**Министерство образования и науки РТ**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 22 комбинированного вида»**

**Чистопольского муниципального района РТ**

Принята на педагогическом совете Утвержден

Протокол №\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_ Заведущей МБДОУ

Председатель «Детский сад № 22

\_\_\_\_\_\_\_\_ Фугина И.А. комбинированного вида»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Фугина И.А.

**Проектная деятельность**

**(кружковой работы)**

**«ТРОПИНКА К ЗДОРОВЬЮ»**

**(ЗОЖ)**

**средний дошкольный возраст**

**Воспитатель: Пронина С.С.**

**2013-2014гг.**

**Пояснительная записка**

Приобщение дошкольников к проблеме сохранения своего здоровья это, прежде всего процесс социализации – воспитания. Это сознание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. Для формирования душевного комфорта необходимы знания о законах развития своего организма, его взаимодействии с социальными факторами.

Детский сад сегодня должен и может стать важнейшим звеном социализации подрастающего поколения. Через детский сад проходит все население, и на данном этапе социализации личности формируется как индивидуальное здоровье, так и здоровье всего общества.

Актуальность проблемы в воспитании здорового образа жизни обусловлена

рядом обстоятельств:

-учёными доказано, что здоровье человека только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину — от образа жизни;

-сегодня установлено, что 40% заболеваний взрослых берут своё начало с дошкольного возраста;

-физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей;

- 25-35% детей, пришедших в 1 класс школы имеют физические недостатки или хронические заболеваниями;

- 8-10% выпускников школ можно считать действительно здоровыми, а

остальные находятся в «третьем состоянии», т. е. они ещё не знают, что больны.

Дошкольнику необходимо познать особенности своего организма, возможные патологии здоровья и пути их исправления; основа управления собственным здоровьем и выживания в современных условиях жизни, т. е. уже с раннего возраста ребёнок должен стать для себя врачом, психологом, физиологом, учителем, психотерапевтом, тренером. Он должен получить базовые знания по оздоровлению.

Во всём мире наметилась тенденция новых подходов в вопросах формирования здорового образа жизни, поэтому идя в ногу со временем необходимо уделять огромное значение здоровью детей.

Актуальным становится утверждение Н. М. Амосова: «Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значимые. Заменить их ничем нельзя».

**Основная идея**: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

· Привитие стойких культурно – гигиенических навыков.

·Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.

· Формирование элементарных представлений об окружающей среде.

·Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.

· Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.

·Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.

·Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения.

·Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.

·Вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

**Цель** — усиление работы по приоритетному направлению ДОУ оздоровительно-развивающей направленности.

Планирование кружка составлено на основе на основе книг Зайцевой Г. К. «Уроки Мойдодыра», «Уроки Айболита». «Букварь Здоровья» Баль В. Г., Ветровой В.В., «Расти здоровым» Р. Рутенберг, а также на материалах региональной программы «Планета детства».

Содержание курса охватывает темы: «Как мы устроены», «Чистота — залог здоровья», «В гармонии с природой», «Мир, в котором я живу», «Почему важно быть здоровым?»

**Задачи:**

Сформировать у ребёнка понятия «здоровье», «здоровый образ жизни».

Создать общее представление об основных факторах, формирующих здоровье человека.

Воспитывать у детей сознательное отношение и потребность к сохранению и улучшению здоровья

Содействовать формированию у детей сознания об уникальности человека.

Создать у ребёнка представления о строении тела человека и функционировании основных органов и систем организма.

**Формы и методы:** занятия проводятся с обязательным использованием элементов игры, чередованием теоретической и практической работы, наглядности, обследования, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей.

Каждое занятие кружка предусматривает несколько этапов работы:

организационный момент;

мотивация;

объяснение;

проблематизация;

практическая часть;

самостоятельная часть; итог.

**Ребёнок должен знать:**

строение тела

показать органы человека и рассказать об их значении

гигиенические правила

представления о правильном питании.

**Основные направления:**

оздоровительное

валеологическое

физическое развитие

психо-эмоциональное благополучие

коррекционное

комплексная диагностика.

**Этапы деятельности программы:**

**1 этап — *организационный:***

определение целей и задач программы;

составление плана работ.

**2 этап — *подготовительный:***

создание условий для реализации программы;

утверждение плана работы.

**3 этап - *основной:***

разработка конспектов кружковых занятий;

организация занятий с детьми;

оформление предметно-развивающей среды по валеологии;

тестирование, информационные бюллетени, собрания.

**4 этап — *заключительный:***

мониторинг эффективности программы;

диагностика.

**Цель программы:**

- Учиться быть здоровым душой и телом.

Стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы и бытия.

**Задачи:**

Формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания.

Обеспечение физического и психического саморазвития.

Формирование образно-словесных ассоциаций у детей, касающихся отношения к здоровью.

Формирование у ребенка положительного отношения к физическому Я.

**Условия реализации программы:**

Программа предназначена для детей в возрасте 4 -5 лет, рассчитана на один год. Кружковые занятия проводятся в вечернее время с группой детей, 1 раз в неделю. Длительность занятия 20-30 мин.