них имиджа здорового образа жизни.

**Основными задачами проекта являются:**

* актуализация роли семьи в физическом воспита­нии дошкольников, формирование гармоничных отношений между детьми и взрослыми;
* формирование у детей и родителей практических умений и навыков в области физического воспитания;
* создание системы мониторинга состояния здоро­вья воспитанников и родителей;
* проектирование инновационной модели сотруд­ничества детского сада и семьи по формированию осознанного, творческого, бережного отношения к здоровью детей с целью повышения его уровня;
* пополнение материальной базы дошкольного учреждения спортивным и медицинским обору­дованием.

**УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА.**

Участие в проекте принимают дети старшего дошкольного возраста (12 детей) с фонетико-фонематическими нарушениями речи, педагоги (воспитатели ОУ) и сотрудники МДОУ д/с «Лучик» г.Балашова Саратовской области (старшая медсестра, повар, заведующая, старший воспитатель, учитель-логопед), родители (законные представители) воспитанников.

Выбор участников обоснован несколькими показателями:

* морфо-функциональное развитие детей (II и III группы здоровья), низкий уровень физического развития и знаний о здоровом образе жизни (Приложение 2);
* заинтересованность проблемой (родители – укрепление здоровья детей; педагог и сотрудники ДОУ – систематизация деятельности по здоровьесбережению);
* апробация деятельности в небольшой группе детей.

**СТРАТЕГИЯ И МЕХАНИЗМЫ ДОСТИЖЕНИЯ ПОСТАВЛЕННЫХ ЦЕЛЕЙ**

Проект, реализуемый на протяжении одного года, предусматривает несколько этапов.

Целью подготовительного этапа "Давайте позна­комимся" является исследование профессиональ­ных возможностей педагогов, знаний, умений, навы­ков воспитанников, педагогической просвещенности и культуры здорового образа жизни родителей. Рабо­та на данном этапе строится по трем направлениям.

Для того чтобы выяснить, в какой форме находят­ся сами педагоги, проводится анкетирование. Также определяется уровень их знаний о способах приоб­щения дошкольников к здоровому образу жизни, соз­даются условия для изучения педагогами новых здоровьесберегающих технологий, формирования у них готовности и желания участвовать в проекте.

С целью получения данных об уровне знаний, уме­ний, навыков и состояния здоровья воспитанников про­водится соответствующий мониторинг, диагностика зна­ний о здоровьесбережении, в т. ч. в форме интервью.

Анкетирование родителей позволяет установить, какое место занимает физкультура в семье, опреде­лить потребность взрослых в приобретении навы­ков оздоровления. Основная задача педагогов в ходе взаимодействия с родителями на данном этапе - фор­мирование положительного отношения к сотрудниче­ству.

Целью практического этапа "Учимся играя" являет­ся привитие детям и родителям навыков укрепления и сохранения здоровья, формирование потребности в здоровом образе жизни, повышение уровня оздоро­вительной работы в детском саду и дома. Работа с пе­дагогами на данном этапе строится в микрогруппах: обсуждаются и разрабатываются сценарии проведе­ния Дней и Недель здоровья, планируется деятель­ность по организации интегрированных мероприятий, твор­ческой лаборатории, организуются мастер-классы и др. Все это способ­ствует повышению мотивации и профессионализма педагогов в области оздоровительной деятельности.

Для расширения знаний и умений воспитанников, поддержания интереса к занятиям по физической культуре, снижения заболеваемости среди дошколь­ников реализуется модель двигательного режима в течение дня, проводятся туристические походы, со­ревнования и спортивные праздники.

Родителям предлагаются физкультурные занятия-практикумы, консультации, беседы, участие в совместных мероприятиях. Мамы и папы являются активными участниками спор­тивных праздников и развлечений. Данная работа по­зволяет обмениваться лучшим опытом семейного вос­питания.

Цель оценочного этапа "Здоровая семья - здоро­вый малыш" - анализ эффективности реализации проекта путем определения состояния здоровья вос­питанников, сформированности мотивации к здоро­вому образу жизни детей и родителей.

На данном этапе педагогический коллектив раз­рабатывает методы оценки уровня знаний в рамках проекта, организует обмен опытом между его участ­никами. Анализу полученных результатов посвящает­ся итоговый педсовет. Кроме того, проводятся срав­нительные диагностики знаний, умений и навыков воспитанников, обсуждаются итоги мониторинга состояния здоровья. Все это способствует созданию инновационной модели сотрудничества.

Родители приглашаются к участию в итоговых фи­зических занятиях-практикумах, семейной спартаки­аде и подведению итогов межсемейных проектов.

Более подробно этапы реализации проекта "О здоровье всерьез" представлены ниже.

**РАБОЧИЙ ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

|  |
| --- |
| **Формы работы** |
| **С педагогическим коллективом** | **С воспитанниками** | **С родителями** |
| ***Подготовительный этап «Давайте познакомимся» (сентябрь-октябрь)*** |
| Анкетирование «Самооценка личностного здоровья педагога» (Приложение 3) | Мониторинг физического развития детей на начало учебного года (Приложение 4) | Создание коммуникативной модели «Вы спрашивали – мы отвечаем» |
| Изготовление наглядных пособий по ОЗОЖ | Исследование мотивов двигательной активности и эмоционального отношения дошкольников к физической культуре | Анкетирование «Укрепление здоровья ребенка в семье» (Приложение 5) |
| Создание картотеки подвижных игр по возрасту | Составление паспорта здоровья | Конкурс «Наши изобретения» (изготовление нестандартного оборудования) |
| Мастер-класс «Подвижные игры в детском саду» | Интервьюирование «Где прячется здоровье?» | Консультация для родителей на тему «Движение и речь – взаимосвязь при формировании основ здоровья» (Приложение 6) |
|  | Беседа «Здоровье и болезнь» (Приложение 7) | Родительское собрание «Растим детей активными, ловкими, жизнерадостными» |
| ***Основной этап «Учимся, играя» (ноябрь-апрель)*** |
| Индивидуальная работа с педагогами по подготовке и проведению совместных мероприятий | Телепередача «Доброе утро!»(физкультурно-познавательное мероприятие) | Работа по системе «Телефон доверия» (установка ящика для приема анонимной информации и стенда ответов на поступившие обращения) |
| Мастер-класс «Подвижные игры в детском саду» | День здоровья «Калейдоскоп здоровья»(интегрированное физкультурно-оздоровительное мероприятие, с элементами оздоровительного тренинга) | Выставка рисунков «Рисуем вместе ЗОЖ» |
| * Консультации «Здоровьесберегающие технологии и их применение в педагогическом процессе»
* «Личностно-ориентированная модель взаимодействия при формировании физических качеств ребенка»
* «Организация системы работы по формированию основ здорового образа жизни в системе «семья-ДОУ»
* «Интегрированные занятия – новый подход в решении задач по оздоровлению детей»
 | Праздник «Здоровая семья – здоровая страна»(спортивный праздник с участием родителей) (Приложение 8) | Занятия по физической культуре и развлечения с участием родителей:* Мама, с папой в мире спорта
* Тематическая неделя «Семья»
* Праздник «Навстречу спорту»
 |
| Мозговой штурм «Здоровый образ жизни в детском саду» | Реализация модели двигательного режима в течении дня | Оформление информации на папках-передвижках и стендах |
| Педагогическое многоборье«Здоровье – высшая ценность человека» | Профилактические мероприятия (пальчиковая гимнастика, гимнастика пробуждения, занятия по профилактике плоскостопия) | Фотоконкурс «Красота в движении – здоровье с детства» |
| Дискуссия «Из опыта работы» по направлению «Игровые обучающие ситуации – способ расширения и закрепления знаний дошкольников по проблеме проекта» | Конкурс рисунков «Здоровье глазами ребенка» | Межсемейные проекты: «Если хочешь быть здоров…» |
| Подготовка серии видеоконсультаций по вопросам развития ребенка и оптимизации двигательной деятельности детей | Туристические походы | Информационная корзина, памятки |
|  | Игровой стретчинг «Правила Здоровья» | Тренинг по вопросам закаливания и оздоровления детей |
|  | Праздник совместно с папами, посвященный празднованию 23 февраля «Бравые солдаты» | Семинар-практикум «Игра средство воспитания и развития ребенка» |
|  | Заседание круглого стола «О здоровье всерьез» | Фоторепортаж «Играем дома» |
|  | Комплекс интегрированных занятий:- «Где прячется здоровье»- «Как устроено тело человека?»- «Витамины и полезные продукты»- «Как работает сердце человека?»- «Личная гигиена». | Консультации и беседы (индивидуальные и групповые) позволяющие корректировать работу по оздоровлению детей, получать вовремя информацию по проблемам семьи в области здоровья:* «Здоровье дошкольника в современном мире»
* «Загородные прогулки и походы»
* «Наши привычки – привычки «наших детей»
* «Как уберечь ребенка от травм»
 |
|  | Акция «Сохраним здоровье сами» к всемирному дню здоровья. |  |
| **Рефлексионный этап «Наши результаты»** |
| Разработка методов оценки уровня знаний детей | Сравнительная диагностика знаний, умений и навыков детей | Анкетирование  (Приложение 9) |
| Обмен опытом работы участников проекта | Подведение итогов мониторинга состояния здоровья детей  (Приложение 10) | Родительское собрание по теме «Здоровая семья -здоровая страна» |
| Итоговое заседание с рефлексией деятельности |  | Выражение благодарности родителям, внесшим большой вклад в реализацию проекта |

**ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ КРАТКОСРОЧНЫЕ И ДОЛГОСРОЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

* систематизация работы *по ЗОЖ в образовательном учреждении*;
* формирование *активной позиции у детей по здоровьеукреплению и здоровьесбережению;*
* просвещение родителей и организация совместной работы по *формированию у воспитанников имиджа здорового образа жизни*;
* *обобщение и распространение результатов* работы среди педагогических работников ДОУ;
* *снижение уровня заболеваемости*;
* участие во В*сероссийском* *конкурсе-игре* по физической культуре «Орленок», с презентацией знаний и мастерства в системе ЗОЖ (дипломы Лауреата, II, III места представлены в Приложении );
* создание пособий и наглядных материалов, применяемых в работе с детьми. Оформление итогов деятельности в выставках, стенгазетах, праздниках и развлечениях

Долгосрочные результаты деятельности по данному Проекту найдут свое отражение в систематичности занятий спортом, самостоятельном применении средств физической культуры в целях укрепления своего здоровья, а как следствие сохранение здоровья, его укрепление и коррекция имеющихся физических недостатков. Значимость отражает осознанное отношение и активное участие в деятельности родителей воспитанников, как наставников, созидателей и образца деятельности.

**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА**

Исходя из целей и задач, подобранных диагностических методик предложены следующие критерии оценивания:

* устойчивость интереса, который проявляется к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения;
* самостоятельность проявления здоровьесберегающей компетент­ности в разных видах детской деятельности и поведении;
* осознание себя, своих желаний и потребностей, стремление к самооценке;
* направленность на выполнение элементарных трудовых процессов, полезных для здоровья, его укрепления и сохранения;
* применение ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в жизни;
* актуализация здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации;
* решение задачи, содействующее сохранению собственного здоро­вья;
* самостоятельность решения.

Наличие выделенных проявлений в поведении ребенка свидетель­ствует о его правильном отношении к здоровью и здоровому образу жизни.

Высокий уровень. Ребенок проявляет интерес к здоровью, интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрос­лыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни. Интерес проявляется как в организованных взрослым видах деятельности, так и в самостоятельной детской деятельности.

В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуа­ций и дидактических игр ребенок дает адекватные ответы и пред­лагает адекватные решения, удовлетворен предлагаемыми реше­ниями. И решения, и ответы на вопросы ребенок готов прокомментировать, объяснить. Дошкольник обладает здоровьесбе­регающей эрудицией, в процессе взаимодействия со взрослым по­казывает глубину и полноту соответствующих знаний, умений, на­выков.

Демонстрируемые ребенком знания, умения, навыки закрепле­ны и отражаются в его опыте, самостоятельно проявляются в его поведении и жизнедеятельности. Не существует разрыва между знаниями, умениями, навыками и реальным поведением дошколь­ника.

Средний уровень. Ребенок проявляет интерес к здоровью, интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрос­лыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни. Интерес ребенка проявляется исключительно в организо­ванных для него взрослым видах деятельности.

В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок чаще всего дает адекватные ответы и предлагает адекватные решения. Допускает ошибки или решает некоторые задачи неадекватно, неадекватными способами, не всегда удовлетворен своими решениями. И решения, и ответы на вопросы чаще всего ребенок не готов прокомментировать, объяснить, ис­пытывает затруднения.

Частично демонстрируемые ребенком знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, проявляются в его поведении и жизнедеятельности самостоятельно и с помощью педагога. Но чаще всего знания, умения, навыки глубже, полнее и качественнее, чем реальное поведение дошкольника, имеют тенденцию не отра­жаться в нем (знаю, но не делаю; знаю, но не переношу в свою жизнь, не применяю в конкретных ситуациях).

Низкий уровень. Ребенок не проявляет интереса к здоровью, не ин­тересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодейст­вия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоро­вому образу жизни, или имеет неустойчивый слабый интерес, ко­торый проявляется только в индивидуальном взаимодействии педагога с ребенком и требует постоянной активизации и направ­ленности через специально организованные виды детской деятель­ности.

В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок чаще всего дает неадекватные ответы и предлагает неадекватные решения. Допускает серьезные ошибки. И свои решения, и ответы на вопросы прокомментировать, объ­яснить отказывается.

Демонстрируемые ребенком неадекватные знания, умения, на­выки закреплены и отражаются в его опыте, проявляются в его поведении и жизнедеятельности. Ребенок некомпетентен.

*\*Диагностический инструментарий представлен в Приложении 3.*

**ОЦЕНКА РИСКОВ**

При реализации Проекта возможны следующие ситуации риска, которые могут привести к снижению результативности деятельности:

1. Активность участия родителей в совместных мероприятиях. Для этого предусмотрено построение мероприятий от теоретических форм работы к практической, когда родители осознают значимость совместной деятельности. А также запланировано создание серии видеоконсультаций (для изучения материала в удобное время) для родителей по теме Проекта.
2. Взаимодействие всех работников ДОУ с целью решения целей и задач Проекта, загруженность воспитателей дополнительной деятельностью. Предусмотрев это на этапе подготовке проекта проведена коррекция перспективного планирования специалистов ДОУ и воспитателей.
3. Утеря интереса детей к деятельности. Для устранения данного риска в Проект включены инновационные формы работы с детьми, они разнообразны и как правило представлены в игровой форме. Это стимулирует познавательную и двигательную активность детей.

**ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ ПРОЕКТА**

Сегодня можно сказать, что данный проект позво­ляет достичь поставленных целей при наименьших затратах ресурсов. Благодаря качествен­но организованной работе показатель заболеваемо­сти детей снижен, а это значит, что дошкольники стали бо­лее крепкими, выносливыми, реже пропускают физ­культурные занятия и тренировки.

В ходе реализации проекта педагогический опыт распространяется в рамках города и области, вызы­вает интерес у коллег, что стимулирует педагогиче­ские коллективы к его широкому применению, де­монстрирует ценность взаимодействия родителей воспитанников и общественности.

Повышение уров­ня знаний в вопросах физического воспитания на ме­роприятиях в ДОУ содействует тому, что родители больше внимания уделяют этому дома. Таким обра­зом, можно надеяться, что со временем занятия фи­зической культурой и спортом, здоровый образ жиз­ни войдут в повседневную жизнь каждой семьи.

Проект «О здоровье всерьез» может реализован с детьми 5-7 лет на различных ступенях образования – в ДОУ, учреждениях дополнительного образования, начальной школе.

Результаты деятельности представлены к обсуждению в рамках мероприятий различного уровня:

* обобщение информации по реализации проекта и знакомство педагогов с результатами деятельности на педагогическом совете «Создание условий для здорового образа жизни в системе воспитательно-образовательного процесса ДОУ через здоровьесбережение»;
* представление итогов работы в рамках семинара для заместителей заведующих МДОУ по ВОР г.Балашова «Инновационная деятельность по физическому развитию в ДОУ»;
* выступление с докладом «Проектная деятельность в ДОУ: проект «О здоровье всерьез» в рамках II Межмуниципальной научно-практической конференции «ФГОС в учреждениях дополнительного образования детей: формирование УУД».

*\* Грамоты и сертификаты представлены в Приложении 11.*

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.**

1. Бабунова Т.М. Дошкольная педагогика. Учебное пособие. М.: ТЦ
Сфера, 2007.

2.Евдокимова Е.С. Технология проектирования в ДОУ. -М.: ТЦ Сфера, 2006.

3. Новые педагогические и информационные технологии в системе
образования. Учеб. пособие/ Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина. - М. Изд.
Центр «Академия», 2002.

1. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. - М., 1998.
2. Шамова Т.И.и др. Управление образовательными системами: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Т.И.Шамова, Т.М.Давыденко, Г.Н.Шибанова; Под ред. Т.И.Шамовой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002.

*Приложение 1*

**Анализ заболеваемости в образовательном учреждении**

В результате анализа медицинских карт детей, изучения заключения врача-педиатра нами выявлена следующая закономерность:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **I группа здоровья** | **II группа здоровья** | **III группа здоровья** |
| Кол-во | % | Кол-во | % | Кол-во | % |
| **По всему ОУ** | 42 | 26,25 | 100 | 62,5 | 18 | 11,25 |
| **В группе с ФФНР** | 0 | 0 | 7 | 60 | 5 | 40 |

***Данные по образовательному учреждению***



***Данные по рабочей группе (старшая группа с ФФНР)***



*Приложение 2.*

**Результаты диагностического исследования**

По результатам входящей и контрольной диагностики воспитанников, принимающих участие в реализации проекта «О здоровье всерьез» получены следующие результаты:



По результатам исследования и их сравнения, на момент анализа результативности деятельности, можно констатировать тот факт, что в процессе целенаправленной деятельности у детей дошкольного возраста возможно сформировать имидж здорового образа жизни на основе введения в педагогический процесс инновационных форм и методов работы. Так результаты входящей диагностики показывают, что владеют знаниями и способны к деятельности с позиции здоровьесбережения и здоровьясохранения лишь 35%, основная масса воспитанников испытывают затруднения (40%). Однако в группе имеются дети которые не понимают значение здоровья для человека и не владеют способами его сохранения и укрепления – 25%. После реализации запланированных мероприятий и их систематизации проведен качественный анализ знаний детей, который показывает значительный прирост. Знаниями по ЗОЖ, т.е. имидж здорового образа жизни сформирован у 75% воспитанников, частично сформирован у 20% и остается по-прежнему низким у 5% детей из общей группы . При этом следует учитывать, что уровень заболеваемости в группе снижен на 80%. Из общего числа ЧБ детей статус сохраняется только у одного ребенка (ему свойствен низкий уровень, так как частые пропуски не позволяют сформировать систему знаний по ЗОЖ).

Считаем, что деятельность плодотворна и может быть использована, при адаптации механизмов деятельности, в работе с детьми старшего дошкольного возраста в образовательных учреждениях различного типа.

**Результаты мониторинга по образовательной области**

**«Физическая культура» за 2011-2012 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
|  **Группа****Данные**  | **Группа с ФФНР «Ягодка»** |
| **Кол-во** | **%** |
| **Высокий уровень** | **О** | 0 | 0 |
| **В** | 8 | 72 |
| **Средний уровень** | **О**  | 10 | 91 |
| **В**  | 2 | 19 |
| **Низкий уровень** | **О**  | 1 | 9 |
| **В**  | 1 | 9 |
| **Итого**  | **О**  | 11 | 100 |
| **В**  | 11 | 100 |

****

Сравнивая результаты педагогической диагностики и описывая уровень физического развития детей на начало и конец учебного года выявлено, что: прирост по группе на конец учебного года составляет 57% и отвечает уровню высокого физического развития в результате целенаправленной деятельности.

С высоким уровнем развития физических качеств на начало года воспитанников не было, но к концу года с высоким уровнем развития было 8 детей (72% ). Средний уровень развития на начальном этапе превалировал (91 %), а в результате заключительной диагностики соответствовал 2 детям (19%). Низкий уровень остался сохранным, так как процент пропуска ребенком систематических занятий и охват проектной деятельностью был низок.

Приложение 3

**Анкета «Самооценка личностного здоровья педагога»**

**1. Что такое здоровый образ жизни?  (Вы можете выбрать несколько ответов)**

|  |  |
| --- | --- |
| занятия спортом  |  |
| отсутствие вредных привычек |  |
| здоровый сон |  |
| личная гигиена |  |
| рациональное питание |  |
| положительные эмоции |  |
| соблюдение режима дня |  |
| предупреждение заболеваний, закаливание |  |
| выкуривание в меру сигарет в день |  |
| чтение журналов и газет о здоровом образе жизни |  |
| полноценная духовная жизнь |  |
| просмотр ТВ допоздна |  |

**2. Как Вы думаете, для чего нужно вести здоровый образ жизни? (Вы можете выбрать несколько ответов)**

|  |  |
| --- | --- |
| иметь хорошее здоровье |  |
| чтобы быть современным культурным человеком |  |
| быть внешне привлекательным, иметь хорошую фигуру |  |
| быть физически сильным, уметь постоять для себя |  |
| быть успешным в жизни, добиваться успеха |  |
| общаться с любимым человеком, создать счастливую семью |  |

**3. Оцените собственное физическое здоровье по пятибалльной шкале.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **«5»** | **«4»** | **«3»** | **«2»** | **«1»** |
|  |  |  |  |  |

**4. Что Вы делаете для укрепления собственного здоровья? (Вы можете выбрать несколько ответов)**

|  |  |
| --- | --- |
| стараюсь больше бывать на свежем воздухе, на природе |  |
| избегаю вредных привычек, борюсь с ними |  |
| занимаюсь спортом |  |
| стараюсь выспаться, не переутомляться |  |
| делаю зарядку, гимнастику |  |
| соблюдаю режим и рацион питания |  |
| стараюсь не злоупотреблять работой на компьютере, телевизором |  |
| соблюдаю режим дня |  |
| занимаюсь фитнесом, шейпингом, танцами |  |
| плаваю в бассейне |  |
| закаливаюсь |  |
| регулярно посещаю врачей, выполняю их рекомендации |  |

**5. Оцените собственное психоэмоциональное здоровье по пятибалльной шкале.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **«5»** | **«4»** | **«3»** | **«2»** | **«1»** |
|  |  |  |  |  |

**6. Выбрать один вариант ответа.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Считаете ли Вы правильным и здоровым свой режим и рацион питания?** | **Завтракаете ли Вы дома перед работой?** |
| Да |  | Да, всегда завтракаю |  |
| Не вполне |  | Иногда завтракаю |  |
| Нет |  | Нет |  |

**7. Проранжируйте по степени значимости 9 факторов внутрисадовой среды по степени их влияния на здоровье ребенка.**

|  |  |
| --- | --- |
| Суммарная нагрузка на детей |  |
| Временной режим организованной образовательной деятельности |  |
| Санитарно-гигиенические условия пребывания ребенка |  |
| Двигательный режим в процессе жизнидеятельности |  |
| Воспитательная работа по формированию культуры здоровья |  |
| Специальные образовательные курсы по проблеме здоровья и ЗОЖ |  |
| Организованные занятия физкультуры |  |
| Стиль взаимодействия педагога с воспитанниками |  |
| Конкретные методы и приемы ведения образовательной деятельности |  |

**9. Как лично Вы оцениваете состояние здоровья современных дошкольников? (Выбрать один вариант ответа).**

|  |  |
| --- | --- |
| хорошее |  |
| все с некоторыми отклонениями по состоянию здоровья |  |
| удовлетворительное |  |
| неудовлетворительное |  |

**10. Что, на Ваш взгляд, сильнее всего влияет на формирование культуры здоровья современных дошкольников?**

|  |  |
| --- | --- |
| семья |  |
| Интернет |  |
| система работы в образовательном учреждении |  |
| телевидение |  |
| медицина |  |
| книги, газеты, журналы |  |

**11. Считаете ли Вы обоснованной тревогу общества по поводу состояния здоровья современных дошкольников?**

|  |  |
| --- | --- |
| да |  |
| нет |  |

Приложение 4.

**Варианты исследования мотивов двигательной активности и эмоционального отношения дошкольников к физической культуре**

**Исследование 1.** *Изучение мотивов двигательной активности*

Исследование проводится с детьми 5-6 лет старшей группы. Дошкольникам индивиду­ально предлагают небольшой рассказ, в котором каждый из исследуемых мотивов выступает в качестве лич­ной позиции одного из персонажей. После прочтения каждого абзаца перед ребенком выкладывают соответ­ствующий содержанию рисунок - внешнюю опору для запоминания.

Педагог: Сейчас я прочитаю тебе рассказ. Послушай. Мальчики (девочки) разговаривали про физкультур­ные занятия. Первый мальчик сказал: "Я хожу на физкультурные занятия потому, что меня за­ставляет воспитатель, если бы меня не заставляли, я бы на занятия не ходил".

(На стол перед ребенком выкладывается карточка № 1: женская фигура, склонившаяся вперед, с указующим жестом. Перед ней - фигура ребенка. Мотив по принуждению.)

Педагог: Второй мальчик сказал: "Я хожу на физкультурные занятия, потому что мне нравится заниматься, делать различные упражнения, играть в подвижные игры. Даже если бы физкультурных заня­тий в детском саду не было, я бы все равно занимался физкультурой".

(Выкладывается карточка № 2: фигуры *детей, которые* выполняют общеразвивающие упражнения. Учебный мотив.)

Педагог: Третий мальчик сказал: "Я хожу на физкультурные занятия потому, что там весело, особенно ког­да мы играем в подвижные игры, можно бегать, смеяться".

(Выкладывается карточка № 3: фигуры детей, играющих в подвижные игры. Игровой мотив.)

Педагог: Четвертый мальчик сказал: "Я хожу на физкультурные занятия потому, что хочу быть здоровым, сильным, красивым. Когда человек здоров, он многое может сделать".

(Выкладывается карточка № 4: один мальчик, как спортсмен, здоровый и крепкий. Мотив здоровья, силы, красоты.)

Педагог: Пятый мальчик сказал: "Я хожу на физкультурные занятия потому, что меня хвалят, как я выпол­няю упражнения".

(Выкладывается карточка №5: взрослый, который гладит по голове ребенка. Мотив получения похвалы.)

После прочтения рассказа педагог задает ребенку вопросы: "А как, по-твоему, кто из них прав, почему? А ты ходишь на физкультурные занятия, почему?".

Полученные данные оформляют следующим образом:

*Частота выбора различных мотивов, %*

|  |  |
| --- | --- |
| Мотив | 2011-2012 учебный год |
|  | Сентябрь | Май |
| Игровой | 40 | 5 |
| Учебный | 25 | 10 |
| Здоровья, силы, красоты | 20 | 80 |
| Похвалы | 10 | 0 |
| Принуждения | 5 | 0 |

**Исследование 2.** *Изучение эмоционального отношения дошкольников к занятиям физической культурой.*

Предварительная работа: подготовить 16 карточек с прилагательными - антонимами (хороший - плохой, чи­стый - грязный, пассивный - активный, грустный - веселый, быстрый - медленный, сильный - слабый, большой - маленький, решительный - робкий); две коробочки с наклеенными на них картинками (на одной - мальчик и де­вочка в спортивной форме выполняют физические упражнения, на другой - мальчик и девочка в обычной одежде).

Исследование проводится с детьми старшей и подготовительной групп. Педагог ставит перед ребенком две коробочки и дает следующую инструкцию: "Это юные спортсмены, они выполняют физические упражне­ния, а эти дети не любят занятия физкультурой, или ребята, которые не выполняют физических упражнений".

Далее педагог зачитывает прилагательные. А ребенок раскладывает карточки по коробочкам. Затем подсчитывается число положительных (+) и отрицательных (-) прилагательных, характеризующих детей, занима­ющихся и не занимающихся физической культурой. Полученные данные оформляются в виде таблицы. В кон­це исследования педагог делает выводы об общем эмоциональном отношении дошкольников к занятиям фи­зическими упражнениями.

Протокол

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Фамилия, имя ребенка | Возраст | Характеристика детей |
|  | занимающихся физической культурой | не занимающихся физической культурой |
|  |  | + | - | отказ | + | - | отказ |
| Алина Д. | 5,2 | + |  |  |  | + |  |
| Даниил У | 5,5 | + |  |  |  |  | + |
| Андрей И. | 6 |  | + |  | + |  |  |
| Джамиле Г. | 5,4 | + |  |  |  |  | + |
| Ксюша В. | 5,4 | + |  |  |  | + |  |
| Максим К. | 5,2 |  |  | + |  |  | + |
| Максим С. | 5,7 |  | + |  |  | + |  |
| Лиза Н. | 6 |  |  | + |  |  | + |
| Семен К. | 5,9 |  |  | + |  |  | + |
| Даша Р. | 5,11 | + |  |  | + |  |  |
| Роман С. | 5,3 |  | + |  | + |  |  |
| Вика К. | 5,4 |  | + |  |  | + |  |

Приложение 5

**Анкета**

**"Укрепление здоровья ребенка в семье"**

Уважаемые родители!

*Просим вас ответить на следующие вопросы. Полученная информация поможет нам совместными усилия­ми организовать работу в ДОУ по физическому воспитанию дошкольников.*

1. Как вы оцениваете здоровье вашего сына (дочери)? Группа здоровья \_\_\_\_\_\_\_\_

* хорошее;
* удовлетворительное;
* плохое.

2. Перечислите, что ежедневно делает ваш сын (дочь) для укрепления своего здоровья?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Являетесь ли вы для ребенка примером ежедневного укрепления здоровья?

* да;
* нет;
* частично.

4. Что является причиной недостаточной заботы о здоровье ребенка?

* недостаток полученных знаний в детском саду;
* слабый медицинский контроль выполнения правил предупреждения болезни;
* недооценка здоровья как главного качества человека;
* отсутствие примера для подражания.
1. Ваши предложения по улучшению здоровья ребенка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Ваши предложения по улучшению здоровья своего ребенка в семье и в детском саду \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приложение 6

**Консультация для родителей**

**«Движение и речь – взаимосвязь при формировании основ здоровья»**

**Цель:**

- показать родителям, что движение как основа формирования здорового, крепкого, хорошо владеющего своими движениями ребенка также способствует коррекции речевых нарушений;

- научить родителей применять полученные навыки коррекции речи детей с использованием разнообразных движений общей и мелкой моторики и мяча в условиях семьи.

**ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

1. Значение и [взаимосвязь движений и речи](http://logoportal.ru/podvizhnyie-igryi-na-logopedicheskih-zanyatiyah/.html).

2. Знакомство с различными видами игр и упражнений, направленных на коррекцию речевых нарушений, применяя общую и мелкую моторику.

3. Применение полученных навыков в условиях семьи.

**ХОД КОНСУЛЬТАЦИИ**

I.    Значение и взаимосвязь движений и речи.

[**Ребенок не говорит**](http://logoportal.ru/kak-nauchit-rebenka-govorit/.html)**. Ребенок говорит плохо.** В каждой семье по-разному относятся к этому явлению. Одних тревожит уже то, что малыш к году говорит лишь два-три слова.

Другие спокойны, несмотря на то, что трехлетний ребенок не может составить простейшую фразу, владеет лишь небольшим количеством обиходных слов. Такие родители считают, что со временем их ребенок догонит сверстников, заговорит сам. И очень ошибаются.

Чаще всего задержка развития речи тяжело сказывается на общем развитии ребенка, не позволяет ему полноценно общаться и играть с ровесниками, затрудняет познание окружающего мира, отягощает эмоционально-психическое состояние ребенка.

Однако если вовремя помочь ребенку постоянно использовать все способы развития, активизации речи, эти серьезные проблемы можно успешно решить.

У нормально развивающегося ребенка первые слова появляются в 8-9 месяцев. Если после 1 года и 2 месяцев — 1 года и 3 месяцев ребенок не произносит ни одного слова — нужно бить тревогу.

После полутора лет у ребенка в норме появляются двухсловные  предложения:   «Мама, дай;  папа, би-би».

Количество слов к концу второго года жизни колеблется от 100 до 300.

К концу третьего года жизни словарный запас возрастает в 3-4 раза. Появляются многословные предложения. Ребенок способен рассказать почти наизусть небольшую сказку, прочитанную ему несколько раз. В три года ребенок может правильно произносить большинство звуков в речи.

Заботиться о своевременном развитии речи ребенка необходимо с первых недель его жизни: развивать его слух, внимание, разговаривать, играть с ним, развивать его двигательные умения.

Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. **Взаимосвязь общей и речевой моторики** изучена и подтверждена исследованиями многих крупнейших ученых, таких, как И.П.Павлов, А.А.Леонтьев, А.Р.Лурия. Когда ребенок овладевает двигательными умениями и навыками, развивается координация движений.

Формирование движений происходит при участии речи. Точное, динамичное выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикулярных органов: губ, языка, нижней челюсти и т.д.

Особенно тесно связано со становлением речи развитие тонких движений пальцев рук. Почему человек, не находящий нужного слова для объяснения, часто помогает себе жестами? И наоборот: почему ребенок, сосредоточенно пишущий, рисующий, помогает себе, непроизвольно высовывая язык?

Учёные пришли к выводу, что формирование устной речи ребёнка начинается тогда, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Другими словами, формирование речи совершается под влиянием импульсов, идущих от рук. Это важно и при своевременном речевом развитии, и особенно в тех случаях, когда это развитие нарушено.

Кроме того, доказано, что и мысль, и глаз ребёнка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

Результаты исследований показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук. Несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук затрудняет овладение письмом и рядом других учебных и трудовых навыков. Психологи утверждают, что упражнения для пальцев рук развивают мыслительную деятельность, память и внимание ребёнка.

II.    Знакомство с различными видами игр и упражнений, направленных на коррекцию речевых нарушений, применяя общую и мелкую моторику.

1.    **Упражнения с пальчиками**.

Умение свободно и непринужденно пользоваться движениями своих пальчиков воспитывается специальными упражнениями. На простых, доступных для понимания и выполнения упражнениях дети учатся тонко выполнять произвольные движения пальцев.

Пальчиковые упражнения включают в себя:

- упражнения для массажа (пощипывание, прижимание, похлопывание, постукивание и т.д.)

- упражнения с предметами (эспандер, прищепки, «ежики», пробки, горошки, шары, бусы, платочки, счетные палочки и т.д.)

- упражнения без предметов.

2.    **Упражнения с мячом**.

Игры с мячом известны с древних времен, хотя история не знает точно ни места, ни времени рождения этих игр.

Практически каждый ребенок с раннего возраста знаком с мячом. Игры с мячом весьма популярны, они встречаются почти у всех народов мира и отнюдь не случайно считаются самыми распространенными из игр.

В России игры с мячом также были известны издавна. В простонародье мячи чаще всего делали из тряпья и тряпьем же набивали. В северных губерниях мячи плели из лыка — ремешков, сделанных из коры березы, липы или ивы. Такие мячи внутри были пустыми или набивались песком.
В некоторых областях мячи делались из овечьей шерсти. Клок шерсти сначала скатывали до тех пор, пока комок не делался плотным, после чего его бросали в кипяток. Затем его вынимали из воды, вновь катали и просушивали. Такой мяч был легким и мягким, а по своей упругости не уступал резиновому. Настоящие же резиновые мячи могли позволить себе только дети из богатых семей.

Теперь любой ребенок имеет возможность играть с мячом. И выбор их достаточно широк: в продаже имеются мячи различного цвета, размера, качества — на любой вкус. Как правило, ребенка более всего привлекают мячи яркие, прыгучие, легкие. Однако опросы родителей за последние три года показали, что играм с мячом уделяется мало внимания. Не у всех детей дома имеются мячи, и даже летом, на отдыхе, мяч остается незаслуженно забытым.

Не знают родители и игр с мячом, соответственно не могут научить им и своих детей. Из множества существующих игр большинство родителей называли футбол.

**Виды игр с мячом**:

-  игры на развитие ориентировки в пространстве. Для детей с речевой патологией характерно нарушение пространственного восприятия, что создает значительные сложности в ориентации в пространстве, а в дальнейшем приводит к дисграфии. Предлагаемые упражнения с мячом направлены на отработку силы, точности движения, возможности определения себя и предмета в пространственном поле. Для этого используются резиновые, теннисные и сшитые из ткани мячи.

- игры с мячом, направленные на развитие звукопроизношения и развитие фонематических процессов. Гласные звуки являются тем фундаментом, на котором базируется вся работа по развитию фонематических процессов у детей. Усвоив эту тему, дети, как правило, хорошо овладевают звуковым анализом и синтезом слов, а следовательно, в дальнейшем легче усваивают материал по обучению грамоте. Вся работа над гласными звуками закрепляется в играх с мячом.

- игры с мячом, направленные на обобщение и расширение словарного запаса и развитие грамматического строя речи (закрепление обобщающих слов, обогащение словаря, словообразование, образование множественного числа имен существительных, употребление предлогов, элементы ТРИЗа).

3.    Обыгрывание детских песенок («Во поле береза стояла», «Мишка», «Чайничек с крышечкой» и т.д.)

(Используется музыка из программы Бурениной «Ритмопластика»)

III.    Применение полученных навыков в условиях семьи.
(метод игрового моделирования)

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1.    **Упражнения с пальчиками**

- упражнения для массажа или самомассажа (пощипывание, прижимание, похлопывание, постукивание и т.д.)

- упражнения с предметами (эспандер, прищепки, «ежики», пробки, горошки, шары, бусы, платочки, счетные палочки, веточки, палочки от чупа-чупсов, фантики от конфет, манка, мука, кофе, крем, скраб, скрепки, грецкие орехи, фундук и т.д.)

- упражнения без предметов, например:

Пальчиковая гимнастика «Белка».

Сидит белка на тележке,
(Хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга попеременно.)
Продает она орешки.
Лисичке-сестричке,
Воробью, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.
(Загибать пальчики, начиная с большого.)
Кому в платок,
Кому в зобок,
Кому в лапочку.
(Ритмичные хлопки ладонями и удары кулачками друг о друга.)

2.   **Упражнения с мячом**.

- игры на развитие ориентировки в пространстве: «Брось мяч влево, вправо»; «Кидай мяч соседу слева, справа»; «Бросай мяч вперед, назад»; «Прокати мяч вокруг себя» и т.д.

- игры с мячом, направленные на развитие звукопроизношения и развитие фонематических процессов: «Стукни ладошкой по мячу, когда услышишь звук А»; «Сколько звуков я назову, столько раз брось мячом об пол»; «Мяч поймай – слово называй» и т.д..

- игры с мячом, направленные на обобщение и расширение словарного запаса и развитие грамматического строя речи (закрепление обобщающих слов, обогащение словаря, словообразование, образование множественного числа имен существительных, употребление предлогов): «Я знаю три названия животных»; «Скажи ласково»; «Кто чем занимается»; «Из чего сделано»; «Третий лишний» и т.д.

3.    Обыгрывание детских песенок («Во поле береза стояла», «Мишка», «Песенка крокодила Гены» и т.д.)

**Как организовать логопедические занятия дома?**

Рекомендации для родителей

Итак, вы решили самостоятельно начать заниматься со своим ребенком.
Прежде чем начать занятия, подготовьте всё, что может вам понадобиться.

* Большое настольное зеркало, чтобы ребенок мог контролировать правильность выполнения им упражнений артикуляционной гимнастики.
* «Лото» различной тематики (зоологическое, биологическое, «Посуда», «Мебель» и т. п.).
* Хорошо также приобрести муляжи фруктов, овощей, наборы небольших пластмассовых игрушечных животных, насекомых, транспортных средств, кукольную посуду и т. д.
* Разрезные картинки из двух и более частей.
* Вашим хобби до окончательной компенсации недоразвития речи у ребенка должно стать коллекционирование различных картинок, которые могут пригодиться в процессе подготовки к занятиям (красочные упаковки от продуктов, журналы, плакаты, каталоги и пр.) Заведите дома большую коробку, куда вы будете складывать свою «коллекцию».
* Для развития мелкой моторики приобретите: пластилин и другие материалы для лепки, конструктор, шнуровки, счетные палочки или спички и т. д.
* Тетрадь или альбом для наклеивания картинок и планирования занятий.

1.    Основная трудность для родителей – **нежелание ребенка заниматься**. Чтобы преодолеть это, необходимо заинтересовать малыша. Важно помнить, что основная деятельность детей — игровая.

2.    Все занятия должны строиться по правилам игры!

3.    Длительность занятия без перерыва не должна пре-вышать 15-20 минут!

4.    Отложите занятия, если ребенок болен или плохо себя чувствует!

5.    Знакомьте ребенка с детской литературой!

6.    Пользуйтесь наглядным материалом!

7.    Говорите четко, повернувшись лицом к ребенку. Пусть он видит движения ваших губ, запоминает их.

8.    Не употребляйте слово «неправильно»!

Приложение 7

 **Беседа о здоровье для дошкольников**

 **ЗДОРОВЬЕ И БОЛЕЗНЬ**

Дорогие ребята! Согласитесь, приятно чувствовать себя здоровым, бодрым и веселым! Ведь как говорили древние греки: «В здоровом теле — здоровый дух».
Немало пословиц и поговорок о здоровье сложено и русским народом. Например, такие:

* «Здоровье дороже золота»
* «Здоровье ни за какие деньги не купишь».

Задумывались ли вы о том, что у нашего здоровья немало добрых и верных друзей?\*

Взрослый поддерживает обсуждение, поощряя творческую активность ребенка. Давайте вместе подумаем, что помогает человеку быть здоровым?

Правильно! Прохладная чистая вода, которой мы умываемся, обливаемся или обтираемся по утрам. Она закаляет наш организм, прогоняет сон, очищает кожу, смывая с нее грязь, пот и болезнетворные микробы.

Второй наш друг — это утренняя зарядка.
Под звуки бодрой ритмичной музыки мы идем быстрым шагом, бежим, приседаем, делаем наклоны назад, вперед, вправо и влево, берем мяч, обруч или скакалку. После утренней зарядки повышается настроение, появляется аппетит, ведь зарядка, регулируя работу всех органов, помогает включиться в дневной ритм.

Как вы думаете, что еще помогает нам быть здоровыми?
Верно! Теплые солнечные лучи и свежий воздух. Особенно полезный воздух в хвойных, сосновых и еловых борах. Этот воздух — настоящий целительный настой, благоухающий ароматами смолы и хвои.
И в лиственных лесах, и в борах в воздухе содержится много фитонцидов — особых летучих веществ, убивающих вредных микробов. Фитонциды — тоже паши друзья!

Представьте себе лентяя, который редко моет руки, не стрижет ногти. Дома у него ПЫЛЬНО и ГРЯЗНО, На кухне — горы немытой посуды, крошки и объедки. Вокруг них вьются мухи-грязнухи. Как вы считаете, заботится ли этот человек о своем здоровье?

Верно! Не заботится! Ведь и немытые руки, и грязь под ногтями могут стать причиной многих опасных заразных болезней — желтухи или дизентерии: Эти болезни так и называют — «болезнями грязных рук».
А мух в старину не зря величали «вредными птичками». Летая по помойкам, свалкам, выгребным ямам, а потом залетая в дома, они переносят на своих лапках опасных микробов, которые могут вызывать болезни.
Надеюсь, вы поняли: чтобы быть здоровым, нужно следить за чистотой, умываться и мыть руки с мылом, чистить зубы и стричь ногти. Убирать свою комнату и мыть посуду. Ведь недаром говорится: «Чистота — залог здоровья».

Я знаю немало ребятишек, которые не любят соблюдать режим дня. До поздней ночи они сидят перед экраном телевизора или компьютера, а утром встают вялыми, бледными, невыспавшимися, забывая замечательное правило: «Рано в кровать, рано вставать — горя и хвори не будете знать!»
А ведь режим дня — прекрасный друг нашего здоровья! Если мы всегда в одно и то же время встаем с кровати, завтракаем, обедаем, ужинаем, ходим на прогулку, ложимся спать, то у нашего организма вырабатывается определенный биологический ритм, который помогает сохранять здоровье и бодрость.

Но мы с вами забыли еще об одном нашем преданном друге — о движении. Давайте подумаем, может ли быть здоровым человек, который ведет неподвижный образ жизни и большую часть времени сидит в кресле или лежит на диване?

Верно! Не может! А почему? Его мышцы, сердце не тренируются. Он не дышит свежим воздухом, ему не хватает солнечных лучей и кислорода. Малая подвижность ослабляет здоровье! А движение, особенно на свежем воздухе, делает нас сильными, ловкими, закаленными!
Велосипед, самокат, роликовые коньки... Как чудесно мчаться на них по дорожкам, вдоль цветов и густой травы. Лето дарит нам не только тепло и солнечный свет, но и возможность купаться в речке или озере, играть в футбол, волейбол и другие подвижные веселые игры на улице.

А зимой, когда все белым-бело, деревья и кусты наряжаются в пушистые снежные тулупы, можно кататься на лыжах и санках, играть в хоккей или кружиться на коньках вокруг сияющей огнями ели.
Физические упражнения в детском саду, занятия физкультурой в школе, посещения спортивных секций помогают нам укреплять здоровье, закаляют тело и волю, делают нас смелыми и сильными.
Я хочу здоровым быть —
Буду с лыжами дружить.
Подружусь с закалкой,
С обручем, скакалкой,
С теннисной ракеткой.
Буду сильным, крепким!

**Ответьте на вопросы**
1. Каких друзей нашего здоровья ты знаешь? Расскажи о них.
2. Какие водные процедуры ты делаешь по утрам?
3. Делаешь ли ты ежедневно утреннюю зарядку? Чем она полезна?
4. Почему грязнули и неряхи часто болеют?
5. Соблюдаешь ли ты режим дня? Чем он тебе помогает?
6. Что дарит нам движение?
7. Какие подвижные игры тебе нравятся?
8. Почему полезно ходить на прогулку в лес или парк?

**Отгадай загадку**
Его бьют, а он не плачет,
Только прыгает и скачет. (Мяч.)

Высоко волан взлетает,
Легкий и подвижный он.
Мы с подругою играем
На площадке в... (Бадминтон.)

Стоят игроки друг против друга,
Сетка меж ними натянута туго,
Бьют по мячу и красиво, и метко,
И оживает в руках их ракетка. (Теннис.)

**Выполни задание**
Нарисуй и раскрась: мяч, волан для игры в бадминтон, теннисную ракетку, скакалку, спортивный обруч.

*\* Здесь и далее после вопроса, поставленного и выделенного в тексте, детям даются время для обдумывания, возможность самостоятельно сформулировать ответ.*

Т.А. Шорыгина "Беседы о здоровье: Методическое пособие" - М.; ТЦ Сфера, 2008.

Приложение 8

Соревнование – конкурс: *«Здоровая семья-здоровая страна!»*

Подготовил: воспитатель Шатилова Е.Ю.

**Соревнование — конкурс «Папа, мама, я - спортивная семья!»**

 Для спорта нет границ и расстояний!
 Понятен он народам всей 3еили!
 Он всей планеты нашей достоянье!
 Спорт дарит счастье дружбы и любви!

**Цель:** сплочение семей, вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

**Задачи:**
1. Развитие у детей интереса к физическим упражнениям через организацию спортивного праздника.
2. Вовлечение родителей в спортивную жизнь школьника.
3. Воспитание чувства любви и гордости за свою семью, уважения к родителям.

**Участники:**  команды, которые состоят из папы, мамы и ребенка. Место проведения спортивный зал.

**Оформление:** стены спортзала оформлены шарами, плакатами с девизом — «Спорт помогает нам везде: в семье, учебе и труде», с пословицами:
 «Золотое время — молодое племя», «Кто храбр да стоек, тот десятерых стоит», «Вся семья вместе, так и душа на месте».

**Оборудование:** мячи (большие), скакалки, обручи, кегли, шары, конфетки, 6 ложек, 6 ведёрок.
 **Сценарий конкурса.**

**Ведущий.** Добрый день, дорогие друзья! Сегодня мы проводим соревнование
— конкурс «здоровая семья-здоровая страна». И праздник у нас семейный, в котором будут принимать участие не только ребята, но и их родители.

Сегодня у нас первая семейная встреча, и это здорово, что у нас есть стремление подружиться друг с другом. Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья – это приятно вдвойне. Мы с удовольствием познакомим вас с семьями.

Во все времена человек стремился к здоровому образу жизни, желая познать пределы своих возможностей, не боясь бросить вызов судьбе. И часто выходил победителем. А спорт это и есть: жизнь, здоровье, риск, поиск, победа.

 Сегодня на ваших глазах разыгрываются семейные соревнования самых смелых и решительных, самых находчивых и веселых.

Но неважно, кто станет победителем в нашем, скорее шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

А раз у нас соревнования, значит должно быть и жюри, строгое и справедливое.

1. Председатель родительского комитета Тетнева Людмила Сергеевна уверена, что спорт – фундамент при формировании здоровой личности
2. Заведующая МДОУ Ирина Анатольевна считает, что лучший семейный отдых — это спорт.
3. Медведкова Татьна Александровна, тренер ДЮСШ №1, считает своим жизненным кредо утверждение «Движение – это жизнь!»

**Ведущий.** В каждом маленьком ребенке,
 И в мальчишке, и в девчонке,
 Есть по двести грамм взрывчатки

 Или даже полкило.
 Должен он скакать и прыгать,
 Все хватать, ногами дрыгать,
 А иначе он взорвется
 Неизвестно отчего.

**Ведущий.** А сейчас мы познакомимся с главными действующими лицами нашего спортивного праздника. Давайте их поприветствуем.
(Вызываются семьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)

**Вед.**

 Посмотрите — ка, у нас
 Здесь собрался целый класс,
 Вместе с нами папы, мамы.
 Папы бросили диваны,
 Мамы бросили кастрюли
 И костюмы натянули.

**Ведущий.** Мы думаем, что наши участники готовы принять участие в соревновании. Давайте еще раз поприветствуем наши команды. Начинаем конкурсы.

Затей у нас большой запас,
И все они, друзья, для вас!
И сейчас без опозданья
Начинаем состязанье.

**Первый конкурс.** Визитная карточка (название команды, девиз).
**Ведущий.** Бег бывает очень разный,
 Но всегда такой прекрасный,
 Быстрый, медленный и средний.
 Бег с препятствием, барьерный,
А выигрывает тот,
Кто ни в чем не отстает.
Только страсть, тяжелый труд
Вас к победе приведут.

**Второй конкурс.** «Болото».
По сигналу мама должна начать проходить «болото», не замочив ног. У мамы для этого есть 2 листа. Перекладывая листы всё вперёд и вперёд, проходит болото. Выигрывает та семья, которая затратила на переход меньше времени.

**Ведущий.** Когда идешь на штурм ты эстафеты,
 Победа нам не очень — то видна.
 Но все равно дойдем мы до победы,
 Ни пуха вам, команды, ни пера!

**Третий конкурс.** «Эстафета».

Команды строятся по одному: папа, мама, ребенок. Папа бежит до дальней кегли, оббегает ее, возвратившись, передает эстафету маме, мама бежит до средней, потом бежит ребенок до самой ближней кегли, оббегает, возвращается. Побеждает семья, первой закончившая эстафету.

**Ведущий.** С эстафетой справились отлично.
 Быстро бегать — это всем привычно.
 А теперь, попрыгаем, друзья,
 Узнаем кто у нас самая прыгающая семья?

**Четвертый конкурс для детей.** «Прыжки на мяче».
Дети должны допрыгать на мяче до обруча.

**Ведущий.** Видим мы со стороны
 Команды в технике равны
 Взглянуть хотим мы побыстрей
 Чьи капитаны пошустрей.

Чтоб интересней было испытанье,
Мы усложнили состязанье,
Чтоб не попасть троим в беду,
Скакалку мы дадим одну.

**Пятый конкурс.** «Конкурс капитанов».

Приглашаются капитаны команд.

Капитаны стоят со скакалками. По сигналу они выполняют прыжки через скакалку. Побеждает тот, кто выполнил большее количество прыжков за 30
секунд. (5 скакалок)

**Шестой конкурс.** Конкурс «Вперед, по магазинам!»

 Итак, деньги вы зарабатывать умеете. А умеете ли вы их тратить? Приятное удовольствие, не правда ли? Сейчас вы отправитесь в воображаемый магазин за конфетами. Ваш ребенок должен принести в маленькой ложечке конфетку в корзину, а папа на тыльной стороне ладони должен отнести деньги в магазин и вернуться обратно, не уронив их. По количеству купленных конфет начисляются очки.

**Седьмой конкурс.** «Воздушные шары».

С воздушным шаром эстафета. Добежать до кегли, зажав между коленями шар и обратно. Передать эстафету родителю.

**Ведущий.** Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я читаю загадки, а вы их отгадываете.

 1. Просыпаюсь утром рано
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кроватку,
Быстро делаю .... (зарядку).

2. Не обижен, а надут.
Его по полю ведут,
А ударят — нипочем
Не угнаться за . . . . (мячом).

3. На ледяной площадке крик,
К воротам рвется ученик .
Кричат все: «Шайба! Клюшка! Бей!»
Веселая игра .... (хоккей).

4. Два березовых коня
По снегу несут меня.
Кони эти рыжи
И зовут их .... (лыжи).

5. Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несут меня не кони,
А блестящие ... (коньки).

6. Взял дубовых два бруска,
два железных полозка.
На бруски набил я планки
Дайте снег. Готовы ... (санки).

7. Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ.
Это мой ... (велосипед).

**Ведущий.** Пожалуй, пора дать слово жюри. Сейчас мы узнаем чья семья сегодня стала самой лучшей, дружной и спортивной.

(Жюри подводит итоги соревнований. Вручаются грамоты и призы.)

**Ведущий.**

А сейчас конкурс наш заканчивается.

 Всем спасибо за вниманье,
 За задор и звонкий смех,
 За азарт соревнованья,
 Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья
Будет краткой моя речь.
Говорю я: «До свиданья!
До счастливых новых встреч!»

 Наш парад, друзья, окончен,
 Впереди работа ждет.
 Пусть с детьми союз наш прочен
 Будет весь учебный год.

Приложение 9

**Результативность деятельности педагогов и родителей в рамках реализации проекта «О здоровье всерьез»**

По результатам анкетирования педагогических работников и родителей (законных представителей) воспитанников можно отметить следующую тенденцию. В педагогической среде знания о здоровом образе жизни и его значении значительно выше, чем в среде родителей. Зачастую и педагоги и родители не владеют информацией о состоянии здоровья детей. Родители испытывают трудности при организации работы (формы, дозировка, мотивация и тд.) по здоровьесбережению и формированию имиджа ЗОЖ.

**Результаты анкетирования родителей на начальном этапе деятельности**



**Результаты анкетирования педагогов на начальном этапе исследования**



На заключительном этапе родителям вновь предложена анкета, по результатам ее анализа видно, что изменился стереотип мышления и их взгляды. Каждый родитель владеет информацией о состоянии здоровья и средствах его укрепления и сохранения.

**Результаты анкетирования родителей на конечном этапе деятельности**



Педагогические работники подвели итоги, выразив свое мнение, на педагогическом совете. В решение которого внесено «Продолжить деятельность по реализации проекта по здоровьесбережению «О здоровье всерьез» расширив диапазон охвата воспитанников».

Приложение 10

**Мониторинг заболеваемости воспитанников группы с ФФНР «Ягодка»**

**МДОУ д/с «Лучик» г. Балашова Саратовской области**

**2011-2012 учебный год**

****

На начало года относительно здоровых детей в группе не было, большая часть отнесена к группе риска (8 детей) и 4 ребенка по заключении специалистов относятся к группе часто болеющих (ЧБ) детей.

По результатам деятельности у детей не только сформирован имидж здорового образа жизни, но и по заключению специалистов улучшилось состояние здоровья. Относительно здоровыми отмечено 4 ребенка, 7 детей имеют риски (незначительного генеза) и 1 ребенок по прежнему отнесен к группе ЧБ, т.к. посещаемость им образовательного учреждения была низкой.

Приложение 11

**Результативность деятельности**