Проект

«Формирование здорового образа жизни у детей».

**Цель:** Создание условий для формирования практических навыков здорового образа жизни у дошкольников;

**Задачи:**

1) Формировать представление о здоровье, как одной из главной ценности человеческой жизни.

2) Расширять знания о своем организме и способах его управления.

3) Создать в группе условия для самостоятельной двигательной деятельности детей.

4) Создавать у детей бодрое, радостное настроение;

5)Приобщать детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни.

**Срок реализации:** 9 месяцев.

Участники проекта: группа детей 26 человек

два воспитателя

**Этапы проекта:**

1. **Подготовительный:** Провести анализ опыта работы педагогов исследователей по изучаемой проблеме. Начальное диагностирование детей. Подобрать дидактические и методические пособия
2. **Практический:** Создать условия формирования практических навыков здорового образа жизни у дошкольников.
3. **Итоговый:** Определить эффективность работы традиционных методик; Осуществить анализ полученных результатов. Конечное диагностирование дошкольников.

### Пояснительная записка.

|  |
| --- |
| **М.  монтель:** |
| **Здоровье** - это драгоценность, и притом единственная, ради которой действительно стоит не только не жалеть времени, сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унизительной. |

**Актуальность проблемы:**

Фундамент здоровья физического и психического заключается в младенческом и дошкольном возрасте. И прочность этого фундамента зависит целиком от семьи, от детского сада и других специальных учреждений, где воспитывается и развивается ребенок.

Детский сад является «золотой серединой» среди всех других учреждений в воспитании и оздоровлении детей, становлении их личности, первым помощником в преодолении ими дискомфорта. Ни в каком другом возрасте физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет жизни. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития. Поэтому в работе с детьми необходимо больше внимания уделять проблемам формирования у них ценностей здорового образа жизни, развития представлений о полезности и целесообразности физической активности.

Исходя из этого, мы решили обратиться к программе дошкольного воспитания и образования «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой М. А. Васильевой, которая помогла бы нам научить детей заботиться о своем здоровье осознанно.