**Проект «Если хочешь быть здоровым»**

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения - одна из главных задач развития страны. Здоровье - не всё но, всё без здоровья ничто! Если есть здоровье – человек радуется, спокойно живёт, работает, учится, ходит в детский сад. Без здоровья нельзя жить, любить, нельзя быть красивым, обаятельным. Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении. Катастрофическое состояние здоровья детей требует систематической работы по здоровье сбережению, оптимальному использованию материального, интеллектуального, творческого ресурсов дошкольного учреждения. Необходимость комплексного подхода к организации здоровье сберегающего пространства в дошкольном учреждении не вызывает ни у кого сомнения.

Поэтому, понимая государственную значимость работы по формированию, укреплению, сохранению здоровья своих воспитанников, коллектив детского сада целенаправленно работает над созданием благоприятного здоровье сберегающего пространства, ищет новые современные методы и приёмы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт.

*Цель проекта*: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, воспитание культурно – гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

*Гипотеза:* участники проекта будут бережнее относиться к своему здоровью, правильно применять полученные знания в жизни.

*Задачи проекта.*

* Оздоровительная - подразумевает решение вопросов развития и укрепления костной, дыхательной, нервной систем, внутренних органов дошкольников, развитие движений, а также закаливание;
* Образовательная – развивать у детей навыков личной гигиены, формировать у дошкольников элементарные представления о полезности, целесообразности физической активности и личной гигиены.
* Воспитательная – формирование нравственно – физических навыков; выработка у детей привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенствовании; воспитание культурно – гигиенических навыков.

Продолжительность проекта: краткосрочный (месяц)

Участники проекта: воспитатели, дети, родители.

Проектная идея: провести мероприятия по формированию представлений о здоровом образе жизни, организации рационной двигательной активности детей, созданию условий для реализации оздоровительных режимов.

*Этапы проектной деятельности:*

1 этап. Подготовить план мероприятий по оздоровлению детей и пропаганде здорового образа жизни.

2 этап. Проведение занятий с детьми о здоровье человека, организация досуга. Провести работу с родителями.

3 этап. Совместно с родителями выпустить плакаты по организации здорового образа жизни.

План реализации проекта:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные** |
| Подготовительный этап | | |
| 1. | Консультация для родителей «Если хочешь быть здоровым»! | Воспитатели |
| 2. | Изготовление памяток и буклетов о профилактике здоровья, и формированию здорового образа жизни у детей. | Воспитатели родители |
| 3. | Фотовыставка на тему «Закаляемся дома» | Воспитатели родители дети |
| Основной этап | | |
| 1. | Анкетирование родителей на тему «Условия здорового образа жизни в семье» | Воспитатели родители |
| 2. | Фото отчёт «Как мы занимаемся физкультурой» | Воспитатели родители |
| 3. | Проведение в группе экспериментирование «Кто такие микробы и как с ними бороться?» | Воспитатели Дети |
| 4. | Занятия с детьми:  «Береги глаза смолоду»  «Как устроен человек»  «Где прячется здоровье?»  «Какие мы внутри?»  «Витамины укрепляют организм» | Воспитатели Дети |
| 5. | Рисование на тему «Я занимаюсь спортом» | Воспитатели |
| 6. | Оформление альбома «Виды спорта» | Воспитатели Дети |
| 7. | Досуг для детей «Весёлые эстафеты» | Воспитатели Дети |
| Заключительный этап | | |
| 1. | Изготовление плаката «Здоровый образ жизни» | Воспитатели родители дети |
| 2. | Выставка рисунков детей «Виды спорта» | Воспитатели |
| 3. | Подведение итогов реализации проекта | Воспитатели |

*Достигнутый результат*: в результате реализации проекта, поставленные задачи были полностью достигнуты. Родители проявили большую заинтересованность в данном направлении, это выразилось и в желании оказать помощь (изготовление своими руками «ковриков здоровья», спортивного инвентаря) детскому саду, уровень физической подготовки детей и посещаемость значительно выросли.