«Я не боюсь ещё и ещё раз повторить,  
забота о здоровье – важнейший труд воспитателя».  
В.А. Сухомлинский

**Паспорт проекта*.***

**Тип проекта**: Спортивно-оздоровительный.

**Участники проекта**: дети второй младшей группы № 11, средней № 12, старшей № 10 и подготовительных групп № 1, 6, 9 воспитатели групп, родители воспитанников, инструктор физического воспитания детей.

**Продолжительность проекта**: 20 марта по 18 апреля.

**Проблема:**

После дневного сна дети просыпались вялыми, у них низкая работоспособность, так как мышечный тонус расслаблен. Все органы и системы (сердечнососудистая, дыхательная, нервная и т.д.) не подготовлены к тем нагрузкам, которые предстоит преодолевать организму ребёнка в процессе деятельности вечером. Ослабленное здоровье детей в целом.

**Цель проекта:**

Целостное оздоровление детей. Воспитание привычки здорового образа жизни, самоорганизации с помощью сказкотерапии.

**Задачи проекта:**

* Укрепить мышечный тонус.
* Сохранить положительные эмоции при выполнении физических упражнений и прочих режимных моментов во второй половине дня.
* Способствовать профилактике нарушения осанки и плоскостопия у детей.

**Предполагаемый результат:**

* Общее укрепление здоровья детей, качественное изменение показателей по нарушению осанки и плоскостопия.
* Сформированность навыка физической активности.
* Повышение работоспособности детей, снижение утомляемости во второй половине дня и в конце недели.
* Создание картотеки гимнастик после дневного сна.
* Создание фото картотеки для использования дома.

**Презентация проекта: «Ярмарка гимнастических сказок».**

**Предварительная работа:**

1. Анкетирование родителей на тему «О здоровье всерьёз ».

2. Подбор и изучение литературы по теме.

3. Составление перспективного плана проведения мероприятий по теме проекта.

4. подготовка к проведению «Ярмарки гимнастических сказок».

**Этапы реализации проекта.**

1. **Этап – информационный. (с 20 по 24 марта).**

* Подготовить и представить литературу, методические разработки по теме проекта.
* Составить перспективный план проведения мероприятий.
* Выбор тем для гимнастик после дневного сна в соответствии с возрастом.

1. **Этап – практический. (с 25 по 6 апреля).**

Составление гимнастических сказок, мнемотаблиц к ним.

Апробирование гимнастических сказок после дневного сна.

Создание пособий для проведения гимнастик после дневного сна.

1. **Этап – проведение открытых гимнастических сказок** (подготовка к презентации) **с 7 марта по 11 апреля.**
2. **Создание картотеки и фото стенда. (с 14 по 16 апреля)**
3. **презентация «Ярмарка гимнастических сказок»**

**17 апреля.**

**Сотрудничество с семьёй:**

* Анкетирование родителей «О здоровье всерьез».
* Выпуск консультации «На зарядку становись»!
* Оформление фото стенда «Развиваясь с каждым днём - мы здоровыми растём».
* Изготовление пособий для проведения гимнастических сказок и упражнений для дома и для детского сада.

**Работа с педагогами.**

* Разработка комплексов гимнастики после сна, включая упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки, пальчиковой гимнастики, логоритмики, самомассажу и дыхательной гимнастики.
* Подбор мелодичной музыки, вызывающей положительные эмоции для упражнений.
* Обучение детей самомассажу лица и стоп.
* Составление мнемотаблиц и изготовление оборудования.

**Работа с детьми**

* Учить детей придумывать гимнастические сказки, рисовать к ним мнемотаблицы.
* Обучение детей навыкам самомассажу.
* Ежедневные физические упражнения с использованием нестандартного оборудования и мнемотаблиц.
* Использование художественного слова, способствующего повышению интересов детей к данной деятельности.

**Литература**

Алямовская В.Г. « Как воспитать здорового ребёнка», Москва, 1993.

Харченко Т.Е. «Бодрящая гимнастика для дошкольников », Санкт-Петербург, 2011.

Передовой опыт воспитателей по теме проекта в интернете.