****

СОДЕРЖАНИЕ

1. ВВЕДЕНИЕ ………………………………………………3
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ…….6

Приложения………………………………………………8

**Долгосрочный проект по сохранению и укреплению здоровья дошкольников**

**«К здоровью без лекарств»**

1. **Актуальность проекта.**

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является актуальной, как никогда ранее, в связи с тенденцией к ухудшению здоровья детского населения. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребёнок. Развитие детей и улучшение их здоровья в процессе воспитания и обучения в дошкольных образовательных учреждениях – одна из актуальных задач современной педагогики.

Общепризнано, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Несмотря на то, что многие родители признают важность физического воспитания, исследователи констатируют явно недостаточную активность родителей в данном элементе семейного воспитания.

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания дошкольника могут быть реализованы лишь при тесном взаимодействии двух социальных институтов – дошкольного отделения и семьи. Педагоги не в состоянии решить проблему укрепления здоровья детей без помощи специалистов, медицинских работников, родителей ребенка.

Одним из средств, эффективно способствующих формированию здоровья дошкольников и выработке правильных привычек, является специально-организованная досуговая деятельность, которая предполагает объединение взрослых и детей, увлеченных общими интересами, на основе свободного детского выбора. Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей ловкости, выносливости, смелости, умения жить в коллективе, усиливают интерес к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни. На досугах, праздниках дети совершенствуют умения и навыки, полученные на занятиях, в интересной и увлекательной форме расширяют кругозор в области спорта.

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь. Но прежде неплохо было бы овладеть элементарными знаниями, которые помогли бы нам выбрать наиболее рациональный путь к здоровью с учетом личных физиологических возможностей, привлечь к решению проблемы всех участников образовательного процесса, особое внимание уделяя взаимодействию с родителями. Для реализации данной цели и служит проект «К здоровью без лекарств».

1. ТИП ПРОЕКТА

По доминирующей в проекте деятельности: практико - ориентированный.

По содержанию: социально-педагогический.

**Участники проекта:** дети группы общеразвивающей направленности, воспитатели группы, родители.

По времени проведения: долгосрочный.

По характеру контактов: в рамках ДОУ.

1. Проблема – поиск участниками образовательного процесса эффективных путей укрепления здоровья ребенка и приобщения его к здоровому образу жизни.
2. **Цель проекта –** воспитание у детей эмоционально положительного отношения к физической культуре, как естественной составляющей общечеловеческой культуры; приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.
3. **Задачи проекта:**

- пропаганда здорового образа жизни;

- создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников, приобщению ребенка к здоровому образу жизни;

- развитие физических качеств: силы, ловкости, гибкости, ориентировки в пространстве, координации движений, быстроты, равновесия, двигательного творчества;

- повышение интереса родителей воспитанников к участию в физкультурных и оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.

 Методы проекта

1. Тематические НОД по физическому развитию:
2. Праздники, досуги, развлечения с привлечением родителей;
3. Мониторинговые процедуры (анкетирование)

**Ожидаемые результаты проекта:**

1) обновление и расширение образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую спортом личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни;

2) усвоение детьми основ здорового образа жизни; понимание детьми значимости здоровья в жизни каждого человека; проявление заботы и уважения к своему здоровью и здоровью окружающих;

3) снижение показателя заболеваемости;

4) положительная динамика показателей физического развития детей.

5) формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;

Обеспечение проектной деятельности

Методическое:

1. В. Т. Кудрявцев, Б. Б. Егоров «Развивающая педагогика оздоровления».

2. Физкультурный уголок и оборудование для физического воспитания детей, профилактики плоскостопия, дыхательной гимнастики, формирования правильной осанки у детей.

3. Спортивная площадка на территории ДОУ.

4. Спортивно-игровое оборудование в физкультурном зале, гимнастические маты для обеспечения страховки и предотвращения травматизма.

5. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии использование различных дорожек, косичек, змейки ; для «подлезания» - дуги и др.

6. Нетрадиционное спортивное оборудование.

7. Медицинский кабинет ДОУ.

**2. Содержание проектной деятельности:**

Этапы и сроки реализации:

1. I этап – подготовительный,
2. II этап – практический,
3. III этап – заключительный.

I ЭТАП-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ:

1. Изучение понятий, касающихся темы проекта;
2. Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровьесбережению;
3. Анкетирование родителей;
4. Разработка перспективного плана организации физкультурно – досуговых мероприятий;
5. Подготовка цикла тематических физкультурных занятий с включением валеологического компонента;

II ЭТАП – практический:

1. Проведение цикла тематических НОД с включением валеологического компонента.
2. Проведение НОД по физическому развитию с участием родителей.
3. Проведение спортивных праздников и развлечений.
4. Организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни, организации активного отдыха в семье.
5. Оформление фотогазет «Моя спортивная семья»
6. Подготовка выставки детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим»
7. Подготовка к конкурсу нетрадиционного оборудования по здоровьесбережению: «Здоровые ножки»

III ЭТАП-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ:

1. Проведение спортивного праздника «В сказку за здоровьем»
2. Анализ Недели здоровья с педагогами.
3. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ:

- сформировать у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни;

- осознание ребёнком и родителями необходимости и значимости здорового образа жизни, а также «видение» и реализация путей совершенствования здоровья ребенка и членов семьи (активный отдых вместе с детьми, посещение кружков, секций оздоровительной направленности);

- повышение активности родителей воспитанников, проявляющееся в участии в физкультурно – оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимые в ДОУ.

Продукт проектной деятельности:

1. Тематический план проекта (проекта)
2. Картотека игровых упражнений с элементами спорта.
3. Конспект спортивного праздника для детей и их родителей «Дружная семья»
4. Анкета для родителей «Растем здоровыми»
5. Конспект спортивного досуга «Муха - цокотуха»
6. Консультация для родителей «Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста»
7. Информационная газета для родителей «Всемирный День здоровья»
8. Конспект НОД по валеологии «Где прячется здоровье?»
9. Картотека самомассажа Б.А.Т.
10. Выставка детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим».
11. Информационный материал в родительские уголки: консультации «Подвижные игры – залог здоровья малышей »
12. Конспект мероприятия: «День здоровья»