****

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение –**

**детский сад комбинированного вида № 1 «Ручеек»**

**Барабинского района Новосибирской области**

**«Азбука здоровья»**

 ***Составители:***

 **Воспитатели ВКК:**

 **Чепелева Е.А.,**

**Леонова Т.В.**

**Барабинск**

******

***Паспорт проекта***

**Название проекта: «Азбука здоровья»**

**Авторы проекта:** Чепелева Е.А., Леонова Т.В.*- воспитатели ВКК*

**Вид проекта:** познавательно – творческий, информационный.

**Продолжительность:** среднесрочный (3 месяца).

**Сроки реализации проекта:** сентябрь - ноябрь 2020 года.

**Участники:** воспитатели, дети, родители

**Возраст детей:** 6-7 лет.

**Актуальность.**

Человек – совершенство природы. Но для того, чтобы он мог пользоваться благами жизни, наслаждаться её красотой, очень важно иметь здоровье. К сожалению, в наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. Особую тревогу вызывают физическое развитие и состояние здоровья подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляется отклонения в состоянии здоровья.

Как сделать, чтоб сохранить и укрепить здоровье детей? Здоровье детей – забота всех и надо её решать комплексно и сообща.

Одним из путей решения этой проблемы является организация совместной работы педагогов и родителей в этом направлении. Формируя у детей представление о здоровье, как об одном из главных ценностей жизни, мы учим их беречь и укреплять своё здоровье.

**Цель проекта:**  Взаимодействие ДОУ и семьи  в здоровьесбережении детей  дошкольного возраста; приобщение детей к здоровому образу жизни, формированию осознанного отношения к своему здоровью.

**Задачи:**

**Для детей:**

***Образовательные:*** формировать представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формировать двигательные умения и навыки, совершенствовать двигательные способности**.**

***Развивающие****:* развивать психофизические качества, двигательную активность;

***Воспитательные:*** воспитывать интерес к спорту, занятиям по физической культуре.

**Для педагогов:**

* Повысить мотивацию и профессионализм педагогов в области оздоровительной деятельности, с целью снижения уровня заболеваемости детей;
* Создать условия для обмена опытом семейного воспитания, для дальнейшего взаимодействия с семьями воспитанников с целью сотрудничества.

**Для родителей:**

* Повысить педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.

**Взаимосвязь образовательных областей в работе над проектом «Азбука здоровья»:**

* познавательное развитие;
* речевое развитие;
* социально-коммуникативное развитие;
* физическое развитие;
* художественно-эстетическое развитие.

**Ожидаемый результат:**

**Для детей:** расширение знаний детей о здоровье, проявление интереса к здоровому образу жизни;

**Для педагогов:** самореализация, повышение компетентности по использованию в образовательном процессе современных педагогических технологий.

**Для родителей:** повышение компетентности родителей в вопросах сохранения здоровья и здорового образа жизни; активное участие в жизнедеятельности ДОУ.

**Продукт проектной деятельности:**

* Фотоальбом группы «В здоровом теле — здоровый дух»;
* Картотеки игр, загадок, пословиц и поговорок, стихов о здоровье, спорте;
* Спортивный квест «Искатели клада»
* Создание семьёй Мяснянкиных тревел-бука «Полезное блюдо русской кухни!» (*Победители районного конкурса в рамках Всероссийского дня здоровья*).

**Форма проведения итогового мероприятия:** Спортивное мероприятие «Праздник здоровья».

**Этапы проекта:**

***I этап – подготовительный:***

* подобрать методическую, научно- популярную литературу, иллюстративный материал по данной теме;
* привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста;

***II этап – основной:***

* разработка комплекса мероприятий;
* разработка методических рекомендаций по формированию здорового образа жизни воспитанников;
* организация работы с родителями;

***III этап – заключительный:***

Проведение спортивного мероприятие «Праздник здоровья».

****

**Реализация проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Работа педагогов*** | ***Работа с детьми***  | ***Работа с родителями*** |
| *Подготовительный этап* |
| - Сбор информации по данной теме.- Подбор иллюстраций, сюжетно-ролевых игр, дидактических игр по данной теме.- Подбор художественной литературы по данной теме. | Опрос детей «Что такое здоровье»? | Анкетирование «Физическая культура и здоровье нашей семьи» |
| *Основной этап* |
| - Рассматривание с детьми иллюстраций по данной теме.- Реализация подобранного методического материала - **Ежедневно**Физкультминутки, музыкальные минутки, релаксация, утренняя, пальчиковая, дыхательная гимнастика, гимнастика пробуждения, физкультурные занятия, комплексы по профилактики плоскостопия и нарушения осанки, прогулки на свежем воздухе, подвижные игры и игровые упражнения по желанию детей**http://www.playcast.ru/uploads/2017/05/10/22550079.pngОздоровительно – профилактические мероприятия**:полоскание рта после еды, хождение и массаж стоп на дорожках здоровья, гимнастика после сна, гимнастика для глаз**Создание:** Картотека игр «Здоровье и безопасность»,Картотека игр по формированию здорового образа жизни | Рассматривание иллюстраций о здоровом образе жизни.**Беседы**: «Где прячется здоровье?«Мой режим дня», «Зачем нужна еда?»«Береги здоровье смолоду»«Наша осанка»«Наши верные друзья», «Личная гигиена- залог здоровья», «Гигиена полости рта», «Грязные руки грозят бедой», «Чтобы зубы не болели», «О полезных и вредных привычках», «Почему люди болеют», «Почему случаются травмы», «Опасные домашние предметы».*Беседа – размышление*: «Что такое здоровый образ жизни».**Дидактические игры:** -«Опасно – неопасно», «Если я сделаю так…», -«Что такое хорошо, что такое плохо», -«Съедобное –несъедобное», -«Вредно – полезно»-«Расскажи по алгоритму»**Сюжетно – ролевые игры:** «Больница», «Поликлиника», «Мишка заболел», «Научим куклу мыть руки», «Доктор Айболит в гостях у ребят», «Аптека».**Чтение худ. лит.:** Т.А.Шорыгина «Про девочку Таня и о ее режиме дня» -А. Барто «Я расту», «Мы с Тамарой санитары»-А. и П. Барто «Девочка чумазая» -К.Чуковский «Мойдодыр», «Айболит» -В. Катаев «Цветик – семицветик» -А. Кардашова «Наш доктор» -Ю. Олеша «Три толстяка» -С. Михалков «Не спать»Загадывание загадок**Изо-деятельность:** Рисование: «Вкусные дары щедрой осени», «Консервирование фруктов».Аппликация: «Овощи и фрукты».Лепка: «Овощи в корзине».Конструирование: «Стадион», «Больница для кукол»**Мультсеансы:**«Мойдодыр»; «Айболит»;http://www.playcast.ru/uploads/2017/05/10/22550079.png«Смешарики» из серии Азбука здоровья**Спортивные праздники:**- «Здоровье – это здорово!» - «Чтоб здоровье сохранить – научись его ценить!» - «Искатели клада» (квест)  | Оформление уголка здоровья; **Консультации:** «Всё о детском питании», «Методы укрепления психофизического здоровья детей», «Бережём здоровье с детства или 10 заповедей здоровья», «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить»**Памятки, советы родителям:** «Салаты каждый день – вкусно и полезно!», «Как сохранить осанку?», «Полезные советы при простуде», «Помните, здоровье начинается со стопы», «Немного о закаливании», «Формирование здорового образа жизни», «К здоровью вместе» «Одежда для прогулок» **Папки -раскладушки:** «Здоровье детей в д/саду», «Закаливающий массаж подошв» «Игровой массаж для закаливания дыхания»  |
| *Заключительный этап* |
| - Проведение «Праздника здоровья».- Создание фотоальбома «В здоровом теле — здоровый дух».- Привлечение родителей к созданию альбомов, тревел- буков и т.п. по теме.  | Участие детей в «Празднике здоровья» | Помощь в подготовке праздника и создании альбома «В здоровом теле — здоровый дух». Создание семейного тревел- бука «Полезное блюдо русской кухни!» (семья Мяснянкиных) |