**Проект «ЗДОРОВЯЧОК»**

**Актуальность проекта:**

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

В настоящее время состояние здоровья детей является одной из наиболее важных и глобальных проблем. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Воспитательно-образовательный процесс в МДОУ ведется по программам нового поколения, которые направлены на развитие у дошкольников умственных, творческих, художественных способностей, и способствуют гармоническому физическому и полноценному психическому развитию детей.

**Цель проекта:**

Организовать физическое воспитание в МДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; приобщение детей и родителей к физической культуре и здоровому образу жизни.

**Задачи проекта:**

***оздоровительные задачи:***

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;

- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания;

- формирование правильной осанки, гигиенических навыков.

***образовательные задачи:***

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;

- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;

***воспитательные задачи:***

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

- выработка потребности в физических упражнениях и играх;

- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.

**Участники проекта:**

дети, родители воспитанников, инструктор по физической культуре, старшая медицинская сестра, воспитатели групп.

**Ожидаемые результаты:**

***Для детей:***

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.

2. Сформированность гигиенической культуры.

3. Улучшение соматических показателей здоровья.

4. Наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

***Для родителей:***

1. Сохранение и укрепление здоровья детей.

2. Физическая и психологическая готовность детей к обучению в школе.

3. Педагогическая, психологическая помощь.

4. Повышение уровня комфортности.

***Для педагогов:***

1. Повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов.

2. Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников.

3. Личностный и профессиональный рост.

4. Самореализация.

5. Моральное удовлетворение.

**Тип проекта:**

практико - ориентированный, групповой, долгосрочный.

**Этапы работы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **I этап**  **подготовительный** | **2 этап**  **подготовительный** | **3 этап**  **подготовительный** |
| **Задачи этапа:**  -Изучить запросы родителей в участии помощи реализации проекта.  -Определение методов работы.  -Создать механизм рекламно-информационной системы, обеспечивающей реализацию проекта.  -Подбор методической литературы, атрибутов для физкультурно- оздоровительной деятельности проекта. | **Задачи этапа:**  -Организовать медико - психолого - педагогическое просвещение родителей через разные формы взаимодействия.  -Разработать и апробировать новые технологические методы коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата у детей.  -Обучить родителей отдельным медико-педагогическим приемам, повышающим эффективность взаимодействия с ребенком, стимулирующим его активность в повседневной жизни.  -Формировать и совершенствовать координацию движений, развивать чувства ритма, как необходимое условие для восстановления физического здоровья.  -Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребенка. | **Задачи этапа:**  -Определить результаты  деятельности в рамках проекта  и перспективы развития,  - Анализ достижения поставленной  цели и полученных результатов. |  |

**Основные формы реализации проекта:**

* ***оснащение комфортной, для реализации проекта, среды***:

понимая важность воспитания валеологической культуры подрастающего поколения, родители помогают в оформлении физкультурных уголков. Совместно с родителями мы оформляли физкультурный уголок в группе, подбирали атрибуты ,составляли картотеки игр, собирали информацию о спортсменах и различных видах спорта;

Так же активно принимают участие в фото выставках: «Прогулка в выходной день», «Зимние забавы», «Спорт- это жизнь».

* ***проведение бесед и консультаций для родителей и педагогов;***

для родителей и педагогов были проведены как индивидуальные, так и коллективные беседы и консультации : «Игры, которые лечат», «Профилактика простуды у детей, оказание первой помощи», «Нетрадиционные формы работы педагога с семьями воспитанников по формированию ОБЖ и валеологической культуры», «Организация самостоятельной двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста», «Использование игровых ситуаций в повседневной жизни детей дошкольного возраста в формировании понятий о здоровом образе жизни», и т.д.;

* ***организация корригирующей, дыхательной гимнастик,***  ***проведение закаливающих мероприятий:***

ежедневно мы проводим с детьми корригирующие, дыхательные гимнастики, закаливающие процедуры, бодрящую гимнастику после сна.

Основная цель гимнастики после дневного сна – поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Гимнастика начинается с разминочных упражнений в постели, дети выполняют простой самомассаж пальчиковую гимнастику. Комплекс гимнастики после дневного сна длится 10–15 минут. Заканчивается гимнастика после дневного сна закаливающими процедурами, пробежками по массажным, ребристым, дорожкам, после чего дети переходят к водным процедурам. В любой вариант комплекса включаем корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия и нарушений осанки. Большинство вариантов комплексов рассчитаны на большую самостоятельность, дети помнят упражнения, их последовательность и осознанно выполняют комплекс;

* ***изготовление наглядно - информационного материала для родителей и педагогов:***

в приемной нашей группы находятся информационные уголки для родителей, в том числе и по здоровью: «Советы Пилюлькина», совместно с педагогическим коллективом оформлен трехмерный стенд с информационно – познавательным материалом для родителей о работе детского сада по формированию ЗОЖ у детей «Здоровье дошкольника»;

* ***организация и проведение развлечений с детьми и родителями:***

Родители активно участвуют в спортивных и физкультурно- оздоровительных соревнованиях и развлечениях, динамических паузах.

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые.

Воспитание здорового ребенка, является одной из приоритетной задачей в работе нашего дошкольного учреждения. Забота о здоровье детей, его охрана и укрепление, всестороннее физическое развитие и закаливание организма – вот одна из основных наших целей - воспитателей детского сада.

**Обеспечение:**

1. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду/ В.И.Логинова, Т.И.Бабаева и др.-СПб.:Детство-Пресс,2000.

2.Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет: Пособие для воспитателя детского сада.-М.:Просвещение,1988.

3.«Валдоня» Программа и методические рекомендации. Саранск, 1997г. ,2007.

4. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления(дошкольный возраст): Программно-методическое пособие.-М.:ЛИНКА-ПРЕСС,2000.

5. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ: проектирование, тренинги, занятия/сост. Н.И. Крылова.-Волгоград: Учитель,2009.

6. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для 5-7 лет.: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. -М.: Издательство ГНОМ и Д,2003

7. Чупаха И.П., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе.- М.: Илекса, Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола,2003

8. Картушина М. Ю. Зеленый огонек здоровья: Методическое пособие для педагогов ДОУ.- СПб.: ДЕТСТВО- ПРЕСС,2005

9. Исаева С.А. Уроки здоровья.- Мурманск: Изд. ИПКРО, 1996.

10. КуликГ.И., Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека.Программа для ДОУ.-М.:ТЦ Сфера,2010

**Журналы:**

1. Дошкольное воспитание.
2. Ребенок в детском саду.
3. Дошкольная педагогика.
4. Обруч.
5. Управление ДОУ.