МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ШКОЛА №2 Р.П.НОВЫЕ БУРАСЫ НОВОБУРАССКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

Структурное подразделение по реализации программы дошкольного образования МОУ «Школа №2 р.п. Новые Бурасы

Новобурасского района Саратовской области

имени Героя Советского Союза М.С. Бочкарева»

**Проект**

# *"Мы выбираем здоровье"*

Воспитатель структурного подразделения

по реализации программы дошкольного образования

МОУ "Школа №2 р.п. Новые Бурасы

Новобурасского района Саратовской области

имени Героя Советского Союза М.С. Бочкарева "

**Тихонова Татьяна Николаевна**

*«Забота о****здоровье****– это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости****детей****зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»*

В. А. Сухомлинский.

**Тип проекта:** Педагогический, познавательный, практико-ориентированный, групповой, краткосрочный.

**Продолжительность проекта:** с 9.11.2018г. по 30.11.2018г.

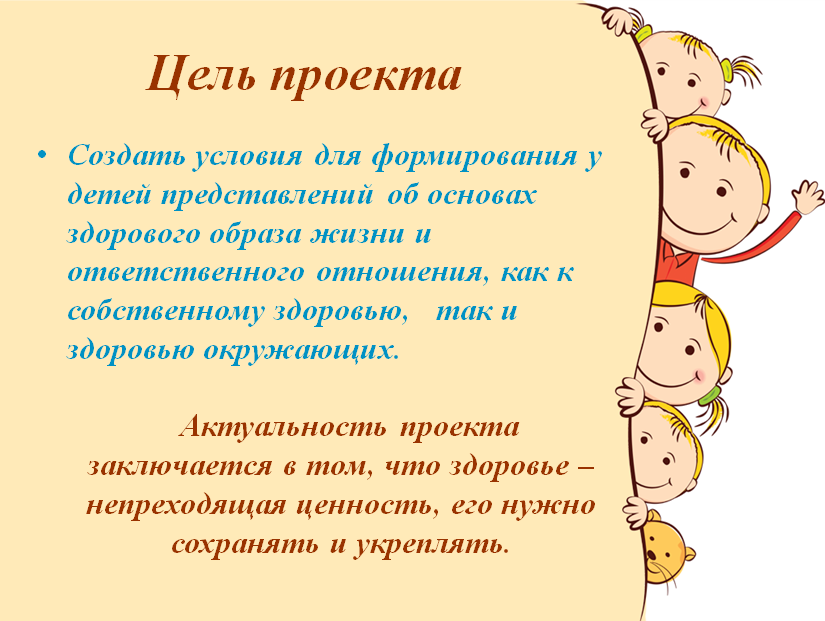
**Участники проекта:** воспитатели, родители, дети от 4 до 6 лет

**Проблема:**

Дети не могут в достаточном объёме рассказать об основах здорового образа жизни.

Недостаточная осведомленность родителей о важности физического воспитания.

Негативная статистика по образу жизни в семье (сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня, нездоровый досуг).

****

**Задачи проекта:**

Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни.

Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.

Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми*.*

**Пути реализации проекта:** тематические интегрированные занятия, в том числе и физкультурные;

просвещение родителей по теме проекта (анкетирование, консультации, родительское собрание);

спортивные соревнования;

беседы, игры, конкурсы.

**Предполагаемые результаты:** повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;

повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;

снижение уровня заболеваемости.

**Этапы проекта:**

****

1 этап – подготовительный:

Разработка и накопление методических материалов

Создание предметно развивающей среды

Разработка мероприятий и подбор художественной литературы

2 этап — практический.

3-этап заключительный:

Обработка результатов по реализации проекта

Открытые занятия для педагогов

Совместная с родителями спортивно конкурсная программа

**Работа с родителями**

Анкетирование «Условия здорового образа жизни в семье»

Консультация «Закаливание - одна из форм профилактики простудных заболеваний детей»

Памятка «Как помочь ребенку сохранить здоровье»

Родительское собрание «Укрепление и сохранение здоровья детей»

Спортивно конкурсная программа совместно с родителями «А ну-ка, мамочки!»

**Работа с детьми**

****

*Познавательное развитие*

Беседы: «Что такое здоровье?», «Мы порядком дорожим - соблюдаем свой режим», «О роли питания для здоровья», «Спорт-это сила и здоровье», «Что лучше - болеть или быть здоровым?». Рассматривание иллюстраций «Зимние виды спорта». НОД «Я здоровым быть хочу» (Приложение №1)

*Социально- коммуникативное*

С/р игры: «Продуктовый магазин», «Больница», «Аптека».

*Речевое развитие*

Д/и: «Полезно – вредно», «Назови что можно делать», «Закончи предложение», «Волшебный мешочек», "Подбери предмет», «Кому что нужно», «Кто больше назовёт полезных продуктов питания», «Что вредно, а что полезно для зубов» и др. (Приложение №2) Чтение произведения К. И. Чуковского «Доктор Айболит», «Федорино горе», чтение пословиц о здоровье,

*Художественно- эстетическое развитие*

Ленка «Овощи и фрукты», аппликация «Заготовка овощей на зиму».

*Физическое развитие*

П/и: «Ловишки», «Зайцы», «Птички и кошка», «Самолеты», «Волк и зайцы», «Жмурки». Ходьба по дорожкам здоровья, пальчиковые игры, ходьба босиком, утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, физ.минутки, гимнастика для глаз (Приложение №3)



Физкультурные уголки, оснащенные нетрадиционным физкультурным оборудованием, изготовленным и оформленным **руками** воспитателей и родителей пользуются большим спросом у **наших воспитанников**, т. к. они могут в самостоятельной деятельности использовать данные тренажеры, при их помощи организовывать игры различной подвижности.

Устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды зависит не только от индивидуальных особенностей ребенка, но и от своевременного и правильного проведения специальных **оздоровительных мероприятий**: своевременное проветривание помещений, ежедневные прогулки и физкультурные занятия на свежем воздухе.

Работу по **оздоровлению детей** мы проводим по нескольким направлениям:

Профилактическое:

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации *(под контролем воспитателя)*;

2. Выполнение санитарно-гигиенического режима (создание культуры гигиены, комфорта для каждого воспитанника в течение всего пребывания его в детском саду);

3. Предупреждение простудных заболеваний методами неспецифической профилактики (самомассаж, использование дорожек с различным покрытием для укрепления свода стопы, и т. д.).

4. Консультирование родителей по вопросам **оздоровления детей**

Организационное:

1. Организация **здоровьесберегающей среды в ДОУ**;

2. Организация двигательной активности в зависимости от уровня двигательной активности каждого воспитанника

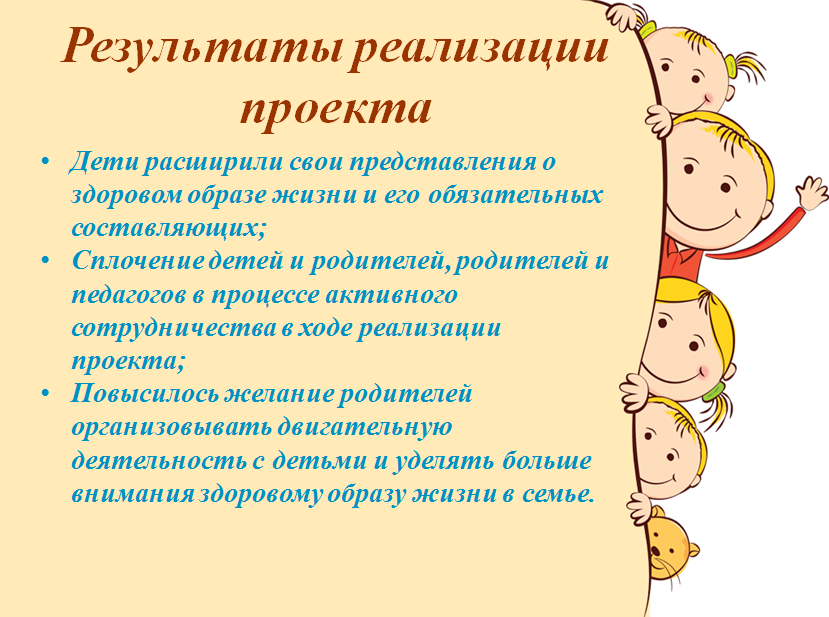
3. Обеспечение психологического комфорта.

Кроме этого, разработан алгоритм проведения бодрящей гимнастики после дневного сна, который включает в себя:

- Общеразвивающие упражнения лежа и сидя на кровати;

- Элементы **оздоровительного самомассажа**;

- Закаливающие процедуры *(ходьба босиком по дорожкам с различным покрытием и наполнителем)*;



Благодаря совместной **проектной** деятельности мы сможем:

- расширить и закрепить знания **детей о здоровом образе жизни**;

- усовершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности **детей;**

- повысить профессиональное мастерство педагогов дошкольного учреждения по теме **здоровый образ жизни**;

- создать единое воспитательно–образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями.

Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести **здоровый образ жизни**, ценили свое **здоровье и здоровье окружающих.**

Список использованных источников:

1. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/01/17/proekt-skazhi-zdorovyu-da>
2. <https://ProfHelp.net/2697047/>
3. <http://pedrazvitie.ru/raboty_doshkolnoe_new/index?n=52967>
4. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/11/14/sozdanie-usloviy-dlya-fizkulturno-ozdorovitelnoy-raboty-v-dou>