**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«БОЛЬШЕУКОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 1»**

**БОЛЬШЕУКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**ОМСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Педагогический проект по здоровье сбережению в старшей группе**

**«Детский сад – территория здоровья»**

                               .

**Воспитатели группы:**

***Чернова Ирина Дмитриевна***

***Дмитриева Марина Владимировна***

с. Большие -Уки, 2020

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей*

*зависит их духовная жизнь,*

*мировоззрение, умственное развитие,*

*прочность знаний, вера в свои силы»*

*В. А. Сухомлинский*

Здоровье – это сложное понятие, которое включает характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности. Здоровые дети - это основа жизни нации. Выдающийся педагог, автор «Педагогики Сердца» Я. Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они повыпадывали бы все из окон, поутонули бы, попали бы под машины, повыбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься». Действительно, только мы, взрослые, можем научить детей следить за своим здоровьем, беречь его.

**Назначение проекта**:

Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации. Проект направлен на становление ценностного отношения к  здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

**Актуальность проекта:**

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из главных задач дошкольного образования. От состояния здоровья детей зависит благополучие современного общества. Проблема здоровья приобрела в последнее время особую актуальность. Количество детей с нарушением физического, психического, речевого развития увеличилось. Причин много: неблагополучная экологическая, экономическая обстановка, недостаточная осведомленность родителей в вопросах воспитания у детей здорового образа жизни (снижение активности, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня). Поэтому мы решили уделить этому больше внимания.

**Вид проекта:** практико-ориентированный

**По содержанию:** социально - педагогический

**Участники проекта:** дети 5-6 лет (старшая группа), воспитатели, родители.

**По времени проведения:** 2019-2020 учебный год (долгосрочный).

**Цель проекта:** формирование у дошкольников основ здорового образа жизни через единый комплекс здоровье сберегающей деятельности.

**Задачи проекта:**

- формировать знания о здоровом образе жизни, о пользе физических упражнений и спорта в жизни человека;

- создать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников;

- повысить интерес родителей путем просветительской работы к участию в оздоровительных мероприятиях.

**Содержание проекта:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Виды деятельности | Содержание |
| 1 | Изучение тематики, формулировка проблемы. | Раскрытие новых эффективных форм взаимодействия ДОУ и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. |
| 2 | Ежедневная профилактика | Утренняя гимнастика «Мы здоровые ребята», «Здоровячок»;  Самомассаж «Кошка Мурка», «Витаминка»;  Водные процедуры «Здоровей-ка»;  Гимнастика после сна «Вот какие мы большие», «К котёнку в гости» и др.;   Ходьба по дорожкам здоровья. |
| 3 | Беседы | «Чтоб здоровым быть всегда, нужно заниматься!»;  «Если хочешь быть здоров!»;  «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»;  «Беседа о здоровье, о чистоте»;  Беседа-игра, включающая прибаутки, используемые при мытье рук умывании (потешки);   «Здоровая пища», «Как вести себя в поликлинике»,  Сказка-беседа «Мойдодыр». |
| 4 | Игры | Игры на развитие двигательной активности «Догони меня»; «Ловишки».  Малоподвижные игры «Грибок», «Вот по ягоды пошли»;  Сюжетно-ролевые игры «Больница», «У зубного врача»;  Дидактические игры «Что кому нужно для работы», «Определи место для предмета». |
| 6 | Прогулка и физкультура на прогулке | Подвижные игры;  Лазанье по гимнастической лестнице;  Закаливающие процедуры, дыхательная и артикуляционная гимнастика. |
| 8 | Досуги, развлечения | «К деду Морозу в гости»  «Поможем кошке»  Спортивный праздник «Мама, папа я – спортивная семья» |
| 9 | Работа с родителями | Консультация «Физкультурное оборудование своими руками», «Семь родительских заблуждений о морозной погоде» и др;  Индивидуальные беседы о физических умениях и навыках каждого ребенка, о значимости совместной двигательной деятельности с детьми и т. д.;  Наглядность в виде информационных файлов «Семь условий здорового ребенка», «Будь здоров!» и др;  Картотека «Чтоб улыбка сияла»; «Всё о дыхательной гимнастике», артикуляционная гимнастика;  Мастер-класс для родителей: «Если хочешь быть здоров – закаляйся».  Семинар-практикум для родителей на тему: «Здоровый ребёнок - успешный ребёнок».  Создание книжек-малышек «Моя копилка здоровья»;  Утренняя гимнастика «Зоопарк» – проводят воспитатели совместно с родителями  Коллаж «Быть здоровым – здорово!» |
| 10. | Анализ проделанной работы | Совместно с родителями выявить положительные результаты проделанной работы, проанализировать недостатки. |

**Этапы реализации проекта:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы реализации проекта** | **Участники проекта** | **Сроки** | **Содержание работы** |
| **I. Подготовительный**  -проведение анализа нормативно-правовой базы и приведение её в соответствие с законом «Об образовании», изучение понятий, касающихся темы проекта;  -мониторинг уровня заболеваемости детей на начало учебного года;  -блиц – опрос детей;  -изучение условий реализации проекта;  -привлечение родителей к участию в проекте;  -определение цели и задач;  -анкетирование родителей;  **-**разработка перспективного плана работы с родителями  -разработка перспективного плана организации физкультурно-досуговых мероприятий. | Воспитатель, родители, дети | Сентябрь 2019 г. | Анкетирование родителей «Здоровье вашего ребенка»;  Блиц – опрос детей «Что я знаю о своем здоровье?»;  Мониторинг детей на начало учебного года. |
| **II.    практический**  -проведение цикла тематических физкультурных занятий с включением валеологического компонента;  -проведение цикла тематических бесед;  -проведение туристических походов совместно с родителями;  -проведение спортивных праздников, досугов и развлечений с родителями.  -организация просветительской деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки ЗОЖ, организации активного отдыха в семье;  - день здорового ребёнка «Модуль здоровья»;  -оформление коллажа совместно с родителями;  -подготовка выставки детских рисунков;  -создание альбома детских рассказов | Воспитатель, родители, дети | Октябрь – апрель 2019 – 2020 г.г. | Туристический поход «В гости к Лешему»;  Физкультурный праздник «В сказку за здоровьем», досуг «Будь, здоров!», развлечение «В гости к Айболиту», «Мой весёлый звонкий мяч»;  Альбом детских рассказов «Я люблю спорт»;  Выставка детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим»;  Оформление коллажа «Быть здоровым – здорово!»  «Модуль здоровья» |
| **III  заключительный**  -подведение итогов реализации проекта;  -проведение недели здоровья с педагогами и детьми;  -заключительный спортивный праздник;  - анкета для родителей;  -исследование эффективности проводимой работы на основе анализа мониторинга;  -мультимедийная презентация опыта по итогам реализации проекта. | Воспитатель, родители, дети | Май 2020 г. | Недели здоровья «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»;  Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья!»;  Мониторинг детей на конец учебного года;  Анкета для родителей «Растём здоровыми»;  Презентация «Здоровье всему голова». |

**Ожидаемый результат:**

1. Обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор.

2. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни.

3. Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад».

 4. Снижение заболеваемости и детского травматизма среди воспитанников.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники проекта «Детский сад – территория здоровья» будут одинаково относится к проблеме «человек – образ жизни – образование - здоровье». Когда в данной группе произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать успешным.

**Методы реализации проекта с детьми:**

**- практические**

\* Оздоровительная работа

\*Организация режима двигательной активности, обеспечивающий нормальную жизнедеятельность детей

\*Пальчиковые игры

\*Физкультминутка

\*Упражнения на дыхание

\*Артикуляционная гимнастика

\*Гимнастика для глаз

\*Релаксационное упражнение

\*Дидактические игры

\*Сюжетно-ролевые игры

**- словесные**

\*Беседы

\*Чтение художественной литературы

\*Заучивание стихотворений

\*Консультации

\*Рассказывание

\*Инструкции

**- наглядные**

\*Организация выставок, конкурсов

\*Сбор фотоматериала

\*Рассматривание иллюстраций

\*Информационно-агитационные стенды

\*Личный пример взрослых

\*Театрализованные представления

\*Просмотр видеоинформации (просмотр мультфильмов, презентаций)

**Образовательные области:**

*«Познавательное развитие»*

- «Где живет витаминка?» (Рассказать детям о пользе овощей и фруктов для здоровья человека. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).

- «Это я!» (Дать ребенку знание о себе, о своем теле, формировать любовь к жизни, чувство радости существования).

- Органы чувств (глаза, уши, нос). Общее понятие. (Закреплять знания детей о своем теле. Рассказать детям, что на голове у человека много нужных и полезных органов).

- Для чего нужны зубы? (Познакомить детей с тем, что такое зубы и для чего они нужны. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью).

- «Как быть здоровым?» (Воспитывать бережное отношение к своему здоровью)

- Экскурсия в медицинский кабинет детского сада. (Познакомить с медработником детского сада, его кабинетом, для чего необходим медкабинет, что в нем есть, учить не бояться врачей.

- Экскурсия в аптеку.

-Беседа «Как доктор лечит людей»

- «Растения, которые лечат».

*«Социально-коммуникативное развитие»*

- Беседы «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», «На зарядку, становись», «Как надо одеваться, чтобы не болеть», «Правила гигиены», «Витамины полезны для здоровья»

- Составление рассказов об овощах и фруктах.

- Составление рассказа «Как мы измеряли рост».

- Д/игра «Оденем куклу на прогулку»

- Д/игра «Узнай и назови овощи и фрукты».

- Д/игра «Таня простудилась»

- Д/игра «Назови виды спорта»

- Д/игра «Если кто-то заболел»

- С/Р игра «Овощной магазин»

- С/Р игра «Поликлиника», «Больница», «Аптека», «Детский сад», «Семья»

*Художественно-эстетическое развитие*

*«ВХЛ»*

- Чуковский К. И. «Айболит», «Мойдодыр»

- Шалаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. «Правила поведения для воспитанных детей»

- Токмакова И. «Колыбельная», «Мне грустно – я лежу больной»

- Крылов А. «Как лечили петуха»

- М. Безруких «Разговор о правильном питании»

- В. Бондаренко «Язык и уши»

- Л. Зильберг «Полезные продукты»

- Г. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой»

*«Художественное творчество»*

- Рисование «Овощи и фрукты», «Мы гуляем на участке»

- Конструирование «Больница для зверюшек»,

- «Изготовление рецептов для игры в больницу»

- Аппликация «Консервированные овощи в банке»

- Лепка «Машина скорой помощи»

*«Физическое развитие*

-Утренняя гимнастика

-физкультурные занятия

-эстафеты

-соревнования

-подвижные игры,

-физкультурные досуги.

**Перспективы развития проекта.**

Данный проект может быть использован  другими педагогами, как в полном объеме, так и парциально на разных уровнях образовательной системы. Учитывая эффективность результата проекта, предполагается дальнейшая перспектива его продолжения и развития с привлечением младших дошкольников и их родителей.

Разработать методическую базу для детей 6-7 лет (серию физкультурных занятий совместно с родителями, комплексы упражнений в детско-родительской паре, сценарии досугов);

Для спортивной площадки приобрести необходимое оборудование.

Представить родителям презентацию: «10 правил здоровья».

Вот так день за днем, шаг за шагом в своей работе учить детей сохранять своё здоровье, заботиться о нём. Только здоровый человек по-настоящему радуется жизни.

Конечная цель данного проекта: создание эффективной модели сбережения здоровья детей в условиях детского сада.

**Полученные результаты**:

Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Туристические походы, физкультурные досуги и совместные занятия с родителями способствовали закаливанию и укреплению здоровья детей; повышали двигательную активность и выносливость организма; оказывали положительное влияние на физическое, психическое и эмоциональное благополучие ребенка. Повысилась активная родительская позиция в потребности дошкольников в движении на свежем воздухе, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка. А в целом родители считают, что здоровье это не отсутствие болезней, а образ жизни. Согласно полученным данным анкетирования на предмет удовлетворенности родителей в использовании нетрадиционных форм взаимодействия ДОУ с семьями воспитанников по формированию потребности в здоровом образе жизни, проект «Детский сад – территория здоровья» имеет высокий рейтинг.

**Критерии оценки результатов проекта:**

В рамках образовательного мониторинга в старшей группе проводилась работа по области «Физическое развитие» направленная на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение таких задач как:

а) развитие физических качеств;

б) накопление и обогащение двигательного опыта детей;

в) формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Оценка физического состояния дошкольников оценивалась по четырём показателям: группы здоровья, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния. Первые два показателя в дошкольном учреждении оценивались медицинским работником. Физическая подготовленность детей определялась воспитателем. Оценка функционального состояния детей предполагала совместную деятельность педагогов и медицинского работника.

Определение физической подготовленности дошкольников складывалась из определения уровня развития физических качеств и степени сформированности двигательных навыков.  Определение функционального состояния организма детей включала характеристику состояния опорно-двигательного аппарата и оценку деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Также педагогами оценивались навыки у дошкольников:

- сформированные навыки здорового образа жизни;

- правильное физическое развитие детского организма, повышение его сопротивляемости инфекциям;

- улучшение соматических показателей здоровья и показателей физической подготовленности;

- сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможности его обеспечении.

*Критерии оценивания родителей:*

- сформированная активная родительская позиция

- повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья

- активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ.

**Материально-техническое обеспечение**:

«Дорожки здоровья», папки-передвижки для родителей по ЗОЖ, диски с мультфильмами, спортивное оборудование, презентации ко дню здоровья, конспекты спортивных праздников, развлечений, информационно-агитационные стенды, иллюстрации, участок детского сада,

**Научно-методическое обеспечение проекта:**

1.Т.Е Харченко «Утренняя гимнастика в детском саду», сборник упражнений для детей 5-7лет.

2.Русские народные загадки, пословицы, поговорки. Ю.Круглов.

3.Произведения К.И Чуковского «Мойдодыр», «Федорено горе», «Айболит»

4.Шалаева Г. П., Журавлёва О. М., Сазонова О. Г. «Правила поведения для воспитанных детей»

5.Крылов А. «Как лечили петуха»

6.М. Безруких «Разговор о правильном питании»

7.В. Бондаренко «Язык и уши»

8. Зильберг «Полезные продукты»

9. Зайцев «Крепкие, крепкие зубы», «Дружи с водой».

10.Федеральный Закон « Об образовании в Российской Федерации»

11.Конвенция « О правах ребенка».

12.Семейный кодекс Российской Федерации.

**Список источников:**

1. Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка» М., 1983.

2. Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н. «Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века» М., АРКТИ, 2001.

3. Богина Т. Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях» Методическое пособие: Мозаика-Синтез, 2005.

4. Береснева З. И. «Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ» М: творческий центр СФЕРА, 2005.

5. Данилина Т. А. «Взаимодействие ДОУ с социумом» М. :АРКТИ, 2004.

6. Дошкольное воспитание №9, 1997, Кузнецова М. Н. « Нетрадиционные методы в воспитании и оздоровлении. Старший дошкольный возраст»

7. Моргунова О. Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ» В., 2007.

8. Управление ДОУ №5, 2003//Кротова Т. В. «Оценка уровня взаимодействия ДОУ и семьи»

9. Управление ДОУ №1, 2004 // Евдокимова Е. С. «Проектирование как здоровье сберегающая технология в ДОУ»

10. Управление ДОУ №5, 2004// Лукина Л. И. «Работа с родителями в ДОУ»

11. Управление ДОУ №3, 2004 //Рылеева Е. В., Барсукова Л. С. «Учимся сотрудничать с родителями»

12. Управление ДОУ №8, 2006// Гордеева В. А. «Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ»

13. Управление ДОУ №1, 2006 // Зуйкова М. Б. «Режим – путь к здоровью»

14. Управление ДОУ №7, 2006 // Лукина Л. И. «Путь к здоровью ребенка лежит через семью»

15. Солодянкина О. В. «Сотрудничество ДОУ с семьей» М., 2004.