**Проект "Я здоровье сберегу- сам себе я помогу!"**

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения - одна из главных задач развития страны. Здоровье – не всё, но всё без здоровья ничто! Если есть здоровье – человек радуется, спокойно живет, 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 приемы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт.

**Цель проекта:** Систематизация физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении с вовлечением в нее всех участников образовательного процесса для сохранения здоровья воспитанников, снижения заболеваемости.

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

**Задачи проекта:**

* *Оздоровительная* – подразумевает решение вопросов развития и укрепление костной, мышечной сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, внутренних органов дошкольников, развитие движений, а также закаливание;
* *Образовательная* – формирование у детей навыков гигиены, выполнения основных движений, представлений о режиме, активности и отдыхе, безопасности, правильной осанке; освоение знаний о своем организме, здоровье;
* *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:** долгосрочный

**Участники проекта:** Педагоги ДОУ, дети подготовительной группы, родители

**Проектная идея:** Провести мероприятия по формированию представлений о здоровом образе жизни, организации рациональной 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 здоровому образу жизни.

**План реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Ответственные** |
|   | ***Подготовительный этап*** |   |
| 1. | Родительское собрание “Участвуем в проекте “Если хочешь быть здоров!” (Приложение №1) | Воспитатель |
| 2. | Подбор литературы о профилактике здоровья, о пропаганде вредных привычек. | Воспитатель, родители |
| 3. | Составление плана мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ (Приложение №2) | Воспитатель |
|   | ***Основной этап*** |   |
| 1. | Анкетирование родителей (Приложение №3) | Воспитатель, родители |
| 2. | Проведение спортивного праздника “Папа, мама, я – спортивная семья!” (Приложение №4) | Воспитатель, физ.работник,родители |
| 3. | Проведение в группе “дня здоровья” для детей (Приложение № 5) | Воспитатель |
| 4. | Занятия с детьми:* “Путешествие в страну знаний”
* “С утра до вечера”
* “Красота души и тела”
* “Будем стройные и красивые”

(Приложение № 6) | Воспитатель |
| 5. | Рисование на тему: “Виды спорта” | Воспитатель |
| 6. 7.8. | Оформление альбома: “Виды спорта”Формы работы с родителями. Перспективное планирование (Приложение № 7)Досуг для детей “Веселые эстафеты” (приложение № 8)***Заключительный этап*** | ВоспитательВоспитатель Воспитатель |
| 1. | Оформление плакатов “здоровый образ жизни”  | Воспитатель, родители |
| 2. | Выставка рисунков детей: “Виды спорта” | Воспитатель |
| 3. | Подведение итогов реализации проекта | Воспитатель |

[*Приложения 1–8*](http://festival.1september.ru/articles/621774/pril.doc)

**Список литературы.**

1. Дик Н.Ф. Развивающие занятия по экологии для дошкольников. – М.: “Русское слово”, 2006

2. Журавлева Л.С. Занятия по экологии и ознакомлению с окружающим миром. Солнечная тропинка. – М.: “Мозаика – синтез”, 2006

3. Морозова И.А., Пушкарева М.А. Ознакомление с окружающим миром. – М.: “Мозаика – синтез”, 2007