**Проект**

**«Выходные с пользой»**

*Рано утром солнышко*

*Глянуло в окошко.*

*Солнце лучик убери.*

*Рано очень. Не буди.*

*Ведь сегодня день такой,*

*День сегодня – выходной.*

*Мама с папой крепко спят,*

*На работу не спешат.*

*Мне не надо в детский сад,*

*Там сегодня нет ребят.*

*Все сегодня выходные.*

*Все ленивые такие!*

В настоящее время значительно возросло количество детей с плохим здоровьем, появляется все больше детей с частыми простудными заболеваниями, излишним весом, нарушениями осанки. Этот перечень можно было бы продолжать еще очень долго. Причин сложившейся ситуации множество, но одна из основных – малоподвижный образ жизни.

Не секрет, что многие родители выходные проводят лежа на диване перед телевизором, занимаются домашними делами и им совсем не до ребенка. И это вполне понятно: родители хотят отдохнуть после напряженной рабочей недели, в квартирах много мебели и мало места, а ребенок, разбегавшись, может получить травму или что-то разбить. Пусть лучше посидит – спокойнее будет. Поэтому родители предпочитают завлечь ребенка спокойными играми: в лучшем случае рисованием, интеллектуальными или другими настольными играми, в худшем – просмотром телепередач или видеофильмов, игрой за компьютером.

Опрашивая детей, чем они занимались в выходные дни, я выяснила, что в основном они смотрели мультфильмы и играли в компьютер. Такое времяпрепровождение детей меня встревожило, и я решила провести беседу с родителями о том, как можно провести выходные с пользой для ребенка. В результате беседы оказалось, что многие родители не знают, как это сделать правильно, и отвечали, что нет того места, где бы они с пользой могли провести выходной день. Таким образом, чтобы привлечь внимание родителей к проблеме сохранения и укрепления психического и физического здоровья детей, был разработан проект «Выходные с пользой».

Цель проекта: укрепление и сохранение психического и физического здоровья детей младшего дошкольного возраста.

Срок реализации: май – август

Задачи:

- заинтересовать родителей, показать важность данной проблемы, дать теоретические знания;

- обучить родителей практическим навыкам сохранения и укрепления здоровья детей;

- подобрать консультационный и дидактический материалы (картотека подвижных игр дома);

- организовать работу с родителями по планированию и проведению выходного дня с пользой для физического и психического здоровья детей.

План реализации проекта.

Согласно цели и задачам разработан план реализации проекта. Проект может реализоваться по двум направлениям – родители и дети. Для родителей в рамках проекта я предлагаю провести следующие мероприятия:

- анкетирование с целью получения информации о том, как дети проводят выходные дни, чем они заняты;

- провести индивидуальные беседы с родителями;

- разработать консультации и папки-передвижки;

- подобрать комплекс подвижных игр для детей и их родителей;

- нескольким семьям предложить индивидуальные задания и формы отчетности (фотографии):

1. разработать безопасный путь… ( на детскую площадку, на стадион, в д/с). Отчет – папка с картами безопасного пути)

2. посетить музей, зоопарк, кукольный театр, цирк

3. сходить в парк, в лес, на рыбалку

4. всей семьей изготовить картину

5. приготовить воскресный обед, привлекая своего ребенка

6. составить генеалогическое древо ( для старших групп).

После проведенных мероприятий организовать выставку ( стенгазету) фотоотчетов.

Работа с детьми включает в себя следующее:

- беседы с детьми (прогулки в парк, зоопарк, лес, цирк, музей; правила поведения в общественных местах и на природе)

- чтение художественной литературы ( про лес, про диких и домашних животных, кого можно встретить в зоопарке и т.п.)

- рассматривание картинок

- рисование

- разучивание подвижной игры

-разучивание простого комплекса утренней гимнастики ( для того, чтобы дети дома научили своих родителей и вместе выполняли)

Ожидаемые результаты:

- формирование устойчивого интереса у родителей к проблеме сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей

- создание новых форм проведения выходного дня

- приобретение родителями опыта двигательного взаимодействия с детьми, элементарных умений в организации двигательно-игровой деятельности с ребенком дома

- устойчивое желание у родителей уделять своему ребенку больше внимания.

Консультации для родителей:

«Поход в музей», «Какие музеи можно посетить», «Чем занять ребенка в выходные ( игры, которые помогут удержать ребенка на месте)», «Сколько времени необходимо уделять общению с ребенком», «Семейный выходной», «Как провести выходной день с пользой для ребенка», памятка для родителей «Ребенок и телевидение», инструкция для папы «Чем можно увлечь ребенка, пока мамы нет дома», «Игры в дождливый день».