**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**городского округа Саранск**

**«Центр развития ребёнка – детский сад № 46»**

Утверждаю

заведующая МАДОУ

«Центр развития ребенка –

детский сад №46»

Н.Н.Комарова

**Проект по образовательной области «Физическое развитие»**

***"Здоровый дошкольник"***

**(на 2015-2016 учебный год)**

**Разработала**

**воспитатель**

**Майорова И.И.**

**г.о. Саранск, 2015**

**Актуальность.**

Педагогический (творческий) проект «Здоровый дошкольник» предусматривает просвещение детей дошкольного возраста и их родителей: развитие представлений о важности двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о здоровом образе жизни. Эти сведения становятся важным компонентом личностной культуры и социальной защищенности дошкольника.

Проект раскрывает новые эффективные формы взаимодействия ДОУ с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни, которые основываются на формах совместной деятельности детей и родителей.

Здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает.

Важное место в решении социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, формирования знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья как детей, так и взрослых.

В качестве результата рассматривается не сумма усвоенной детьми информации об укреплении здоровья, а способность ребенка осуществлять здоровый стиль поведения. Под культурой здоровья понимается общая способность и готовность личности ребенка к деятельности по охране и укреплению здоровья, основанных на знаниях и опыте, которые приобретены в образовательном процессе ДОУ и семье.

Поэтому своей целью мы поставили повысить эффективность здоровьеориентированной деятельности в ДОУ путем создания, теории и практики и практического формирования ценностей здорового образа жизни у дошкольников, с учетом их возрастных и индивидуальных возможностей.

На базе детского сада созданы все условия для полноценного физического развития и оздоровления детей. Для развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков, воспитанию потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в группе оборудован физкультурный уголок: в нем есть все необходимое физкультурное оборудование для самостоятельной двигательной деятельности детей, атрибуты для подвижных игр, физкультурное оборудование для гимнастики после сна, оборудования для индивидуальной профилактической работы с детьми.

В «уголке здоровья» накоплен богатый материал: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены.

Обучение идет через все виды деятельности ребенка во время пребывания его в дошкольном учреждении. Формы организации обучения: занятия (уроки здоровья), игры, игровые ситуации, беседы, театрализованные представления, чтение художественной литературы, рисование.

Большое значение уделяется организации полноценного дневного сна. Для засыпания детей используется методический прием: слушание сказок. После дневного отдыха проводится гимнастика после сна в сочетании с профилактическими процедурами и массажем. Вечернее время предназначено для снятия утомления. Поэтому больше включается мероприятий на расслабление: минутки шалости, радости, минутки музыко и сказкотерапии.

Здоровый образ жизни немыслим без рационального разнообразного питания. Питание, как известно, является одним из факторов, обеспечивающих нормальное развитие ребёнка и достаточно высокий уровень сопротивляемости его организма к заболеваниям.

В нашем дошкольном учреждении выполняются следующие принципы рационального здорового питания детей: регулярность, полноценность, разнообразие, путём соблюдения режима питания, норм потребления продуктовпитания и индивидуального подхода к детям во время приёма пищи.

Одним из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка становится культура здоровья семьи. В работе с семьей по формированию потребности в здоровом образе жизни у детей, используются как традиционные, так и нетрадиционные формы работы с родителями, такие как информационные стенды, тематические выставки, оформляются информационные уголки здоровья «Как я расту», проводятся консультации, спортивные семейные эстафеты. Родители - постоянные участники всех конкурсов, проводимых в ДОУ.

**Обоснование проекта.**

Физическое воспитание – один из основных компонентов общего воспитательного процесса, без которого невозможно гармоничное развитие ребенка. Забота о здоровье ребенка занимает во всем мире приоритетные позиции. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья, отводится ведущее место. Подчеркивается важность создания условий, обеспечивающих физическое, психическое и социальное благополучие ребенка, так как, именно эти три составляющие и определяют здоровье дошкольника на современном этапе.

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. По данным Министерства здравоохранения РФ всего лишь 13% детей 5-7-летнего возраста могут считаться здоровыми.

Поэтому искусству сохранения и укрепления здоровья, формирования осознанной потребности в здоровом образе жизни должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте.

А добиться успехов в укреплении здоровья и полноценном физическом развитии детей, в повышении их двигательной активности можно только при единых подходах к физическому воспитанию в детском саду и дома.

К сожалению, на практике наблюдается, что дети испытывают «двигательный дефицит», имеют излишний вес, нарушения осанки. Анализ анкетирования показывает, что во многих семьях потребность дошкольников в движении удовлетворяется далеко не полностью, предпочтение отдается просмотру телепередач, компьютерным играм, занятиям статического плана и малоподвижным играм. Большая загруженность родителей ведет к сокращению прогулок на свежем воздухе, тем самым естественная потребность ребенка в движении в семье пусть неосознанно, но подавляется. Основными причинами таких результатов является то, что родители недооценивают роль двигательной активности, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка, недостаточно осознанно подходят к процессу физического воспитания детей, занижая свою роль в этом процессе и перекладывая основную нагрузку на образовательное учреждение. И как следствие не понимают важности всех критериев, способствующих формированию здорового образа жизни у детей.

В силу особой актуальности проблемы в процессе педагогической деятельности стал вопрос творческого поиска подходов к укреплению здоровья детей и осуществления эффективных форм взаимодействия ДОУ с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни. Поиск инноваций привел к решению проблемы посредством метода проектирования. Педагогический (творческий) проект «Здоровый дошкольник» послужил базой для целенаправленного педагогического экспериментирования.

**Цель проекта**: создание условий для мотиваций у детей на здоровый образ жизни.

**Задачи:**

1. Создать условия по формированию у дошкольников и их родителей ценностного отношения к своему здоровью;

2.Развить у дошкольников самостоятельности, инициативы, интереса к творческому решению ситуаций, связанных с формированием безопасного поведения.

3.Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

**Тип проекта**: долгосрочный (1 год).

**Участники проекта**: дошкольники 4 -5 лет,воспитатель,родители.

**Продолжительность проекта**: Сентябрь 2015-Август 2016г.

**Предполагаемый результат проекта:** способность ребенка осуществлять здоровый стиль поведения.

**Основные формы реализации проекта:** беседы, занятия, театрализованные представления, игры, коллаж, работа с родителями

**Этапы реализации проекта:**

1 этап - подготовительный постановка целей и задач, определение форм и методов работы, подбор литературы.

2 этап - основной: выполнение основных мероприятий, необходимых для достижения поставленной цели.

3 этап - заключительный: обобщение результатов работы, их анализ, формулировка выводов.

***Работа с детьми:***

БЕСЕДЫ:

• «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу».

• "Беседа о здоровье, о чистоте" Решение провокационных вопросов, проблемных ситуаций

• Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки).

ЗАНЯТИЯ:

« Путешествие в страну здоровья»**.**

« Сохрани своё здоровье сам»**.**

«Правила гигиены».

«Спортивный огород».

«Первая помощь».

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ПАПОК:

«Виды спорта», «Береги свою осанку», «Умывалочки», «Все о здоровье», «Зимние виды спорта».

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ТЕАТРА:

«Доктор Айболит»

Фотовыставка: « В здоровом теле здоровый дух!»

ИГРЫ:

• Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Семья».

• Дидактические игры«Что лишнее?» и др.

• Подвижные игры:«Поймай хвостик», «Поймай комара», «Прятки»,

«Перевези лекарства», «Займи место в обруче», «Сбор апельсинов»,

«Самолеты», «Цыплята и наседка», «Мышеловка», «Мыши и кот»,

«У медведя во бору», «Найди свое место»..

* Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье.
* Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.
* Чтение художественной литературы: К.Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», «Доктор Айболит**».**
* Прогулки.

***Работа с родителями:***

• Изготовлены папки-раскладушки:

«Здоровье человека» для детей дошкольного возраста.

«Зимние виды спорта».

•Анкета для родителей «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье».

• Консультации для родителей:

«Закаливание детей в дошкольном возрасте».

«Воспитание основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста».

«Как приучить ребенка чистить зубы».

• Выставка рисунков о спорте.

• Выставка «Полезные продукты».

***Работа по совместной деятельности родителей и детей:***

• Совместное развлечение с детьми и родителями: «Петушок- золотой гребешок!»

**Планирование занятий по развитию представлений о мире и о себе.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды и формы работы.** | **Сроки** |
| 1.Занятие: «Путешествие в страну здоровья.»  2.Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки).  3.Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье.  4.Чтение художественной литературы: К.Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», «Доктор Айболит». | Сентябрь |
| 1."Беседа о здоровье, о чистоте" Решение провокационных вопросов, проблемных ситуаций  2.Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника», «Семья».  3. Дидактические игры: «Что лишнее?» и др.  4. Изготовление папки - раскладушки:  « Здоровье человека» для детей дошкольного возраста | Октябрь |
| 1.Занятие: «Сохрани своё здоровье сам»  2.Беседа: «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу».  3.Изготовление театра: «Доктор Айболит»  4.Сюжетно ролевые игры: «Поликлиника» и т.д. | Ноябрь |
| 1. Выставка рисунков о спорте.  2.Заучивание пословиц, поговорок о здоровье.  3.Подвижные игры: «Ловишки в кругу», т.д.  4.Фотовыстовка: « В здоровом теле здоровый дух!» | Декабрь |
| 1.Анкетирование родителей. «Сохранение и укрепление здоровья ребенка в семье»  2.Изготовление папки: «Зимние виды спорта».  3.Развлечение: «Петушок-золотой гребешок!»  4.Изготовление папок: «Виды спорта»,  «Береги свою осанку». | Январь |
| 1.Консультация для родителей  «Воспитание основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста».  2.Занятие: «Правила гигиены»  3Просмотр мультфильмов: «Ох и Ах!», «Мойдодыр», «Федорино горе».  4.Чтение художественной литературы Михалков С. «Про девочку, которая плохо кушала». | Февраль |
| 1. Чтение художественной литературы Маяковский. «Что такое хорошо и что такое плохо»  2.Консультация для родителей  «Закаливание детей в дошкольном возрасте».  3.КТД «Полезные продукты» | Март |
| 1.Консультация: «Как приучить ребенка чистить зубы».  2.«Первая помощь» Викторина «Ситуации»  3. Чтение художественной литературы Шалаева Г.П., Журавлёва О.М., Сазонова О.Г. « Правила поведения для воспитанных детей»  4.Использование игровых ситуаций в повседневной жизни в формировании понятий о здоровом образе жизни. | Апрель |
| 1 Спортивный огород  2.Планирование занятий по развитию представлений о мире и о себе. | Май |
| Оформление проекта. | Июнь  Июль  Август |

**Литература**

1. «Азбука здоровья» / К.Люцис.- М., «Русское энциклопедическое товарищество», 2004.
2. «Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста»/Авдеева Н.Н. и др.-СПб.: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2004.
3. «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста» / С.В. Петерина.- М.: «Просвещение», 1986.
4. «Воспитание культуры поведения у детей дошкольного возраста» / С.В. Петерина.- М.: «Просвещение», 1986.
5. «Дошкольная педагогика»№ июнь, 2010г.
6. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников»/ Т.Г. Карепова. Волгоград «Учитель», 2009.
7. Уроки Айболита/ Г.Зайцев. – СПб.: Акцидент, 1997.