**Проект физкультурно-оздоровительной направленности "Неделя здоровья"**

Тип проекта: практико-ориентированный

Вид проекта: групповой, краткосрочный.

*Участники проекта:*

* Воспитатель.
* Дети .
* Родители.

*Срок реализации проекта*: 22.09.14г.- 26.09.14г.

**Актуальность:** Тотальное ухудшение состояния здоровья детского населения является одной из самых острых проблем, стоящих перед обществом. Отсутствие двигательной нагрузки, пристрастие к сидячим или компьютерным играм снижают тренированность мышц, приводя к нарушению мышечного тонуса и, как следствие, к нарушению осанки. А недостаточное пребывание на свежем воздухе приводит к гипоксии. Решение проблем снижения общей заболеваемости возможно при правильной организации воспитательной и оздоровительной работы, проведении неотложных мер по профилактике отклонений в состоянии здоровья детей.

**Цель проекта**: формировать представление о здоровом образе жизни; вызвать эмоционально-положительное отношение к играм, спортивным упражнениям, соревнованиям, к занятиям спортом.

**Задачи:**

•улучшение состояния здоровья и физического развития;

•расширение функциональных возможностей развивающегося организма;

•формирование двигательных навыков;

•развивать креативность, творческую активность детей.

**Ожидаемые результаты:**

Приобщить детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Сформировать умение самовыражения, самопознания у воспитанников.

Развивать желание у детей активно участвовать в жизни детского сада.

 План реализации проекта

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  | **Мероприятия** | **Участники**  | **Сроки**  |
|  **Подготовительный этап** |
| 1. | Анкетирование родителей «Ребенок и его здоровье» | Родители, воспитатель | 22.09.14г. |
| 2. | Подбор стихов о спорте и спортсменах, пословиц и поговорок о здоровье | Родители, воспитатель | 3.02.14г.  |
|  **Практический этап** |
| 1. | Беседа «Как следует заботиться о своём здоровье?», п/и «Перелёт птиц», «Бездомный заяц», д/и «Одень куклу на прогулку»; бодрящая гимнастика , дыхательная гимнастика. Чтение потешек об умывании. | Дети, воспитатель | 22.09.14г. |
| 2. | Беседа «Что такое хорошо, что такое плохо», чтение стихов о спорте и спортсменах, п/и «Лошадки», «Самолеты», бодрящая гимнастика, дыхательная гимнастика. | Дети, воспитатель | 23.09.14г. |
| 3. | Беседа «О вкусной, здоровой и полезной еде», бодрящая гимнастика, дыхательная гимнастика. Игра «Отгадай-ка» (загадки о фруктах). инсценировка сказки «Репка». Игры- эстафеты | Дети, воспитатель | 24.09.14г. |
| 4. | Мультвикторина (закрепить знания детей о гигиене, о правилах поведения) “Мойдодыр”, “Федорино горе”, “Кошкин дом”, п/и «По ровненькой дорожке», «Бегите к флажку», бодрящая гимнастика ,дыхательная гимнастика. Совместная деятельность «Да здравствует мыло душистое» | Дети, воспитатель | 25.09.14г. |
| 5. | Беседа «Чистота – залог здоровья». Аппликация «Любимые принадлежности Мойдодыра», бодрящая гимнастика ,дыхательная гимнастика. Разучивание пословиц и поговорок о здоровье. Кукольный спектакль «Хрюша не грязнуля». | Дети, воспитатель, родители | 26.09.14г. |
| 6. | Консультации: «Физиологическое воздействие цвета», «Красивая осанка - залог здоровья». | Родители, воспитатель, медсестра | В течение всего проекта |
| 7. | Выставка рисунков о спорте «Спорт -это здоровье». | Родители, дети | В течение всего проекта |
| 8. | Памятка для родителей «Здоровье и гигиеническое поведение» | Родители, воспитатель, медсестра | В течение всего проекта |
| 9. | Оформление папки-передвижки «Движение-основа здоровья» | Воспитатель | В течение всего проекта |
|  **Заключительный этап** |
| 1. | Физкультурный досуг «У Мишки в гостях» | Дети, воспитатель. | 26.09.14г. |