***Актуальность темы:***

В Национальной  доктрине образования (утвержденной Постановлением Правительства РФ от 04.10.00г. № 751) воспитание здорового образа жизни рассматривается как одна из основных задач образования. Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране.

Происходящие в государстве, обществе и образовании перемены предъявляют новые требования к характеру и качеству отношений дошкольного учреждения и семьи. Сегодня изменилось отношение государства к семье, стала другой и сама семья. Впервые в Законе «Об образовании» РФ сказано, что именно родители являются  первыми педагогами своих детей, а дошкольное учреждение создается им в помощь.

В России сложилась крайне отрицательная демографическая ситуация, когда каждое поколение родившихся по численности меньше поколения своих родителей и не может восполнить  убыли населения. Такой тип воспроизводства населения не отмечался ни в одной стране мира, даже во время войны. Этот пример говорит о социальной катастрофе, связанной, прежде всего, с национальной безопасностью и состоянием здоровья будущего поколения России.

В связи с этим проблема ухудшения здоровья населения страны и особенно детей становится национальной. Подписанное президентом России  В. Путиным постановление «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни  населения» показывает беспокойство государства за будущее страны. Значимость данной проблемы определена в Законе «Об образовании» (подраздел 2, ст.1, ч.1), Федеральной программе развития образования, Концепции модернизации российского образования, Национальной доктрине образования, в Конвенции о правах ребенка и Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей (1991 г.)

 Существенные перемены в социальной, экономической и социокультурных сферах вызывают соответствующие изменения в жизнедеятельности всего общества. Результаты микросоциальных процессов отражаются на здоровье и развитии ее самых незащищенных членов – детей.

Проблема здоровья детей в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях  актуальна, своевременна и достаточно сложна, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества.

**Гипотеза:**

Если мы в процессе организованной, оздоровительной деятельности будем формировать у воспитанников осознанное отношение к своему здоровью, понимать значение и преимущество хорошего самочувствия, то это поможет сохранению, укреплению, оздоровлению детей.

Так появилась необходимость введения в жизнь детей проекта «За здоровьем в детский сад!».

**Цель проекта:**

Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи проекта:**

**Образовательные:**

* совершенствовать здоровьесберегающее пространство;
* расширять и обогащать опыт детей по способам и правилам сохранения здоровья;
* продолжать приобщать родителей к активной совместной работе и объединять совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию воспитанников;
* прививать привычку повседневной физической активности.

**Оздоровительные:**

* проанализировать состояние здоровья воспитанников на момент начала проекта;
* сохранять и укреплять здоровье детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности при помощи нетрадиционных форм и методов;
* способствовать укреплению сердечно – сосудистой, дыхательной систем, стимулировать нервно – мышечную систему;
* использовать нетрадиционные методы оздоровления воспитанников;
* повышать сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям;
* улучшать психоэмоциональное состояние детей.

**Развивающие:**

* содействовать развитию физических качеств *(*ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости);
* повышение активности и общей работоспособности.

**Воспитательные:**

* формировать интерес к занятиям физической культуры;
* воспитывать дружеские чувства;
* воспитывать интерес к физкультуре и спорту;
* способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима дня, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при усвоении комплексного использования всех средств физического воспитания.

**Объектом проекта:**

является сохранения и укрепления здоровья, развитие физических качеств у детей дошкольного возраста.

**Предмет проекта:**

особенности взаимодействия с родителями в процессе развития физических качеств у детей через использование современных здоровьесберегающих технологий.

**Участники проекта:**

дети 6-7 лет, инструктор по физической культуре, воспитатели группы №11, музыкальный руководитель, медицинский работник, родители.

**Практическая значимость проекта:**

* внедрена в практику модель организации работы по физическому развитию;
* обновлена и пополнена развивающая предметно – пространственная среда в соответствии с требованиями ФГОС ДО;
* разработано примерное перспективное планирование по физическому развитию детей 6 - 7 лет;
* подготовлены методические материалы по теме (конспекты ООД, сценарии спортивных праздников, досугов и развлечений, презентации, доклады, консультации для родителей и педагогов и другое).

**Ожидаемые результаты проекта:**

* создание модели организации работы по физическому развитию детей;
* обновление и пополнение развивающей предметно – пространственной среды.
* разработка примерного перспективного планирования по физическому развитию детей 6 - 7 лет, методических разработок;
* разработка методических материалов по теме (конспектов ООД, сценариев спортивных праздников, досугов и развлечений для детей и родителей, консультаций для родителей.
* использование в образовательном процессе инновационных форм работы с детьми;
* повышение качества воспитательно – образовательной работы с детьми;
* использование условий социума для физического развития детей 6 – 7 лет;
* расширение сотрудничества детского сада с родителями.
* увеличилось количество детей с высоким уровнем физической подготовленности;
* снизилась заболеваемость;
* у дошкольников сформировано желание вести здоровый образ жизни;
* появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса;
* сформированы элементарные представления о пользе занятий физической культурой и освоения культурно-гигиенических навыков;
* дети знают большое количество упражнений, много подвижных игр, пальчиковых, дыхательных, зрительных, артикуляционных гимнастик;
* активизировалось участие родителей в физкультурно-оздоровительном процессе;
* повысилась педагогическая компетентность родителей в вопросах физического развития и здоровья.

**Механизмы реализации проекта:**

Проект реализовася через интеграцию физкультурно - оздоровительного развития с использованием современных информационно-коммуникативных технологий и применением современных методик для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса и достижения позитивного результата. Используется комплексный подход к оздоровительной работе вместе с другими направлениями воспитания в детском саду, что отвечает современным ФГОС ДО к общеобразовательной программе.

**Ресурсное обеспечение:**

Проект будет реализовываться через систему индивидуальных и групповых форм деятельности с детьми, через презентации и консультации для детей и родителей. Участие детей, родителей в подготовке спортивных досугов, праздников и развлечений.

**Тип проекта:**

оздоровительный, информационно – игровой, практический, поисковый, групповой.

**Продолжительность проекта:**

долгосрочный.

**Срок реализации проекта:**

01.09.2017 – 30.05.2018 учебный год.

**Главные принципы работы по физическому развитию по реализации проекта:**

* **Принцип активности и сознательности** — определяется через участие педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.
* **Принцип систематичности и последовательности** в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;
* **Принцип «Не навреди»** - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.
* **Принцип доступности и индивидуализации** – оздоровительная работа в детском саду строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.
* **Принцип оздоровительной направленности** — нацелен на укрепление здоровья воспитанников. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.
* **Принцип взаимосвязи с семьей***-*соблюдение единых требований ДОО и семьи в воспитании здорового ребенка и вовлечение в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия и их оценка

**Формы работы с детьми по данному направлению разнообразны:**

**1. Специально организованная деятельность:**

* гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;
* гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.);
* занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями подарками);
* подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения;
* оздоровительный бег, босохождение;
* динамические паузы;
* бодрящая гимнастика (включающая коррегирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж);
* гимнастика пробуждения;
* закаливающие мероприятия (босохождение, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны);
* чесночно-луковая ингаляция;
* массаж;
* рациональное питание
* проектная деятельность;
* прием детей на улице в теплое время года;
* оснащение спортинвентарем, оборудованием, наличием спортзала, спортплощадки, спортивных уголков в группах;

**2. Совместная деятельность с детьми:**

индивидуальная здоровьесберегающая работа, подвижные игры, праздники и развлечения, участие в соревнованиях, кружковая работа, коммуникативные игры, походы, минута тишины, музыкальные паузы, игровые беседы с элементами движений, Дни здоровья.

**3. Самостоятельная деятельность детей:**

в спортивном уголке, на спортплощадке с использованием пиктограмм основных движений, схем наблюдения за поведением ребенка.

4. Интеграция с другими образовательными областями:

Познавательное развитие, речевое развитие, художественно - эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Все формы работы позволят повысить двигательную активность детей.**

**Здоровьесберегающие технологии:**

* народные игры, подвижные игры, спортивные игры;
* игровые упражнения, игровые задания;
* гимнастика пальчиковая;
* гимнастика для глаз;
* динамическая пауза;
* релаксация;
* прогулка;
* утренняя гимнастика;
* закаливание;
* бодрящая гимнастика;
* индивидуальная профилактическая работа;
* свободная двигательная активность.

**Все мероприятия проводятся в игровой форме!**

**Этапы реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Подготовительный этап** | **Основной этап** | **Заключительный этап** |
| Изучение теоретических вопросов по физическому развитию | Внедрение разработанных программ в воспитательно – образовательный процесс. | Оценка эффективности реализации проекта |
| - определение темы и проблемы будущего проекта, постановка цели и задач; - изучение и подборка литературы по данной теме; -диагностика детей и анкетирование родителей; - подбор и изготовление дидактического материала, нестандартного спортивного оборудования (совместно с родителями), картотеки игр и упражнений, разработка конспектов мероприятий; - оформление стенда для родителей с информацией по проведению мероприятий данного проекта; - подготовительная работа с родителями воспитанников и сотрудниками ДОО. | - проведение с детьми бесед: «О физкультурниках и спортсменах», «Что такое Олимпиада», «Разговор о правильном питании»,  «Здоровье и польза утренней гимнастики», «Мы любим спорт». - проведение спортивных мероприятий: игровых занятий; дидактических игр и упражнений, праздников, досугов, развлечений, веселых стартов, эстафет, викторин по ознакомлению детей с Российской Армией и флотом, пограничниками, событиями ВОВ, трудом взрослых; - экскурсии в музей и плавательный бассейн - чтение детям художественной литературы по теме: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», заучивание стихов, загадок, пословиц и поговорок о спорте; - слушание музыкальных произведений о зарядке, здоровье, физкультуре и спорте; - рассматривание картин и иллюстраций; - выставка рисунков, составление альбомов и мини – сборников; - просмотр мультфильмов и художественных фильмов на спортивную тематику; - просмотр спортивных соревнований, передач. | - проведение спортивных праздников: «Богатырские потешки» и «Супер – мама» с участием родителей воспитанников,  - создание с детьми и их родителями стенгазеты: «Моя спортивная семья»; - фото выставки, выставки детских рисунков на тему: «Спорт наш друг». - оформление стен газеты: «Мама ,папа ,я – спортивная семья!»; - участие в городском фестивале детского творчества. - участие в городских спортивных соревнованиях. - художественно-творческая деятельность детей: конструирование «Зимний стадион -футбол 2018» в смешанной технике, совместная работа с родителями - активный отдых с детьми на природе. |

**План работы по реализации проекта на 2017 – 2018 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема ООД** | **Задачи** | **Связь с другими видами деятельности (Образовательных областей)** |
| Сентябрь |  |  |  |
|  |  |  |
| Спортивное развлечение: «Папа, мама, я - спортивная семья». | Развивать ловкость в выполнении заданий эстафеты, закрепить двигательные навыки, воспитывать чувство команды. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - заучивание стихов о семье, занятиях спортом; «Познавательное развитие»: - дидактическая игра: «Собери Олимпийский флаг»; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление эмблемы команды; - музыкально – ритмическая игра: «Собрались на празднике все мои друзья»». |
| Октябрь | «Наши верные друзья-витамины». | Закрепить знания о пользе витаминов. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - Беседа: «Где живут витамины»; «Познавательное развитие»: - дидактическая игра: «Овощи и фрукты»; «Социально – коммуникативное развитие»: - сюжетно – ролевая игра: «Овощной магазин». |
| Физкультурное развлечение: «День бегуна» 2017. | Совершенствовать навыки бега. Развивать быстроту, ловкость, выносливость. Развивать волевые качества, стремление к победе. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - заучивание спортивного девиза: «Заниматься не ленись!», стихотворений о закаливании и спорте; - беседа: «Как победить микробы»; «Познавательное развитие»: - сложи пазлы: «Виды спорта»; «Художественно – эстетическое развитие»: - рисование эмблемы команды; - пение частушек о спорте. |
|  |  |  |
| Ноябрь | «Сердце для мамы», посвященное Дню матери. | Формировать у детей целостное представление образа матери, воспитывать уважение к маме. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Поклонение женщине – матери, хранительнице семейного очага»; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление атрибутов для игр: «Маленькая хозяйка», «Мамины помощники»; - оформление альбома «Секреты бабушкиного сундука»; «Социально – коммуникативное развитие»: - акция: « Не забудь поздравить маму». |
| «Будьте здоровы!». | Укреплять физическое здоровье детей, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - викторина: «Ситуации»; - чтение сказки: «Доктор Айболит»; «Социально – коммуникативное развитие»: - сюжетно – ролевая игра «Аптека». |
| Декабрь | Экскурсия в плавательный бассейн. | Привлекать детей к массовому спорту, средствами проведения экскурсий. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Спортивный инвентарь для плаванья»; Познавательное развитие: - видео презентация: «Виды и стили плаванья»; «Социально – коммуникативное развитие»: - экскурсия в бассейн. |
| Беседа: «Спорт – наш друг». | Приобщать детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Спорт – это здоровье!». |
|  |  |  |
| Январь |  |  |  |
| Физкультурный досуг: «Зимние постройки белого января». | Формировать желание участвовать в играх , эстафетах на свежем воздухе. Развивать двигательную активность, ловкость, меткость, быстроту. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - отгадывание загадок о зиме, зимних видах спорта; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление снежного спортивного городка на территории ДОО. |
| Февраль | Физкультурно -развлекательный досуг: «Взятие снежной крепости». | Развивать быстроту, ловкость, выносливость. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Зима и зимние забавы»; - рассматривание дидактических картинок «Зима», «Зимние виды спорта» и В. Сурикова «Взятие снежного городка»; «Художественно – эстетическое развитие»: - лепка: «Снежная крепость». |
| Спортивно - игровое развлечение: «Богатырские потешки»; | Помочь родителям и детям ощутить радость от совместной двигательной деятельности, установить эмоционально – тактильный контакт. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседы о зашитниках Отечества. - рассматривание иллюстраци; «Художественно – эстетическое развитие»: - приготовление подарков папам и дедушкам; - приготовление атрибутов к празднику; - пение: Песня «Наша Родина сильна». |
| Март |  |  |  |
| Физкультурная игровая программа на территории ДОО: «От проталинки к проталинке доберемся до завалинки». | Воспитывать интерес к спорту и физическим упражнениям. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Пробуждение весны»; «Познавательное развитие: - дидактическая игра «Времена года»; «Художественно – эстетическое развитие»: - пение песни «Весенняя капель». |
| Апрель |  |  |  |
|  |  |  |
| Спортивный досуг: «Прыгалки – скакалки». | Повысить интерес к занятиям физической культурой. Учить выполнять упражнения со скакалкой. | Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа «Откуда появилась скакалка»; «Художественно – эстетическое развитие»: - музыкальная «Степ-зарядка со скакалкой»; |
| Май |  |  |  |
| Организовать совместный выезд на природу. «Мы идем в поход». | Привлечь родителей к подготовке и участию в совместных мероприятиях с детьми. | Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»: - организация родителей и детей для совместного отдыха на природе; «Художественно – эстетическое развитие»: - пение песен о лете; - музыкально – ритмические игры. |
|  |  |  |
| Июнь | Спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей. | Создать у детей радостное настроение желание участвовать в спортивных играх. | Образовательные области: «Художественно – эстетическое развитие»: - исполнение песен «Солнечный круг», «Детство»; «Познавательное развитие»: - видео презентация «Права ребенка»; |
|  |  |  |

***Итоги проекта***

 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".

В нашем детском саду созданы все условия для осуществления данного проекта: оборудованы спортивный зал для проведения физкультурной работы с детьми, развлечений; в группе имеется спортивный уголок, для выполнения физических упражнений и игр, мной 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 «Мы за здоровый образ жизни». 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.

**Литература:**

* Букварь здоровья /Л.В. Баль, В.В. Ветрова, 1995 г
* Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ /Т.С. Яколева, 2006 г /
* Развивающая педагогика оздоровления /В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егоров – М., Линка-пресс, 2000 г./
* Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях ДОУ /Л.В. Кочеткова – М, МДО, 1999 г./
* Физическая культура дошкольника /Т.В. Кудрявцева/
* Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет. Теория и практика физической культуры, практическое пособие /В. Бальсевич – М, Просвещение, 1986 г./
* Театр физического развития и оздоровления детей дошкольников: методическое пособие /Н.Н. Ефименко – М, Линка-пресс, 1999 г./
* Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, коммуникативного. Расту здоровым [текс] программ. Методическое пособие для дошкольников образовательных учреждений /В.И. Зимонина – М, ВЛАДОС, 2003 г./
* Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Учебное пособие /Э.Я. Степаненкова – М, Академия, 2001 г./
* Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов ДУ /М.А. Рунова – М, Мозаика-Синтез, 2000 г./
* Педагогический контроль за состоянием физической подготовленности дошкольников. Тест-программа Москвы для дошкольников. Методические рекомендации – М, 1999 г.
* «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» И.Е. Варенин, С.Г. Кудрявцева
* «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючина
* «Игры, которые лечат» Е.А. Бабенкова
* «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина
* «Азбука физкультминуток для дошкольников» В.И. Ковалько
* «Скороговорки и чистоговорки» О.А. Новикова
* «Давайте чистым воздухом дышать» Д/в 1999 № 7
* «Развитие звуковой культуры речи у детей» Е.В. Колесникова
* Дополнительная литература

**Интернет – источники:**

* http://www.nauka-shop.com/mod/shop/productld/50722/
* http://www.teoriya.ru/
* http://www.dissercat.com/content/razvitie-dvigatelnykh-sposobnostei-detei-starshego-doshkolnogo-vozra