

**Проект по здоровьесбережению
средняя группа №2**

«Береги здоровье смолоду!»

**Ст. воспитатель Жабинцева Л.И.
Воспитатели: Бардышева Т.С.
Самитова М.В.**

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей растущего организма.

Недостаточность двигательных функций у детей проявляется во всех компонентах моторики: в общей, в тонких движениях кистей и пальцев рук, в мимической и речевой моторике, что приводит к плохой координации движений в сложных действиях по самообслуживанию, в трудовых процессах; вызывает затруднения в овладении ручными операциями (письмо, рисование, сказывается на выражении мимики и пантомимики, на формировании выразительной стороны речи, правильного и четкого звукопроизношения). Установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением.

Поэтому организованная своевременная работа по развитию у детей двигательной функции в общей системе коррекционно-развивающих мероприятий становится крайне необходимой и важной. В современных условиях необходимо создавать новую педагогическую ситуацию, связанную с качественным изменением состояния детей, что требует кардинально нового решения:

- использование гибкого охранительного режима
- правильного рационального питания
- создание санитарно-гигиенических условий
- условий для закаливания
- оптимального двигательного режима и соблюдение личной гигиены детей
- обеспечение их физического, психического и эмоционального благополучия

Проблему коррекции и устранения нарушений необходимо рассматривать с позиции оздоровления и обогащения правильно организованной физкультурно-коррекционно-развивающей среды.

БЕЗ ДВИЖЕНИЯ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ ВЫРАСТИ ЗДОРОВЫМ И ПОЭТОМУ «БЕРЕЧЬ ЗДОРОВЬЕ НАДО СМОЛОДУ»!

Так появилась необходимость введения в жизнь детей проекта «Береги здоровье смолоду».

Цель проекта:

формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Задачи проекта:

- формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека;
- формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах;
- расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания;
- развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы-значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»);
- формировать умение оказывать элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме;
- формировать представления о здоровом образе жизни.

Участники проекта:

- дети,
- воспитатели,
- родители,
- инструктор по физкультуре,
- музыкальный руководитель,
- мед.сестра,
- врач,
- ст.воспитатель
- зав. зав. по ВОР.

Сроки реализации проекта:

Сентябрь 2017 - май 2018

План работы с детьми по физкультурно-оздоровительной работы
на 2017-2018 год

Время проведения	Форма работы	Цель
Сентябрь	Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу» Подвижные игры: «Птички и кошка», «Найди себе пару».	ЦЕЛЬ: Научить ребёнка заботиться о своём здоровье.
Октябрь	«Беседа о здоровье, о чистоте» Подвижные игры: «Катание на самокате», «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем».	ЦЕЛЬ: Дать представление детям о значимости двигательной деятельности. Заинтересовать детей укреплять здоровый образ жизни.
Ноябрь	Познавательное развлечение «Быть здоровым хорошо! Болеть плохо!» Подвижные игры: «Найди, где спрятано».	ЦЕЛЬ: Расширить знания детей об особенностях дыхательной системы.
Декабрь	Родительское собрание «Береги здоровье смолоду» Подвижные игры: «Два Мороза».	ЦЕЛЬ: Знания родителей о правильном питании, о профилактике и лечении нервной системы детей, о чистоте.
Январь	Картотека «Сундучок бабушкиных рецептов» Подвижные игры: «Школа мяча».	ЦЕЛЬ: Познакомить родителей с народными средствами для лечения детей.
Февраль	Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук (умывании) и (потешки). Подвижные игры: «Зайка серый умывается»	ЦЕЛЬ: Помочь детям запомнить потешки и прибаутки при умывании и уметь их рассказать
Март	Встреча с «Витамином» (различные игры и гимнастики) Мастер-класс с родителями «Игры которые лечат».	ЦЕЛЬ: Рассказать детям о значении витаминов в жизни человека.
Апрель	Открытое мероприятие «Мой весёлый звонкий мяч» Подвижные игры: «Горячий мяч»	ЦЕЛЬ: Познакомить детей с историей появления и видоизменения мяча, происхождения слова «мяч». Уточнить знания детей о правилах безопасности при игре с мячом. Воспитывать потребность ребёнка получать новую информацию о новых предметах.
Май	Совместное развлечение с детьми и родителями «День спортивного творчества» Подвижные игры: «Стоп»	ЦЕЛЬ: Вызвать у детей и родителей интерес к выполнению физических упражнений с нетрадиционным предметом. Развивать координацию движений, ориентироваться в пространстве. Доставить радость от выполнения занимательных физ. упражнений.

Ожидаемый результат проекта:

У детей:

- сохранение и укрепление физического здоровья детей.
- привитие понятия о здоровом образе жизни.

У родителей:

- совместное участие с детьми в оздоровительных мероприятиях.
- повышение компетентности в вопросах физического развития детей.

У педагогов:

- разработка методического и практического материала по проекту.
- составление конспектов досуга и праздников.
- повышение компетентности в вопросах физического развития детей.

Анкета для родителей

(нужное подчеркнуть)

1. Часто ли болеет ваш ребенок?

2. Причины болезни:

- Недостаточное физическое воспитание в детском саду;
- Недостаточное физическое воспитание в семье;
- Наследственность, предрасположенность.

3. Знаете ли вы физические показатели, по которым можно следить за правильным развитием Вашего ребенка?

да, нет, частично

4. На что, на ваш взгляд, должны семья и детский сад обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребенка:

- Соблюдение режима;
- Рациональное, калорийное питание;
- Полноценный сон;
- Достаточное пребывание на свежем воздухе;
- Здоровая, гигиеническая среда;
- Благоприятная психологическая атмосфера;
- Наличие спортивных и детских площадок;
- Физкультурные занятия;
- Закаливающие мероприятия.

5. Какие закаливающие процедуры наиболее приемлемы для Вашего ребенка:

- Облегченная форма одежды на прогулке;
- Облегченная одежда в группе;
- Обливание ног водой контрастной температуры;
- Хождение босиком;
- Систематическое проветривание группы;
- Прогулка в любую погоду;
- Полоскание горла водой комнатной температуры;
- Умывание лица, шеи, рук до локтя водой комнатной температуры.

6. Знаете ли вы, как укреплять здоровье ребенка дома? _____

7. Нужна ли Вам помощь детского сада?

да, частично, нет

