**Паспорт долгосрочного проекта «Я здоровым быть хочу!»**

**Актуальность.**

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Законы РФ N 273-ФЗ «Об образовании», N 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России N 468 «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», N 942 «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации.

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Особенно остро эта задача стоит в младшем дошкольном возрасте, когда дети приходят в детский сад и переживают период адаптации к новому обществу педагогов и детей. Поэтому особое внимание, педагоги детского сада посредством родителей детей, уделяют формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания вокруг него потребности и привычки здорового образа жизни; стараются создать воспитательное условие, которое стало бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребенка.

**Цель проекта*:***

формирования основ здорового образа жизни у детей младшего дошкольного возраста.

**Задачи проекта**: формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни; прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию; повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.

**Для детей:**

* укреплять и охранять здоровье детей;
* прививать, закреплять и отрабатывать культурно-гигиенические привычки;
* формировать навыки здорового образа жизни;

**Для родителей:**

* повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка;
* способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с детьми;
* дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пище, о соблюдении навыков гигиены.

**Для педагогов:**

* установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединить усилия для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни;
* создать атмосферу общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
* активизировать и обогащать воспитательные умения родителей, поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.

**Материальное обеспечение проекта**: изготовлены ортопедические дорожки «здоровья», мешочки с песком, тренажеры для дыхательной гимнастики, «чупчики», разнообразные воланчики, пластиковые гантели, пластиковые лыжи, дорожка-лабиринт, маски – шапочки.

**Продукты проекта:**

* Изготовление, совместно с родителями, нетрадиционного физкультурного оборудования.
* Стенгазета «Ученики Мойдодыра».
* Видеоотчеты по каждому этапу проекта.

**Ожидаемые результаты:**

* Укрепление здоровья, снижение заболеваемости у детей, посещающих детский сад.
* Увлечение детей спортивными и подвижными играми.
* Возросший интерес родителей к вопросам воспитания здорового, активного ребенка.
* Улучшение здоровьесберегающей среды в детском саду и дома, обеспечивающей комфортное пребывание ребенка и в детском саду и дома.

План работы по проекту «Я здоровым быть хочу!»

Сентябрь. Изучение и подготовка материалов. Подготовка анкеты для родителей с вопросами, направленными на понимание вопросов ЗОЖ и спортивных интересов семьи.

Октябрь. Знакомство, отработка и закрепление алгоритма мытья рук (игровые приемы при мытье рук). Фото – алгоритм с детьми группы.

Обратная связь: собрать фотоколлаж «Моем руки дома, соблюдая правила».

Ноябрь. Овощи/фрукты – источник витаминов.

Памятка для родителей «О пользе фруктово-овощных соков. Сок - здоровья».

Практическое занятие в ДОУ: Как получается сок из фруктов/овощей? И в домашних условиях.

Обратная связь: Фотоколлаж «Готовим полезный сок дома».

Дид. игра «подбери верно» (соотнесение муляжей и настоящих овощей и фруктов».

Декабрь. Профилактика простудных заболеваний.

Закаливание в ДОУ (тропа здоровья, воздушные ванны и пр.)

Рекомендации для родителей «Какие приемы закаливания можно применить в домашних условиях».

Обратная связь: дорожки здоровья для домашнего использования из «подручных материалов».

Январь. Подготовка к прогулке с соблюдением основных правил. Безопасное поведение на улице во время прогулки, при использовании спортивного снаряжения (коньки, лыжи, санки и пр.) в зимний период.

Семейные фото/видео с зимних прогулок.

Февраль-март. Огород на подоконнике в ДОУ (февраль). Огород на подоконнике в домашних условиях (март).

Консультация для родителей «Значение экологического воспитания в младшем дошкольном возрасте».

Обратная связь: фотоколлаж «я вырастил(а) лук».

Апрель-май. Подведение итогов по проекту «Я здоровым быть хочу!».

Анкета для родителей.

1.Фамилия, имя, отчество родителя (законного представителя) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия, имя и возраст ребенка: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.Знаете ли Вы алгоритм (последовательность) мытья рук? Применяете ли этот алгоритм с детьми дома? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3.Знаете ли Вы о пользе фруктовых и овощных соков? Делаете ли соки дома сами? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.Проводите ли профилактику простудных заболеваний в домашних условиях? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5.Какие развлечения на улице предпочитаете с детьми?

В зимний период:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В летний период: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В межсезонье: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6.Проводите ли Вы дома с детьми и самостоятельно (для себя) закаливающие мероприятия?

7.Какой физической деятельностью предпочитаете заниматься (футбол, хоккей, йога, фитнес, сноуборд, плавание, настольный теннис и прочее)? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8.Выращиваете ли Вы что-нибудь из овощей на подоконнике в зимний период и ранней весной? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9.Делаете ли Вы дома утреннюю гимнастику? Мама? Папа? Дети /ребенок? Взрослый вместе с ребенком? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Благодарим за ответы!