Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №49 комбинированного вида г. Владикавказа

**Проект по ЗОЖ в старшей группе "А** "

**В здоровом теле - здоровый дух!**

Воспитатель: Реутовская И . А.

Владикавказ 2023г.

**Проект по ЗОЖ в старшей группе "А** "

***В здоровом теле - здоровый дух!***

дата реализации с 1 марта-30 мая

**Актуальность** **проекта** :

«Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдёшь до самой старости!» - так гласит народная мудрость. К сожалению, в наш стремительный век новейших технологий, разработок и исследований, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. В последние годы негативные процессы стали угрожать нашему здоровью. Особую тревогу вызывают состояние здоровья и физическое развитие подрастающего поколения. Свыше чем у 60% детей в возрасте 3-7 лет выявляются отклонения в состоянии здоровья.

Как помочь ребёнку реализовать своё право на здоровье и счастливую жизнь?

Одним из путей решения этой проблемы является организация работы по воспитанию сознательного отношения к своему здоровью. Здоровье и физическое воспитание – взаимосвязанные звенья одной цепи. Важно и необходимо обратиться к системе физического воспитания дошкольников, чтобы выявить основные задачи и методы воспитания здорового ребёнка и то место, ту роль, которая отводилась самому дошкольнику в деле собственного оздоровления.

Есть многие причины – от нас независящие, и изменить что-либо не в наших силах. Но есть одна, на наш взгляд, очень важная – это формирование у детей дошкольного возраста потребности в сохранении и укреплении своего здоровья.

Для реализации данного направления был разработан **проект** «В здоровом теле - здоровый дух! для работы с детьми **подготовительной группы "Б"**

Проблемой формирования здорового образа жизни занимаются учёные из различных областей: педагогики, психологии, экологии, медицины. На важность проблемы формирования представлений у детей дошкольного возраста о здоровом образе жизни указывают исследования: М. В. Антроповой, А. И. Антонова, А. М. Амосова и др. Но, несмотря на то, что проблему исследовали многие педагоги, нам кажется, что в практику не всегда и везде внедряются предложенные ими технологии и методы. Современные условия жизни предъявляют высокие требования к состоянию здоровья детей. Анализ литературы показал, что модель формирования представлений здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ и семьи проработана недостаточно. Причиной недостаточной сформированности представлений детей о здоровом образе жизни, культуры здоровья человека также является родительская безграмотность в этом вопросе.

Этим и объясняется выбор темы **проекта** : ***«В здоровом теле -здоровый дух!»***

**Цель** **проекта** : сформировать у детей старшего дошкольного возраста основы здорового образа жизни.

**Задачи проекта** :

1. Отобрать методический материал, методы и приёмы по здоровому образу жизни, современные технологии.

2. Изучить и проанализировать представления детей о здоровом образе жизни.

3. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

4. Развивать у детей желание заниматься спортом.

5. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

**Этапы** **проекта** :

I. ***Подготовительный****.*

1. Постановка проблемы, определение цели и задач работы. Активизировать интерес детей к здоровью человека и своему собственному.

2. Подбор методической литературы, подвижных и дидактических игр, иллюстрированного материала по данной проблеме.

3. Привлечение внимания родителей к проблеме оздоровительной работы с детьми.

***II. Основной.***

1. Использование разработанных мероприятий в работе с детьми.

2. Организация работы с родителями.

3. Беседы "Зачем нужны витамины","Зачем людям спорт"

4. загадки про спорт

***III. Заключительный.***

1. Создание альбома *«Виды спорта»*.

2. Тематическая выставка детских рисунков.

3. Развлечение *«Веселые старты»*.

Предполагаемый результат:

Появление интереса детей к здоровому образу жизни; сохранение и укрепление здоровья детей; активное включение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

Участники **проекта** :

Дети 5-6 лет, родители, воспитатели, воспитанию.

Тип **проекта** : творческий.

Срок реализации: краткосрочный.

Вид **проекта** : познавательно – творческий.

Состав участников: **групповой**.

Масштаб **проекта** : в **группе** с детьми с использованием спортивного зала и спорт. оборудования на участке.

Ресурсы:

Материально – технические: спортивный инвентарь.

Информационные: методическая литература, интернет порталы, различные энциклопедии для дошкольников.

**Итог**: У детей появляется любовь к здоровому образу жизни; сохранение и укрепление здоровья детей; активное включение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.