**Педагогический проект в ДОУ «Если хочешь быть здоров».**

**Автор**: Вертянкина Людмила Александровна, воспитатель младшей группы «Теремок» МБДОУ детского сада комбинированного вида №16 «Радуга» города Петровска Саратовской области.

 **Обоснование необходимости проекта.**

***Актуальность***

Одной из важнейших задач дошкольного детства является формирование здорового подрастающего поколения. В настоящее время в условиях не благоприятной экологической обстановки, социальной нестабильности, росте внутрисемейной напряжённости проблема здоровья ребёнка наиболее актуальна не только физического но и психологического. В здоровом теле — здоровый дух. Физическое здоровье обуславливает эмоциональную и интеллектуальную сторону нашей жизни. Для того чтобы ребёнок стал физически, психологически и социально здоровой личностью нужно объединить усилия как педагога и специалистов ДОУ, так и родителей.

***Цель проекта***

Формирование у детей осознанно-правильного отношения к своему здоровью. Создание дружеской атмосферы сотрудничества между ребёнком, воспитателем и родителем. Способствовать творческому развитию ребёнка, повышать их активность. Создание единого здоровье сберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни у детей.

***Задачи***

1. Создание здоровье сберегающей среды для реализации целей проекта.
2. Провести цикл мероприятий направленных на укрепление здоровья ребёнка.
3. Активно использовать музыкальное сопровождение для создания психологического комфорта.
4. Продолжать знакомить детей с лекарственными травами, учить различать травяные настои.
5. Систематизировать литературный музыкальный и наглядный материалы по тематике проекта.
6. Подготовить совместно с родителями фото коллаж «Чтобы быть здоровыми нужно…», буклеты, семейные альбомы.
7. Провести заключительное мероприятие «Крепыш».

***Вид проекта:***краткосрочный.
***Участники проекта:*** дети, воспитатели, родители.

***I этап – подготовительный:***

— изучение и подбор методической литературы, иллюстрированного материал по данной теме;
-подбор игр, упражнений, комплексов гимнастики (утренней, корригирующей, дыхательной и после сна), физкультминуток.

***II этап:***

— привлечение внимания педагогов, медицинских работников, родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста;
-использование музыкальных композиций в режимных моментах;
-проведение досугов;
-работа с родителями (разработка рекомендаций).

***III этап:***

-презентация фитнес-клуба «Крепыш».

***IV этап:***

-Определение задач и способов их реализации для дальнейшей работы по укреплению здоровья детей;
-изготовить и использовать новое нестандартное оборудования.

***План работы***

***Понедельник «Весёлые топотушки».******Цель:*** формировать у детей потребность к здоровому образу жизни, продолжить отрабатывать навыки личной гигиены. Повышать устойчивость организма ребёнка к перепадам сезонных и суточных температур и к переохлаждению.
***Содержание и формы работы:
Предварительная работа:*** Индивидуальные беседы с родителями «Закаливание детей», «Значение режима дня», «Какую обувь носить». Конкурс семейных альбомов «Папа, мама, я — здоровая семья».
***Утренняя гимнастика***с элементами хождения босиком «Большие и маленькие ножки» (бег, ходьба в облегчённой одежде). Подвижные игры «Болото», «Бегите ко мне», «Птички», «Догони мяч». Динамические игры.
***Профилактическая гимнастика:****Дыхательная:* «Насос», «Летят мячи», «Лыжник», «Маятник».
*Корригирующая после сна:* «Подводные жители» (музыкальное сопровождение).
*Предупреждение плоскостопия*(ходьба по массажным дорожкам).
*Для глаз:*

Мы гимнастику для глаз
Выполняем каждый раз
Вправо, влево, кругом, вниз,
Повторять ты не ленись.
Обширное умывание, используя потешки.

*Игры с водой* «Жарко-холодно», «Кораблик».

***Вторник «Волшебные точки».
Цель:*** продолжать использовать в работе нетрадиционные формы оздоровления детей приёмы массажа биологически активных точек; самомассажу (имитационные упражнения, мимические упражнения, упражнения для стоп, рук, спины) Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.
***Содержание и формы работы:
Предварительная работа:*** Консультация-практикум для родителей «Обучение приёмам массажа».
*Массаж биологически активных зон* (стоп, лица, рук, головы, живота, груди):
«Молоточки», «Нос умойся», «Стенка, потолок…».
***Ароматизация помещений.
Пальчиковая гимнастика:***«Замок», «Рыбки» (стихи).

***Среда «Ярмарка игр».
Цель:*** удовлетворять потребность детей в двигательной активности, обучать приёмам саморегуляции. Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.
***Предварительная работа:***Вечер отдыха для родителей и детей «Путешествие в страну здоровья».
***Содержание и формы работы:
Игры-забавы:*** «По ровненькой дорожке», «Карусели», «Пузырь».
***Эстафеты*** с обручами, мячами (разного размера).
***Подвижные игры*** по желанию детей.
***Игры, которые лечат:*** «Мышка и Мишка», «Ветер» (болезни носа и горла), «Найди свой цвет» (для преодоления последствий инфекционных заболеваний). Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы «Комплименты», «Волшебные очки», «Добрые волшебники», «Улыбнись-рассердись».
***Игры-тренинги*** «Давай с тобой подружимся».

***Четверг « Фито-бар «Целебный коктейль».
Цель:*** продолжать знакомить детей с лекарственными травами, учить различать травяные настои. Продолжать учить детей заботиться о своём здоровье для укрепления иммунитета.
***Предварительная работа:***изготовление [родителями буклетов](http://planetadetstva.net/roditelyam/skoro-zavtra-v-shkolu/buklet-dlya-roditelej-podgotovka-ruki-k-pismu.html) «Советы бывалых лекарей», анкетирование родителей «Ваше отношение к проведению профилактических мероприятий с использованием лечебных трав».
***Содержание и формы работы:
Утренняя гимнастика*** «Платочки» с элементами дыхательной (в облегчённой одежде).
***Ароматизация помещений*** (лук, чеснок).
***Фито-питание*** – Игра-занятие (предложить детям заварить чай с мятой).
***Чтение стихотворения*** «Мята перечная», беседа по содержанию, дидактическая игра «Угадай траву по запаху», подвижная игра «Чей кружочек быстрее соберётся», сюжетная игра «Напоим кукол чаем».
***Изготовление с детьми фито — медальонов*** «Полезный чесночок» (из киндер-сюрприза).

***Пятница «Презентация фитнес-клуба «Крепыш».
Цель:*** создать эмоционально благополучную атмосферу для гармоничного развития ребёнка, помочь каждому ребёнку осознать значение физических упражнений в оздоровлении всего организма. Заинтересовать детей к занятиям на тренажерах. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
*(Совместно с инструктором по физическому воспитанию)*

***Подведение итогов недели.***Рассматривание буклетов, альбомов.
Беседа: «В здоровом теле — здоровый дух»
Загадки по видам спорта.