**План – проект «Семья и детский сад – едины, ведь в здоровье – наша сила!»**

**Цель:** Установление сотрудничества детского сада и семьи по проблемам укрепления физического и психического здоровья.

**Задачи:** Создать совместно с детским садом и семьей условий по воспитанию физически здорового ребенка. Формировать у детей потребность к здоровому образу жизни и представления о различных видах спорта. Развивать потребность к движению. Воспитывать понимание о необходимости беречь свое здоровье.

**Участники проекта**: дети старшей группы 5-6 лет, родители, воспитатели.

**Вид проекта:** познавательно- игровой, долгосрочный (октябрь-май)

**Ожидаемый результат:**

Дошкольники должны понимать ценность здоровья и необходимость двигательной активности;

дошкольники должны уметь выполнять физические упражнения профилактической направленности.

Выполнение проекта:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| I этап: Организационно- подготовительный | | | |
| 1. | Анкетирование родителей  « Значение физического воспитания в семье».  Диагностика детей используя дидактическую игру «Я – спортсмен» | Цель: Выявить играют ли родители с ребенком дома. В какие подвижные игры предпочитают играть их дети?  Цель: Выявить знания детей о видах спорта? | Октябрь  Октябрь |
| 2. | Выступление на родительском собрании «Физическое воспитание в семье»  Размещение консультаций для родителей на сайте детского сада (интернет - ресурсы) | Цель: Довести до сведения родителей о значении физкультуры в развитии ребенка.  Цель: просвещение родителей | Ноябрь  Ноябрь |
| 3. | Консультация для родителей «Пропаганда здорового образа жизни в семье» | Цель: Сформировать интерес у родителей по созданию условий для реализации проекта. | Декабрь |
| **II этап : Содержательно - аналитический** | | | |
| 4. | Оформление уголка для родителей «Во что и как можно играть с ребенком дома?» | Цель: Формировать интерес к спортивным и подвижным играм в домашних условиях. | Январь |
| 5. | Выполнение с детьми комплексов упражнений с лентами, обручами, мячами и т.д.  Выполнение ритмической гимнастики. | Цель: укреплять мышцы спины и сводов стоп. | В течение года |
| 6. | Проведение с детьми физкультурных занятий по разным темам: «Мой друг мяч», «За здоровьем мы идем» и т.д. | Цель: повышение оздоровительного эффекта с постепенным увеличением физических нагрузок. | В течение года |
| 7. | Целевая прогулка в бассейн и спортивную школу | Цель: Повышение интереса к различным видам спорта. | Март |
| 8. | Оформление фотовыставки с привлечением родителей «Я здоровье берегу – сам себе я помогу!» | Цель: показать важность и значение здорового образа жизни | Апрель |
| 9. | Пополнение физкультурного зала спортивным и нестандартным оборудованием | Цель: с помощью развивающей среды повысить интерес к физкультурным занятиям | Апрель |
| 10. | Разучивание стихов и песен о спорте | Цель: познакомить детей со спортивной терминологией: хоккеист, водное поло, фигурист и т.д. | В течение года |
| 11. | Знакомство со спортсменами Саратовской области | Цель: познакомить детей с выдающимися людьми в спорте | Май |
| **III этап: контрольно- аналитический** | | | |
| 12. | Анкетирование родителей «Оценка уровня физического развития ребенка» | Цель: выявить уровень развития ребенка (итоговая диагностика) | Май |
| 13. | Совместный спортивный праздник детей и родителей «Мы самые спортивные» | Цель: Продолжать укреплять взаимоотношения детей и родителей в условиях детского сада. | Май |
| 14. | Оформление отчета по реализации проекта | Цель: Выявить положительные и отрицательные стороны проекта. Наметить план работы на будущее. | Май |