**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска детский сад №15 «Солнышко»**

Проект по реализации мероприятий региональной инновационной

площадки (РИП) «Добрые тропинки» на 2020-2021 учебный год

**Направление:** «В здоровом теле – здоровый дух»

**Название:** «Здоровые дети – в здоровой стране»

Ответственные педагоги:

Воспитатель Чунковская Е.Г.

ВоспитательПасюта В.С.

Воспитатель Мартюшева Ю.В.

Воспитатель Сайдылова Ф.С.

Воспитатель Денисенко С.В.

Инструктор по физической культуре Рожновская Т.Е.

г.Нижневартовск, 2020

**Введение**

*«Прекрасное в человеке немыслимо без представления*

*о гармоничном развитии организма и здоровье человека»*

*Н.Г. Чернышевский*

Здоровье – это сложное понятие, которое включает характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. Здоровые дети - это основа жизни нации.

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования направлен на решение множества задач, одной из них является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Проблема укрепления здоровья дошкольников актуальна в настоящее время. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, сами будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Вот почему в детском саду следует воспитывать у ребенка привычку к соблюдению режима дня, чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению культурно-гигиеническим навыкам, вырабатывать привычку к ежедневным формам закаливания и двигательной активности, углублять и систематизировать представления о факторах, влияющих на состояние здоровья и здоровья окружающих. Именно поэтому в дошкольном учреждении любая деятельность (игровая, спортивная, досуговая и т.д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни.

Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации. Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

**Основная часть**

**Цель проекта:**Формирование у детей представлений об основах здорового образа жизни, осознанного и ответственного отношения к собственному здоровью, к здоровью окружающих, развитие интереса к физической культуре, активизация работы с семьёй воспитанников по проблеме формирования привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

*Образовательные*:

- совершенствовать здоровьесберегающее пространство;

- расширять и обогащать опыт детей по способам и правилам сохранения его здоровья;

- продолжать приобщать родителей к активной совместной работе и объединять совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию воспитанников;

- расширять и обогащать опыт родителей по способам и правилам сохранения здоровья детей.

- прививать привычку повседневной физической активности;

*Развивающие*:

- содействовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости);

- повышение активности и общей работоспособности;

*Воспитывающие*:

- формировать интерес к образовательной деятельность по физической культуре;

- воспитывать дружеские чувства;

- воспитывать интерес к физкультуре и спорту;

- способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима дня, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

*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.

**Срок реализации проекта:** 2020 – 2021 учебный год

**Ожидаемые результаты:**

Дети:

- проявляют интерес к двигательной активности, понимают значение движений в жизни человека;

- выполняют самостоятельно навыки самообслуживания, гигиенические процедуры (умываются, чистят зубы и т.д.);

- соблюдают правила бережного отношения к своему здоровью (едят только мытые овощи и фрукты, моют руки с мылом, т.д.);

- проявляют интерес к себе (рассматривают свои фотографии в разных возрастах и ситуациях), рассказывают о себе, своем внешнем виде;

- осознают значение безопасного для здоровья поведения;

- используют полученные знания в повседневной жизни, в учреждении дошкольного образования и дома.

Педагоги:

- владеют эффективными методами и приёмами по формированию основ здорового образа жизни в работе с детьми, родителями, педагогами;

- используют здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе.

Родители:

- активизируют свои знания по вопросам формирования основ здорового образа жизни у детей;

- придерживаются единых с учреждением требований в вопросах формирования у детей представлений и навыков здорового образа жизни;

- организовывают активный досуг для сохранения и укрепления здоровья детей в семье.

**Краткая аннотация проекта**

«Здоровье - это вершина, которую должен каждый покорить сам» - так гласит восточная мудрость.Наша задача, как педагогов - научить детей покорять эту вершину.

Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом. С сильным умом, в сильном теле можно добиться любых успехов, любых высот.

**Этапы реализации проекта**

Iэтап–подготовительный

* Теоретическое изучение проблемы, анкетирование
* Сбор информации по теме проекта, его трансляция в образовательном учреждении
* Создание методических памяток и рекомендаций, выпуск газеты

II этап – основной

**План мероприятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название проекта** | **Мероприятия, запланированные в рамках проекта** |
| I | **«Дети на тропе здоровья».**Цель: Формирование у детей интереса и привычки к здоровому образу жизни посредством природных факторов: солнце, воздух, вода. | **Работа с детьми:**- Босохождение- Дыхательная гимнастика- Беседа «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»- Спортивный досуг «Здоровый образ жизни нашей семьи»- Аппликация «Тропа здоровья»- Просмотр мультимедийной презентации «Гигиенические и закаливающие мероприятия»- Гимнастика после сна - Сюжетно – ролевая игра «Поликлиника»**Работа с родителями*** Вовлечь родителей в работу над проектом.
* Консультация для родителей: «Виды закаливания»
 |
| II | **«А ну – ка мальчики, а ну – ка девочки»**Цель: создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья, через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни. | **Работа с детьми:**- Спортивный досуг «А ну – ка, девочки, а ну - ка мальчики!» - Спортивно – музыкальный праздник «Мы будущие солдаты»- Беседа «Зимние игры и забавы» - Катание на лыжах - Рисование «Мы любим спорт»- Ознакомление с художественной литературой по теме: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», заучивание стихов, загадок, пословиц и поговорок о спорте- рассматривание картин и иллюстраций про спорт**Работа с родителями*** Вовлечь родителей в работу над проектом.
* Участие в конкурсе коллажей «Здоровые дети – в здоровой семье, здоровые семьи – в здоровой стране».
 |
| III | **«Здоровое питание – основа процветания».**Цель: пропаганда здорового питания среди детей и родителей.Создание условий для формирования знаний детей и их родителей о правилах правильного питания. | **Работа с детьми:****-** Беседа «Полезные продукты» - Витаминный коктейль- Лепка «Овощи и фрукты»- Сюжетно – ролевая игра «Повар»- Дидактическая игра «Полезно - не полезно», «Вершки и корешки», «Съедобное - не съедобное»- Пальчиковая игра "Апельсин", "Капуста"- Просмотр мультимедийной презентации «Здоровое питание дошкольника»- Аппликация «Корзинка с овощами»**Работа с родителями*** Вовлечь родителей в работу над проектом.
* Информационная газеты для родителей «Правильное питание детей дошкольного возраста»
 |

III этап - заключительный

Мониторинг реализации проекта будет представлен в виде отчета проектной группой в конце учебного года, с приложение фотографии и ссылок на публикации информационных материалов (если таковые имеются).

**Список использованных источников:**

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г., «Разговор о правильном питание» [Текст] : Методическое пособие для педагогов. Москва ОЛМА медиа группа, 2008.
2. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М. : Мозаика-Синтез, 2005.
3. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Учебное пособие /– М, Академия, 2001 г./
4. Чупаха, И.В. Программа «Здоровый ребёнок» в рамках реализации программы «Здоровьесберегающие технологии» / Научно – практический сборник инновационного опыта. Ставрополь: «Народное образование», 2003 г.