

Проект здоровьесбережения

«Лесенка здоровья»

Введение

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.

В проекте собрана вся необходимая информация для организации оздоровительной деятельности и определены её стратегические направления и механизмы реализации. Проект является основой моделирования оздоровительной деятельности дошкольного учреждения в конкретный период его функционирования.

Паспорт проекта

Наименование проекта	Проект здоровьесбережения «Лесенка здоровья» МБДОУ № 82
Вид проекта	Практико-ориентированный
Назначение проекта:	Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровьесбережению и здоровому образу жизни, способствует развитию детей и взрослых; определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации; раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни.
Сроки реализации проекта	Среднесрочный (Август-Декабрь 2017 .г)
Цель проекта	Создание оптимальных условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья детей и взрослых, в том числе их эмоционального благополучия; формирования привычки здорового

	образа жизни.
Задачи проекта	1. Оптимизировать оздоровительную деятельность в ДООУ путём организации здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни. Повысить уровень профессионального мастерства педагогов дошкольного учреждения по вопросам здоровье сбережения. 2. Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни. Обеспечить оптимальный уровень физической подготовленности ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностью в двигательной активности. 3. Разработать план работы, включающий наиболее эффективные формы сотрудничества с семьёй. Создать единое воспитательно–образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДООУ с родителями.
Объект проекта	МБДОУ № 82
Субъекты проекта	Воспитатели, инструктор по физической культуре, медсестра, дети, родители.
Ресурсное обеспечение	Конспекты оздоровительных мероприятий, спортивных досугов, Мастер — классов, консультаций, занятий. Разработка планов оздоровительных мероприятий и досугов. Физкультурный зал, спортивная площадка. Подбор методической литературы.

Актуальность проекта

В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач,

которые стоят перед обществом. Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Так, результаты изучения динамики основных показателей состояния здоровья и развития детей (мониторинг здоровья) показали, что у значительной части детей, посещающих дошкольное учреждение, наблюдаются различные отклонения в состоянии здоровья. Таким образом, необходимым стало изучение современных методик по укреплению и сохранению детского здоровья.

Цель проекта:

Гармоничное физическое развитие и снижение заболеваемости детей через профилактические мероприятия и взаимодействие с родителями и специалистами ДОО.

Задачи проекта:

- Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой, формам закаливания организма;
- Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию) в соответствии с возрастом;
- Создать условия для накопления и обогащения двигательного опыта детей (овладения основными движениями)
- Формировать у детей потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- Совместно с родителями создать на прогулочном участке среду для активной двигательной деятельности детей.

Ожидаемый результат по реализации проекта:

- Овладение детьми основными движениями;
- Снижение уровня заболеваемости детей, стабильность показателей здоровья;
- Сформированность физических качеств (скоростные, силовые, гибкость, выносливость, координация)
- Сформированность у детей навыков здорового образа жизни в соответствии с возрастными возможностями;
- Обогащение предметно-развивающей среды на прогулочном участке и в группе;
- Изменение отношения родителей к вопросам профилактики заболеваемости и закаливания детей.

Вид проекта:

- По доминирующей линии в проекте: практико-ориентированный.
- По содержанию: социально-педагогический.
- По характеру контактов: в рамках ДОО с привлечением родителей.

Проект реализуется через следующие разделы:

- работа с детьми
- работа с родителями
- работа с педагогами

Перспектива развития проекта

- Тесное сотрудничество с родителями в целях сохранения и укрепления здоровья детей.
- Трансляция проекта на уровне ДОУ.
- Подготовка материалов для публикации на сайте ДОУ.

Этапы реализации проекта

Задачи	Мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки
<i>I этап Аналитический</i>			
Анализ ситуации, осознание необходимости оптимизации работы по приобщению детей к ЗОЖ.	Изучение литературы, диагностика, беседы, анкетирование.	Получение информации о состоянии здоровья, физическом развитии детей, сформированности представлений о ЗОЖ.	август - сентябрь
<i>II этап Организационный</i>			
Планирование и прогнозирование работы	Составление планов работы с детьми, родителями, педагогами по приобщению к ЗОЖ.	Наличие планов: - Спортивных досугов и развлечений. -Открытых занятий. -Мастер-классов. -Выставок. - консультаций для родителей и педагогов.	Сентябрь - октябрь
	Подбор дидактического материала, литературы.	Наличие разнообразных средств, необходимых для приобщения детей к здоровому образу жизни.	Сентябрь - октябрь
Обогащение предметной развивающей	Подбор, обновление и изготовление нестандартного	Наличие нестандартного оборудования в физкультурном зале и на	В течение срока реализации проекта

среды.	оборудования.	группах.	
	Составление плана реконструкции прогулочных участков детского сада, способствующей развитию основных видов движений, двигательной активности.	Наличие на участках оборудования для развития основных видов движений, двигательной активности.	В течение срока реализации проекта.

III этап Практический

Просвещение детей, родителей и педагогов о ЗОЖ и привлечение к совместным мероприятиям.	Проведение мероприятий с детьми, родителями и педагогами.	Картотеки подвижных игр, комплексов гимнастик, способствующих внедрению здоровьесберегающих технологий. Выставка детских работ: “Мы здоровью скажем “Да!””. Фотовыставки «Здоровому – всё здорово!», «В здоровом теле – здоровый дух». Нетрадиционное физкультурное оборудование.	В течение срока реализации проекта
---	---	--	------------------------------------

Подведение итогов

Распространение опыта в сфере здоровьесбережения	Оформление выставки “Здоровому – всё здорово!” Неделя Здоровья и спорта. День здоровья в детском саду “Здоровым будь!” (подведение итогов акций «Сезонный лыжный марафон» и «Коньки – микс») Презентация проекта “Формула здоровья”	сентябрь Ноябрь Ноябрь Декабрь
--	--	---

План мероприятий по реализации проекта

Мероприятия по укреплению здоровья	Сроки исполнения	Ответственные
1. Работа с детьми		
1. Анализ заболеваемости детей (структура	Сентябрь	Медработник ДОУ.

заболеваемости, пропуски по болезни, группы здоровья)		Воспитатели групп
2. Выявление потребностей (анкетирование)	Сентябрь	Старший воспитатель Воспитатели групп
3. Выявление факторов риска для здоровья: антропометрия детей	сентябрь, декабрь	Медработник ДОУ Воспитатели групп
4. Индивидуальное консультирование по факторам риска для здоровья детей и их родителей	По потребности	Медработник ОУ
2. Организация воспитательно-образовательного процесса с учётом состояния здоровья детей		
1. Составление учебного расписания, соответствующего требованиям санитарных норм и правил	Сентябрь	Старший воспитатель
2. Правильное рассаживание детей с учётом роста и здоровья	В течение года	Медработник ДОУ, воспитатели групп
3. Организация питания: - оборудование помещений всем необходимым для обеспечения здорового режима питания; - «С» - витаминизация	В течение года	Заведующий ДОУ
4. Медико-психологическое сопровождение воспитательного процесса	По потребности	Медработник ДОУ, психолог, воспитатели
3. Информационное обеспечение потребностей в здоровье		
1. Занятия, беседы, викторины, игры и т.д. на темы здоровья и ЗОЖ	В течение срока реализации проекта	Воспитатели групп
2. Конкурсы, выставки рисунков, плакатов, стенгазет		Воспитатели групп
3. Выставки книг о здоровье и ЗОЖ, их реклама среди детей и родителей		Воспитатели групп
4. Здоровьесберегающие технологии (физминутки, пальчиковая гимнастика, музыкальные перемены, динамическая пауза, утренняя гимнастика и др.)	Постоянно	воспитатели
Уголки уединения в группах	Постоянно	Воспитатели
Литературные вечера	В течение срока реализации проекта	Воспитатели
4. Оздоровление (мероприятия первичной и вторичной профилактики заболеваний)		
Иммунопрофилактика в рамках национального календаря профилактических прививок	В течение года	Медработник ДОУ
Ионизация воздуха Кварцевание помещений Подвижные игры на воздухе Питьевой режим	В течение года	медработник ДОУ воспитатели групп

Спортивные мероприятия, игры, соревнования, неделя здоровья и спорта, эстафеты, спартакиады.	В течение реализации проекта	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Участие в спортивных соревнованиях «Мама, папа, я – спортивная семья», «Семья на лыжне», шашечный турнир.	По плану	Старший воспитатель, инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Проведение традиционных: «Недели здоровья и спорта»	Ноябрь	Старший воспитатель Инструктор по физкультуре Воспитатели групп
5. Обучение детей		
Проведение образовательной деятельности	В течение учебного год	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
Проведение кружков, физкультурных часов и мероприятий	В течение учебного год	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
6. Работа с родителями		
1. Мастер-класс для родителей: «Здоровое питание дошкольников» -Консультации -Беседы	В течение срока реализации проекта	Старший воспитатель, медработник ДОУ, специалисты, воспитатели
2. Привлечение родителей к участию в соревнованиях совместно с детьми – «Папа, мама, я – спортивная семья».	По плану в течение года	Старший воспитатель, медработник ДОУ, воспитатели
3. Участие родителей во всех спортивных мероприятиях (спортивные занятия, игры, кружки для детей и родителей (совместно).	В течение года	Старший воспитатель, специалисты, воспитатели
4. Привлечение родителей к работе по благоустройству спортивной площадки, территории ДОУ	В течение года	Старший воспитатель, специалисты, воспитатели
5. Педагогические ширмы, папки, информация на стендах, библиотеки для родителей на группах по ЗОЖ	В течение срока реализации проекта	Старший воспитатель, специалисты, воспитатели
6.Сообщения на родительских собраниях (по 10-15 мин. на каждом родительском собрании в каждой группе) по темам здоровья и ЗОЖ	В течение года	Старший воспитатель, специалисты, воспитатели
7. Заключительные мероприятия		
1. Презентация проекта “Лесенка здоровья”	декабрь	воспитатель
5. Заключительное анкетирование с анализом анкет		воспитатель,

Информационные ресурсы

1.«Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» под ред. Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой.

2. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. — М.: ТЦ Сфера, 2004. — 384 с. (Программа развития).
3. М.Ю. Картушина. Образовательная программа «Зелёный огонёк здоровья» (программа оздоровления дошкольников).
4. Киселева Л.С., Данилина Т.А., Лагода Т.С., Зуйкова М.Б. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пособие для руководителей и практических работников ДОУ – М.: АРКТИ, 2005.
5. Р.Б. Стеркина, О.Л. Князева, Н.Н. Авдеева. Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста».
6. Педагогическое проектирование: учебное пособие для высших учебных заведений / под ред. В.А. Сластёнина, И.А. Колесниковой. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия». – 2008. – 288с.
7. Тихомирова Л.Ф. Уроки здоровья для детей 5 – 8 лет, Ярославль, 2003.
8. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения». «Детство-Пресс». 2005 г.
7. Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники и развлечения». Детство-Пресс, 2009.
8. Интернет-сайт «Дошколёнок.ру».