|  |
| --- |
| **[Проект по здоровьесбережению детей «Здоровье – это здорово»](http://doshkolnik.ru/zdorove/6161-proekt-po-zdorovesberezheniyu-deteiy-podgotovitelnoiy-gruppy-zdorove-eto-zdorovo.html)** |

|  |
| --- |
|  Для детей 4-5 лет группа « Фантазеры» |
|  |
|  |
| Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь.Гиппократ**Аннотация.** Проект направлен на формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, через систему знаний и представлений об окружающем мире, привлечение родителей к решению оздоровительных задач.**Актуальность проекта.**Самый драгоценный дар, который человек получил от природы – это здоровье. Какой совершенной не была бы медицина, она не может избавить каждого от болезней. ***«Здоровье каждому человеку даёт физкультура, закаливание, здоровый образ жизни!»*** — эти слова принадлежат великому отечественному хирургу, учёному, академику Н. М. Амосову.Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ ***«Об образовании»***, ***«О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»***; а также Указами Президента России ***«О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации»***, ***«Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации»*** и др.Исходя из выше сказанного одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Дошкольный возраст считается важным для физического, психического и умственного развития ребёнка. В этот период закладываются основы его здоровья. Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она собирает в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольные учреждения и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы.**Цель проекта:** Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, через систему знаний и представлений об окружающем мире, привлечение родителей к решению оздоровительных задач.**Задачи:*** сохранять и укреплять здоровье детей;
* формировать потребность в физическом самосовершенствовании, в здоровом образе жизни;
* прививать культурно — гигиенические навыки;
* расширить и разнообразить взаимодействие детского сада и родителей в целях укрепления здоровья детей.

**Проблема:**Низкая двигательная активность.Эмоциональное неблагополучие.Недостаточное пребывание на свежем воздухеЗамена двигательной активности сидением перед телевизором и компьютером.Нездоровая экология.Девиз проекта: ***«Быть здоровым – здорово!»*****Педагогическое кредо проекта:**Здоровье ребенка превыше всего,Богатство земли не заменит егоЗдоровье не купишь, никто не продастЕго берегите, как сердце, как глаз.  Ж. ЖабаевПродолжительность проекта: кратковременныйТип проекта: познавательный, здоровьесберегающий.Участники проекта: воспитатели, дети, родители.Возраст детей: дошкольный ……Взаимосвязь образовательных областей в работе над проектом ***«Здоровье-это здорово»***:* Познавательное развитие;
* Речевое развитие;
* Социально-коммуникативное развитие;
* Физическое развитие;
* Художественно-эстетическое развитие.

Ожидаемые результаты по проекту.Для детей.1. Сформированные навыки ЗОЖ.
2. Сформированная гигиеническая культура.
3. Наличие потребности в ЗОЖ, изменение отношения к своему здоровью.
4. Создание цикла ОД по теме: ***«Здоровье-это здорово»***.

Для родителей.1. Создание консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей.
2. Активное участие в жизнедеятельности дошкольных групп.
3. Анкетирование родителей по теме «Здоровый образ жизни»

Для педагогов.1. Повышение профессионального уровня педагогов в вопросах ЗОЖ.
2. Качественное освоение педагогами технологий оздоровления детей.

Этапы реализации проекта.Подготовительный этап.* Сбор и систематизация информации по теме ***«Здоровье-это здорово»***.
* Проведение опроса среди детей ***«Что такое здоровье?»***.
* Изучение методической литературы по теме ***«Здоровье-это здорово»***.
* Подготовка методического материала: рассказов, стихов, загадок, кроссвордов, мультфильмов.
* Подбор иллюстраций, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр по данной теме.
* Подбор художественной литературы по данной теме.

Основной этап.**Социально-коммуникативное развитие:****Создание игровых ситуаций:*** Сюжетно-ролевые игры: ***«*** ***«Мишка заболел»***, ***«Научим куклу мыть руки»***, ***«Больница»***.
* Дидактические игры: ***«Собери картинку»***, ***«Съедобное - несъедобное»***, ***«Полезно-неполезно»***.

**Познавательное и речевое развитие:*** Беседа с детьми по темам: ***«Что такое режим дня и из чего он состоит?»***, ***«Чтоб здоровым быть всегда, нужно закаляться»***, ***«Грязные руки грозят бедой»***, ***«Береги зрение с детства»***, ***«Чтобы зубы не болели»***, ***«Почему люди болеют»***, ***«Гуляем и играем»***, ***«Почему случаются опасные травмы»***.
* Беседа-размышление с детьми ***«Что такое здоровый образ жизни»***
* Чтение рассказов Т.А. Шорыгиной ***«Про девочку Таню и о её режиме дня»***, ***«Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»***, ***«Чистота-залог здоровья»***, ***«Полезные и вредные привычки»***.
* Чтение произведений К.И. Чуковского ***«Мойдодыр»***, ***«Айболит»***.
* Чтение стиха А. Барто ***«Девочка чумазая»***.
* Рассматривание иллюстраций о здоровом образе жизни.

**Мультсеансы:*** ***«Мойдодыр»***, ***«Айболит»***;
* ***«Смешарики»*** из серии ***«Азбука здоровья»***: ***«Распорядок»***, ***«Быть здоровым здорово»***, ***«Личная гигиена»***, ***«Кому нужна зарядка»***, ***«Скажи микробам «Нет!»***, ***«Если хочешь быть здоров»***;
* ***«Королева зубная щётка»***, ***«Здоровый образ жизни»***, ***«Митя и микробус»***.

**Художественно-эстетическое развитие:*** Рисование ***«Осенние витамины»***.
* Аппликация ***«Фрукты на тарелке»***.
* Лепка ***«Витаминный вклад»***

**Физическое развитие:*** Физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация;
* Утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика;
* Закаливание: воздушное и обширное умывание, ежедневное принятие воздушных ванн, хождение босиком по полу и гимнастическому коврику;
* Физкультурные занятия, комплексы по профилактике плоскостопия и нарушения осанки, подвижные игры и игровые упражнения по желанию детей;
* Спортивное развлечения : ***«Путешествие по станциям»***.

**Консультации для родителей:*** ***«Красивая осанка -здоровая спина»***, ***«Значение физической культуры в жизни ребёнка»***, ***«Роль физических упражнений в развитии детей»***, ***«Воспитание навыков здорового образа жизни в семье»***.
* Оформление приёмной группы папками-передвижками по теме ЗОЖ.

**Заключительный этап:*** Оформление проекта ***«Здоровье-это здорово»*** и ознакомление родителей с его результатами.
* Организация выставки нетрадиционного физкультурного оборудования.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

 |