|  |
| --- |
| Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение городского округа Саранск  "Центр развития ребёнка - детский сад №46"  **«Здоровье дошкольника**  **в условиях детского сада и семьи»**  Проект  с детьми второй младшей группы №1  долгосрочный  Срок реализации: 1 год    Составитель проекта:  воспитатель: Коробова Н.А.  Саранск, 2019-2020 г.г. |

**Актуальность темы:**

Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Нет задачи сложнее, а может важнее, как вырастить здорового ребёнка. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека

В государственную программу РФ «Развитие образования» на 2013-2020 годы включены задачи такие как: укрепление здоровья, создание условий для роста численности населения, увеличение продолжительности жизни - эти задачи остаются по-прежнему высокоприоритетными. Основным направлением государственной политики в сфере здоровья является :создание условий и мотиваций для ведения здорового образа жизни.

Необходимо разработать и реализовать комплексы мероприятий по пропаганде здорового образа жизни и развитию массовой физической культуры, сформировать эффективную систему физкультурно-спортивного воспитания, обеспечить санитарно-эпидемиологическое благополучие населения.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

На протяжении последних лет нас всех поражает грустная статистика частоты заболевания детей дошкольного возраста. Каждый третий имеет отклонения в физическом развитии. Конечно, причин тому много: и экологических, и социальных, и генетических, и медицинских. Одна из них невнимание взрослых к здоровью детей. Иначе говоря, мы любим свое дитя, усердно лечим, когда оно заболеет, а в повседневности не используем весь арсенал средств и методов для предупреждения заболевания и укрепления здоровья ребенка.

Не следует забывать, что дошкольный возраст – самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

В настоящее время исследования убедительно показывают, что осознанное включение родителей в единый, совместный с педагогами процесс воспитания ребенка позволяет повысить его эффективность. Создание единого пространства развития ребенка невозможно, если усилия педагогов и родителей будут осуществляться независимо одни от других, и обе стороны будут оставаться в неведении относительно планов и намерений друг друга.

Основой создания проекта является охрана и укрепление здоровья детей, формирование у них привычки к здоровому образу жизни. Важная роль в укреплении здоровья детей занимает сотрудничество ДОО и семьи, синхронизация их интересов в здоровье дошкольников. Целью реализации проекта является укрепление процесса взаимодействия ДОО и семьи в рамках проблемы сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста.

**Цель проекта:** взаимодействие ДОО и семьи в здоровьесбережении детей дошкольного возраста; заинтересовать родителей в целенаправленном формировании потребности воспитанников в здоровом образе жизни через вовлечение их в физкультурно-оздоровительный процесс.

**Задачи:**

* Повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность
* Организовать непрерывный процесс взаимодействия коллектива ДОУ и родителей, направленного на сохранение и укрепление здоровья детей.
* Формировать единое полноценное развивающее пространство в семье и ДОО.
* Обеспечение благоприятного процесса адаптации детей в ДОО .
* Повышать уровень культуры здоровья воспитателей ДОО и родителей .

**Проект реализуется в 3 этапа:**

**1. Подготовительный этап.**

Целью подготовительного этапа  является исследование профессиональных возможностей педагогов, знаний, умений, навыков воспитанников, педагогической просвещенности и культуры здорового образа жизни родителей. Работа на данном этапе строится по трем направлениям.

Для того чтобы выяснить, в какой форме находятся сами педагоги, проводится анкетирование. Также определяется уровень их знаний о способах приобщения дошкольников к здоровому образу жизни, создаются условия для изучения педагогами новых здоровьесберегающих технологий, формирования у них готовности и желания участвовать в проекте.

С целью получения данных об уровне знаний, умений, навыков и состояния здоровья воспитанников проводится соответствующий мониторинг, диагностика знаний о здоровьесбережении.

Анкетирование родителей позволяет установить, какое место занимает физкультура в семье, определить потребность взрослых в приобретении навыков оздоровления. Основная задача педагогов в ходе взаимодействия с родителями на данном этапе - формирование положительного отношения к сотрудничеству.

**2. Основной этап (перспективный план работы)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата | Наименование мероприятия | ответственный |
| сентябрь | Педагогическая гостиная «Давайте познакомимся» | воспитатели |
|  | Выставка литературы «Рождаюсь, расту, развиваюсь» | воспитатели |
|  | Анкетирование «Путь к здоровью, силе, бодрости» | воспитатели |
|  | Консультация для родителей. «Как помочь ребенку в период адаптации?» | воспитатели |
|  | Беседа с детьми на тему «Полезное – не полезное | воспитатели |
| октябрь | Консультация «Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей» | воспитатели |
|  | Анкетирование «Заботитесь о здоровье детей?» | воспитатели |
|  | Конференция «Гигиена детства» |  |
|  | Мастер-класс «Подвижные игры в детском саду» | воспитатели |
|  | Проведение НОД «Витамины и полезные продукты» | воспитатели |
| ноябрь | Консультация «Утренняя гимнастика с малых лет» | воспитатели |
|  | Папка-передвижка «Здоровье - прежде всего» | воспитатели |
|  | Школа для родителей «Советы Айболита» Тема: «Формирование правильной осанки» |  |
| декабрь | Консультация «Организация физического воспитания детей в семье» |  |
|  | Советы родителям «Веселая физкультура в квартире» |  |
| январь | Консультация «Роль семьи в воспитании эмоциональной отзывчивости ребенка» | воспитатели |
|  | Папка-передвижка «Ваш ребенок часто болеет ОРВИ... Как быть?» | воспитатели |
|  | Праздник здоровья «Спортивная семья» | воспитатели |
| февраль | Памятка «Создание благоприятной семейной атмосферы» |  |
|  | Вечер для родителей «Играем вместе» |  |
|  | Театрализация сказки «Колобок» | воспитатели |
| март | Листовка «Релаксационная гимнастика после сна» |  |
|  | День открытых дверей «Мы вместе» | воспитатели |
|  | Дидактические игры и упражнения «чудесный мешочек», «узнай и назови овощи» | воспитатели |
| апрель | Неделя здоровья дома «Дружная семья» |  |
|  | Анкетирование «Соблюдаете режим?» | воспитатели |
|  | Консультация «Спортивный уголок дома» |  |
|  | Консультация для родителей «Детские слезы» | воспитатели |
|  | Беседа с детьми «Чистота и здоровье» | воспитатели | |
| май | Педагогическая гостиная «Дыхание – основа здоровья» | воспитатели | |
|  | Школа для родителей «Советы Айболита» Тема: «Вечерние игры» |  | |
|  | Развлечение «Хоровод подвижных игр на воздухе» | воспитатели | |

**3. Заключительный этап.**

Цель заключительного этапа - анализ эффективности реализации проекта путем определения состояния здоровья воспитанников, сформированности мотивации к здоровому образу жизни детей и родителей.

На данном этапе педагогический коллектив разрабатывает методы оценки уровня знаний в рамках проекта, организует обмен опытом между его участниками. Кроме того, проводятся сравнительные диагностики знаний, умений и навыков воспитанников, обсуждаются итоги мониторинга состояния здоровья.

**Ожидаемые результаты проекта:**

Дети:

Повышение интереса детей к двигательной активности: участие в подвижных играх, физических упражнениях.

Сформированность желания заниматься утренней гимнастикой, выполнять культурно-гигиенические процедуры.

Создана **здоровьесберегающая и развивающая среда**, обеспечивающая комфортное пребывание ребенка в детском саду.

Родители:

Возросший интерес родителей к вопросам воспитания **здорового** ребенка и мотивации **здорового образа жизни.**

Родители активно участвуют в жизни группы и сада, сотрудничают с детьми.

Педагог:

Совместная деятельность будет способствовать укреплению отношений между родителями и ДОУ.

Организация всех видов детской деятельности.

Обогащение предметно-развивающей среды.

**Работа с родителями:**

1. Посещение организованной деятельности детей.

2. Родительские собрания, консультации, беседы, наглядная пропаганда.

3. Участие родителей в физкультурно - оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада (во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий).

**Список используемой литературы.**

1. Из детства - в отрочество: Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей 4-7 лет. - М, Просвещение, 2002
2. Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // "Дошкольное воспитание" №6, 2010
3. Алферова В.П. (ред.) Как вырастить здорового ребенка. Л., Медицина, 2011
4. Богина Т.Л. Здоровье - прежде всего. // "Дошкольное воспитание", 2004, №4 Зарубин Г.П. Окружающая среда и здоровье. - М, 1993
5. Яковлева Л. Работаем по программе "Старт". // Дошкольное воспитание №1-12, 2007
6. Степаненкова Э. Методика физического воспитания. - М, Мозаика-Синтез, 2005
7. Рунова М. Дошкольное учреждение: оптимизация режима двигательной активности. // Дошкольное воспитание, №6, 2008