**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №15 «МАЛЫШ»**

 **ГОРОДА АЛАТЫРЯ ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Проект на тему:**

**"За здоровьем в детский сад"**

  Автор проекта:

 Инструктор по физической культуре Н.Г. Соколова

2020-21г

***Описание проекта***

***Вид проекта***: информационно - практико-ориентированный.

***Продолжительность***: долгосрочный.

***Возраст детей***: мл.гр., ср.гр., ст. гр., подг. гр.

***Участники проекта***: воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитанники и их родители.

***Сроки проведения***: сентябрь - август

***Форма проведения***: дневная (в рамках образовательной деятельности в виде игровых ситуаций, в режимных моментах и повседневной жизни).

***Информация о проекте***

***Актуальность проекта***

         Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования направлен на решение множества задач, одной из них является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Я решила сделать упор на решение именно этой задачи в проекте «За здоровьем в детский сад». Проблема укрепления здоровья дошкольников актуальна в настоящее время. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, сами будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

         Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению культурно-гигиеническим навыкам, вырабатывать привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние здоровья и здоровья окружающих. Именно поэтому в дошкольном учреждении любая деятельность (игровая, спортивная, досуговая и т.д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни. И как писал В.А. Сухомлинский: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы".

***Цель проекта***: формирование у детей дошкольного возраста активной жизненной позиции направленной на сохранение и укрепление собственного здоровья.

***Задачи***:

* формировать представление о здоровом образе жизни;
* обогащать и закреплять ранее полученные знания о правильном питании, культурно-гигиенических навыках;
* развивать физические качества;
* продолжать учить детей заботиться о своем здоровье, избегая ситуаций, наносящих вред здоровью;
* воспитывать интерес к спорту, физической культуре, здоровому образу жизни.

***Этапы реализации проекта***

|  |
| --- |
| **1 этап****подготовительный** |
| **Цель**: - накопление информации, наблюдения за детьми, анализ проблемы;               - планирование мероприятий,  методов и приемов работы с детьми и родителями направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни.                * анкетирование родителей;
* беседы с детьми;
* заполнение антропометрических данных;
* анализ посещаемости и заболеваемости детей мл.гр., ср.гр., ст. гр.. подг. гр. за предыдущий год;
* наблюдения.
 |
| **2 этап****основной** |
| Цель: - реализация на практике мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни;Направления работы                      Работа с детьми                                                         Работа с родителями- образовательная деятельность                                                        - беседы;в виде игровых ситуаций;                                                                 - консультации;- дидактические игры;                                                                       - памятки;- сюжетно-ролевые игры;                                                                  - досуги, развлечения.- беседы;- досуги, развлечения;- различные виды гимнастик;- физминутки;- закаливающие процедуры;- чтение худ. лит-ры. |
| **3 этап****заключительный** |
| Цель: - проведение анализа организации работы по сохранению и укреплению здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни.Итоги проекта.   |

Проект проходит под девизом: "Я здоровье берегу - сам себе я помогу!"

***План реализации проекта***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Сентябрь*** | *Тема: "*Спорт - это здоровье*!"* |  |
| 12 | *Работа с детьми:***ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП**Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Спорт - это здоровье!"Флешмоб "На зарядку - становись!" | Инстр. по ФЗК |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Октябрь*** | *Тема: "Для здоровья без забот - витамины круглый год"* |  |
| 123456 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Витамины укрепляют организм".Презентация на тему "Витамины - каждый день необходимы!"Дидактическая игра "Витамины - это таблетки, которые растут на ветке".Загадки о фруктах, овощах, ягодах.Сюжетно-ролевая игра "Овощной магазин".Рисование на тему "Фруктовый салат".*Работа с родителями:*Памятки «Вкусно и полезно!» | ст.гр. «Открытые ладошки» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Ноябрь*** | *Тема: "Наши умные помощники"* |  |
| 123456 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Слушай во все уши".Беседа "Не боимся мы дождей и осенних хмурых дней!"Образовательная деятельность в виде игровой ситуации  "Оздоровительные чаи"Беседа "Зачем мы дышим".Беседа "Что еще умеет нос".*Работа с родителями:*Консультация для родителей "Профилактика болезней" | гр. «Почемучки» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Декабрь*** | *Тема: "Для здоровья без забот – спорт, спорт"* |  |
| 12345 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «За здоровьем в детский сад»Подвижные и хороводные игры «Мы здоровые ребята!Пальчиковая гимнастикаДыхательная гимнастика*Работа с родителями:* Консультация для родителей«КАК ПРАВИЛЬНО ЗАКАЛИВАТЬ РЕБЕНКА» | Инстр. по ФЗКмл.гр. «Сказка»мл.гр. «Фантазёры»Инстр. по ФЗК |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Январь*** | *Тема: "Для здоровья без забот -* секреты здоровья *"* |  |
| 123456 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Секреты здоровья".Подвижные игры «Холода – не беда, мы –здоровые всегда!»Загадки о зиме.Спортивный праздник «Зимние Забавы»«Как устроен человек» (плакат «строение человека»)*Работа с родителями:*Папки передвижки «Как одевать ребенка дома и на улице» | Инстр. по ФЗКгр. «Солнышко» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Февраль*** | *Тема: "Для здоровья без забот – Наше здоровье в наших руках"* |  |
| 1234567 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации " Наше здоровье в наших руках".Психосиматическая гимнастикаСпортивный праздник "День защитника Отечества"Подвижные игры "Мы сильные, мы ловкие, мы быстрые".Загадки о военной технике.Флешмоб "Мой папа, солдат", «Знай наших!»Гимнастика пробуждения*Работа с родителями:*Консультация «Профилактика нарушения плоскостопия» | Инстр.по ФЗКст.гр. «Затейники» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Март*** | *Тема: "*«Сундучок доктора Айболита» |  |
| 1234567 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Сундучок доктора Айболита»Оздоровительная гимнастика ( во всех возр. гр. с любимым героем)Подвижные игры "Мы здоровью скажем - да! ".Загадки о здоровье.Флешмоб "Здоровым быть модно".Здоровые зубы*Работа с родителями:*Консультация для родителей "Как правильно чистить зубы". | Инстр.по ФЗКежедневноср.гр. «Капитошки»ст.гр. «Открытые ладошки» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Апрель*** | *Тема:* «Нам здоровье не купить, за ним нужно всем следить» |  |
| 123456 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Нам здоровье не купить, за ним нужно всем следить»Тренировка на тренажерахПодвижные игры на воздухеСамомассажЗакаливание*Работа с родителями:*Консультация «Закаливание в семье»  | Инстр. по ФЗКст.гр. «Затейники» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Май*** | *Тема:* «Здоровым быть здорово!» |  |
| 12345 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации «Здоровым быть здорово!»Психосоматическая гимнастика (оздоров.раб.с детьми)Подвижные игры на воздухе (экскурсия на стадион)«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья» подвижные игры*Работа с родителями:*Папки передвижки «Десять советов родителям по физическому воспитанию ». | Инстр. по ФЗКср.гр. «Капитошки»Инстр. по ФЗК |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Июнь*** | *Тема: "Вот я какой"* |  |
| 123456 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Я среди людей".Дидактические игры: "Назови предметы", "Делаем зарядку", "Назови части тела"; загадки о частях тела.Рисование на тему "Я здоровье берегу - сам себе я помогу!"Чтение и обсуждение произведения Л.Л. Яхнина "Очень правдивая история".Закаливание (солнечные ванны, ежедневные прогулки на свежем воздухе, водные процедуры).*Работа с родителями:*Анкета «Физическое развитие ребенка в семье» | Все возрастные группыИнстр. по ФЗК |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Июль*** | *Тема "Чтобы быть здоровым"* |  |
| 1234 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в форме игровой ситуации " Сохрани свое здоровье сам".Беседа "Лето красное - для здоровья время прекрасное!"Закаливание (солнечные ванны, ежедневные прогулки на свежем воздухе, водные процедуры).*Работа с родителями:*Оформление стенда: «Мы за здоровый образ жизни» | Все возрастные группыИнстр. по ФЗК |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятие** | **Группа** |
| ***Август*** | *Тема: "Для здоровья без забот - витамины круглый год"* |  |
| 12345679 | *Работа с детьми:*Образовательная деятельность в виде игровой ситуации "Витамины укрепляют организм".Дидактическая игра "Витамины - это таблетки, которые растут на ветке".Загадки о фруктах, овощах, ягодах.Сюжетно-ролевая игра "Овощной магазин".Спортивный праздник «День физкультурника»Лепка из пластилина на тему "Фруктовый салат".Закаливание (солнечные ванны, ежедневные прогулки на свежем воздухе, водные процедуры).*Работа с родителями:*Памятки «Вкусно и полезно!» | Все возрастные группыИнстр. по ФЗК |

***Итоги проекта***

          В нашем детском саду созданы все условия для осуществления данного проекта: оборудованый спортивный зал, спортивная площадка для проведения физкультурной работы с детьми, развлечений; в группах имеется спортивный уголок, для выполнения физических упражнений и игр, подобрана картотека пособий и дидактических игр по формированию у детей представлений о здоровом образе жизни.

         В процессе взаимодействия с родителями произошло внедрение в семейное воспитание традиций здорового образа жизни; использование различных форм сотрудничества с родителями способствовало проведению совместной их с детьми досуговой деятельности, направленной на повышение их авторитета.

         По итогам проекта у детей значительно повысился уровень знаний в области здорового образа жизни, изменилось отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, повысилась выносливость, развились физические качества,  дети стали более активными, подвижными,  строгими в соблюдении правил гигиены. В процессе наблюдений выяснилось, что дети осознанно стали относиться к укреплению своего здоровья. У родителей появилось понимание того, что очень важным фактором формирования здорового образа жизни у детей является пример взрослого. На консультациях с родителями учили оценивать здоровье ребенка, советовали литературу, брошюры. Для  родителей был оформлен уголок «Будь здоров». Родители стали больше уделять времени и внимания формированию у детей полезных привычек, стали внимательнее относиться к своему поведению, стараясь избавиться от вредных привычек. Просветительская работа среди родителей в рамках проекта дала положительные результаты.

Таким образом,  я пришла к выводу, что если:  правильно организовать развивающую среду, учитывать  возрастные особенности детей, привлекать к сотрудничеству  родителей, систематическая работа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста способствует укреплению здоровья детей, формирует представление о здоровье как о ценности, воспитывает полезные привычки и навыки здорового образа жизни.