**Здоровьесберегающие технологии в детском саду**

***Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости не найдёшь до самой старости. Так гласит народная мудрость.***

К сожалению, в наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. Статистика бьют тревогу. Многие причины – от нас не зависящие и изменить что-либо не в наших силах. Но есть одна, на наш взгляд, очень важная – это формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранение и укреплении своего здоровья. Только физически развитые и практически здоровые дети достигают успехов и вершин познания мира. Для реализации данного направления в педагогической деятельности разработали проект «Я здоровье берегу – сам себе я помогу» для работы с детьми подготовительной группы

Вид проекта: информационно-творческий, коллективный.

Сроки реализации: три месяца.

Участники проектной деятельности: педагоги, дети подготовительной группы.

Цель: формирование осознанного отношения к своему здоровью, потребности к здоровому образу жизни и обеспечение максимальной активности детей в преобладающем самостоятельном процессе сознания.

**Задачи проекта по здоровьесберегающим технологиям**

* формировать навыки здорового образа жизни;
* воспитывать бережное отношение к своему здоровью;
* дать представление о значении для здоровья человека витаминов и физической культуры;
* создать условия для накопления материала и оформления полученной детьми информации;
* привлечь родителей к решению поставленных задач;
* проведение спортивного праздника совместно с родителями.

**Этапы проекта по здоровьесберегающим технологиям**

**ПЕРВЫЙ ЭТАП: ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ**

Разработка и проведение диагностики на выявление знаний о здоровье и здоровом образе жизни. Составление плана совместной работы с детьми и родителями.

Подбор материала и оборудования для занятий, бесед, игр с детьми.

*Сотрудничество с родителями:*

Оформление папок–передвижек для родителей по теме проекта, подборка фотографий, литературы. Беседы с родителями о необходимом участии их в проекте, о серьезном отношении к воспитательно–образовательному процессу в ДОУ.

**ВТОРОЙ ЭТАП: ОСНОВНОЙ**

**Работа с детьми:**

*Чтение художественной литературы:*

* В. Даль «Война грибов и ягод»,
* К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»,
* Ю. Тувим «Овощи», Загадки об овощах и фруктах,
* А. Барто «Девочка чумазая»,
* Е. Шкловский «Как вести себя во время болезни»,
* Маша Трауб «Съдобные сказки»,
* Вадим Коростылев «Королева Зубная щетка»,
* А. Барто «Я расту»,
* пословицы, поговорки, потешки.

*Просмотр:*

* мультфильмов «Мойдодыр», «Федорино горе»,
* презентаций «Бактерии», «Удивительные превращения внутри нас», «На стеклянной полочке», «Правила поведения на прогулке», «Витамины», Анатомия», «Микробы».

*Беседы и занятия согласно перспективному планированию.*

*Художественное творчество (занятия в детском саду аппликацией и лепкой):*

* витаминная корзина,
* натюрморт,
* микробы,
* овощи на тарелке,

*Сюжетно-ролевые игры:*

* в больницу,
* в поварят,
* в магазин.

*Дидактические игры:*

* Умею — не умею,
* Правила гигиены,
* Мой день,
* Кто я,
* Эстафета,
* Полезная и вредная еда.

**Формы и методы работы с детьми:**

* широкое использование игрушек, демонстрационного и раздаточного материала, в соответствии с темой проекта;
* использование в работе мультимедийные презентации;
* изготовление пособий для занятий и декораций для развлечения;
* оформление выставок детских работ.
* семинар практикум по валеологии;
* плакат «Мы за здоровый образ жизни»

**Работа с родителями:**

* изготовление печатных консультаций по темам: «Здоровье и питание»; « Будьте осторожны ,глисты», «Чтобы зубки не болели», «Будь здоров»; «ОРЗ(ОРВИ)»
* Подбор пословиц и поговорок о здоровье
* Плакат «Здоровый выходной в моей семье»
* Смотр-конкурс нестандартного физкультурного оборудования
* организация выставок детских работ: рисунков, аппликаций, лепки.

**ТРЕТИЙ ЭТАП: ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ**

* экскурсия в библиотеку;
* открытое занятие;
* продуктивная деятельность;
* физкультурное развлечение «Мы со спортом крепко дружим»

**Ожидаемый результат:**

* Изготовление и пополнение картотеки игр
* изготовление цифрового фотоальбома «Волшебная страна — здоровья»
- тематический альбом «Витаминная корзина!»
- тематический альбом «Человек»

У детей должны сформироваться следующие представления:

* что такое здоровье и как его сберечь;
* что такое режим, гигиена ;
* о самых значимых витаминах, в чём они содержаться и как влияют на здоровье;
* о том, что есть полезные и неполезные продукты, какие они;
* что такое микробы и вирусы;
* какие бывают болезни, что их вызывает;
* правила оказания первой помощи.