**Проект «Будьте здоровы!»**

 **для средней группы детского сада.**

Автор проекта: Воспитатель Борискина Н.И.

 Продолжительность проекта: краткосрочный (1 неделя)

Проблема:

 Уделять особое внимание воспитателей и родителей формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни;

Обоснование проблемы:

- неосведомленность родителей о важности закаливания детей

 - недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста, - невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье

- занятость родителей

Цель:

Повысить стремление родителей использовать двигательную деятельность с детьми для формирования основ здорового образа жизни. Довести до сознания детей и родителей по средствам занятий по укреплению здоровья в разных видах деятельности, путем практического применения закаливающих процедур, игр, упражнений на воздухе во время прогулки.

Задачи:

 -для детей:

 1) укреплять и охранять здоровье детей;

 2) формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;

 3) дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни;

 4) дать представление о полезной и вредной пищи для здоровья человека.

-для педагогов:

 1) установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;

 2) создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки в проблемы друг друга;

 3) активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

-для родителей:

 1) дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены и т.д.;

 2) способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;

 3) заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

Участники проекта: воспитатели, дети, родители.

Данный проект захватывает образовательные области:

**«физическое развитие»** работа с детьми в режимных моментах.

Профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопие, зрение)

Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»

Воздушно-контрастное закаливание.

**«Познавательное развитие»**

Беседы: Беседа «Витамины я люблю – быть здоровым я хочу!», «Беседа о здоровье и чистоте».

Д/и: Дидактическая игра «Чтобы быть здоровым, я буду…», « Много – мало», «Волшебная кастрюля»

**«Речевое развитие»**

Заучивание пословиц, поговорки о здоровье.

 «Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук, умывании (потешки)

**«Чтение художественной литературы»**

Чтение худ. произведений: К. Чуковский «Мойдодыр», «Девочка чумазая»,

**«Художественно-эстетическое развитие»**

Просмотр развивающих мультфильмов « Азбука здоровья» (Смешарики)

« Мойдодыр».

Разучивание песни «Если хочешь быть здоров - закаляйся».

Проведение подвижных игр по теме: « Кто лучше прыгнет?», «Перебежки»,

« Попади в цель».

 Рассматривание иллюстраций, фотографий о здоровье.

Сюжетно – ролевые игры « Семья», « Больница».

- Игры в физкультурно-оздоровительном уголке.

**Взаимодействие с родителями:**

Консультации: « Режим дня», «Зелёный лук на окне».

Привлечение родителей к изготовлению чесночных бус.

Папка – передвижка « Витамины я люблю, быть здоровым я хочу».

Индивидуальные беседы о физических качествах и умений, навыков каждого ребёнка, о значении совместной двигательной деятельности с детьми

**Работа по совместной деятельности родителей и детей:**

Спортивное развлечение « Мама, папа, я – дружная семья».

Организована фотовыставка «Путешествие в страну здоровья».

 **Результаты проекта:**

1. У большинства детей сформированы основы гигиенических навыков;

 2. Дети ежедневно слышат информацию о полезной и вредной пищи для здоровья человека (во время завтрака, полдника, обеда, ужина), о ценности здоровья (подвижные игры, физминутки, различные виды гимнастик).

 3. Родители выразили желание приобрести массажные дорожки для группы и дома;

4. Родителей с огромным желанием приняли участие в спортивном развлечении.

 5. Установлены партнерские отношения с семьями детей группы;