**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка - детский сад «Радуга»**

**Проект: «Здоровый ребенок – в здоровой семье»**

**Подготовила Решетникова В.Н.**

**Автор:** Решетникова В.Н..

**Продолжительность проекта:** краткосрочный.

**Участники проекта:** дети старшей группы, воспитатели, родители, инструктор по физической культуре.

**Тип проекта:** групповой, творческий.

**Причины разработки проекта:**

* высокая заболеваемость детей детского сада заставляет нас задуматься и искать дополнительные пути решения задач оздоровления детей;
* низкая компетентность родителей в вопросах воспитания здорового ребенка.

**Цель проекта**: пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

*Образовательные:*

- научить детей правильно относиться к своему здоровью.

- помочь родителям организовать с детьми оздоровительную работу, направленную на формирование у них мотивации и здоровья.

- закрепить правила правильного питания и личной гигиены.

*Развивающие:*

- развивать спортивные и двигательные навыки;

- формировать привычки ежедневных физических упражнений.

*Воспитательные:*

*-* воспитать у детей мотивацию здорового образа жизни;

- привлечь родителей к осуществлению воспитательного процесса, созданию здоровой среды.

**Актуальность проблемы:**

1. На сегодняшний день вопросы физкультурно-оздоровительной работы являются наиболее актуальными в деятельности любого дошкольного учреждения, так как именно в дошкольном возрасте закладываются основы хорошего здоровья и полноценного физического развития.
2. Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы в детском саду. Большое внимание уделяется формированию правильной осанки, двигательных навыков, координации движений, развитию физических качеств, а так же привитию культурно- гигиенических навыков и т.д. Взаимодействие ДОУс семьей- это объединение общих целей, интересов и деятельности в плане развития здорового ребенка. Совместная работа строится на принципах добровольности, компетентности, единства, системности и индивидуального подхода к каждому ребенку и каждой семье. Но при этом существует проблема незаинтересованности родителей в организации двигательной деятельности детей. При изучении должной проблемы становится ясно, что это происходит из-за:

а) неосведомленности родителей о возможности совместной двигательной деятельности с детьми.

б) недостаточности знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста.

в) нежелание родителей организовать двигательную деятельность с детьми.

г) невнимание родителей к здоровому образу жизни детей.

**Разработка проекта:**

- довести до участников проекта важность данной темы;

- создать развивающую среду, подобрать материалы, атрибуты для игровой, театрализованной деятельности, дидактические игры, иллюстрированный материал, художественную литературу по данной теме;

- подобрать материал для продуктивной деятельности;

- составить перспективный план.

**Этапы проекта**

***I.Этап – диагностический***

1. Анкетирование родителей опрос – анкета «Здоровье вашей семьи» /анкеты прилагаются/

2. Посещение детей на дому /выявить есть ли дома спортивное оборудование/

3. Диагностирование общей физической подготовленности детей по возрасту инструктором по физическому воспитанию.

***II.Этап – организационный:***

1. Совершенствование содержания предметно- игровой среды группы,

2. Насыщение развивающим лабиринтом по физическому воспитанию.

3. Внедрение здоровьесберегающих методик в педагогический процесс.

***Формы работы с детьми и родителями.***.

Поход на стадион ФОК –детей, родителей.

Конструирование спортивного комплекса.

Мастер – класс для родителей «Бодифлекс доступен всем».

Составление семейной мини – газеты «Мама, папа и я – здоровая семья.

Советы родителям «Мне надо двигаться».

Вечера вопросов и ответов.

Спортивные подвижные игры.

Оформление альбома «Здоровячек».

Рисование рисунков на стенд «Как я занимаюсь спортом» (совместная работа детей и родителей).

Непосредственно- образовательная деятельность:

- Чтобы быть здоровыми.

- Я – это кто?

- Я познаю и берегу себя.

- Правила личной гигиены.

- Путешествие в среду здоровья.

- Я ем, что бы быть здоровым.

- Витамины и полезные продукты.

- Фестиваль подвижных игр.

***Творческие занятия для родителей.***

а) проиллюстрировать стихотворение, загадки, сказки о здоровье и правилах личной гигиены «Твои друзья»

б) подобрать картинки с изображением предметов для умывания.

в) оформить папку – передвижку: «Спасибо зарядке- здоровье в порядке»

***III.Этап Заключительный***

Решение задач на этом этапе, проходило через ежедневную работу:

- физкультурные занятия в зале и на улице;

- профилактическая гимнастика (утренняя, дыхательная, самомассаж)

- глазная гимнастика, физкультминутки,

- гимнастика пробуждения, дорожки здоровья,

- солевое закаливание по финскому методу,

- самостоятельная двигательная активность,

- музыкальные занятия, хореография,

- пальчиковые игры, артикуляционная гимнастика.

**Результаты проекта**

1. Анкетирование родителей: опрос – анкета «Насколько правилен ваш образ жизни».
2. Выставка стенгазет «Мама, папа и я – здоровая семья».
3. Изодеятельность (аппликация) «Спортивные снаряды»
4. Развлечение «Вместе с папой я герой».
5. Наш вернисаж «Мы дружим со спортом» (творчество родителей с детьми).
6. Родительское собрание «Движение и здоровье».
7. Развлечение «Дорога к доброму здоровью» (инструктор по физ. воспитанию, воспитатели)

Проект «Здоровый ребенок – в здоровой семье» позволил реализовать поставленные задачи. Результаты диагностики показали, что в среднем у 4 % детей группы низкий, у 20 % детей средний, у 76 % детей высокий уровень сформированности здорового образа жизни. Таким образом, уровень здоровья детей старшей группы значительно повысился, у большинства детей высокий уровень. Дети с низким уровнем здорового образа жизни это часто болеющие дети, с которыми необходимо проводить индивидуальную работу.

Полученные результаты показывают, что произошли не только количественные изменения уровня здорового образа жизни, но также и качественные – дети стали активными, подвижными, соблюдают правила гигиены, не только по отношению к себе, но и к товарищам.