**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОД УЛАН-УДЭ**

**«ДЕТСКИЙ САД № 111 «ДАШЕНЬКА»**

**ПРОЕКТ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ**

«ЗДОРОВЕЙ-КА»

****

**г. Улан-Удэ**

**2024 г.**

# Содержание:

1. Паспорт проекта
2. Пояснительная записка к проекту
   1. Актуальность выбранной темы
   2. Цель проекта
   3. Задачи проекта
   4. Концепция проекта
3. Содержание проекта
   1. Ресурсное обеспечение проекта
   2. Этапы, сроки реализации проекта
   3. План реализации проекта по этапам
   4. Здоровьесберегающие технологии, используемые в проекте
   5. Мероприятия для пропаганды ЗОЖ, используемые в проекте
   6. Предполагаемые результаты освоения проекта.
4. Контроль исполнения проекта Список используемой литературы
5. **Паспорт проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Название проекта** | ЗДОРОВЕЙ-КА |
| **2** | **Вид проект** | Практико-ориентированный |
| **3** | **Разработчики проекта** | Творческая группа педагогов |
| **4** | **Субъекты проекта** | воспитанники дошкольной образовательной организации (от 3 до 7 лет);  семьи воспитанников;  педагогический коллектив. |
| **5** | **Сроки реализации проекта** | Долгосрочный, 1 год |
| **6** | **Основания для разработки проекта** | Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. От 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации»  Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155.  Профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н.  ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 г. № 323.  СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»  СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». |
| **7** | **Назначение проекта:** | Проект направлен на становление ценностного отношения детей к здоровому и безопасному образу |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | жизни; определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации; раскрывает  эффективные формы комплексного взаимодействия образовательной организации и семьи по формированию культуры здорового образа жизни воспитанников. |
| **8** | **Цель проекта** | Построение инновационной модели образовательного пространства ДОО, обеспечивающей развитие культуры здорового и безопасного образа жизни детей дошкольного возраста 3 – 7 лет. |
| **9** | **Задачи проекта** | 1. Разработать план действий ДОО, направленный на организацию личностно-ориентированного здоровьесберегающего педагогического процесса на основе интеграции деятельности субъектов образовательного пространства. 2. Осуществить выбор и внедрение новых здоровьесберегающих технологий в практику работы с учетом особенностей ДОО. 3. Разработать и апробировать систему педагогических воздействий, направленных на формирование у дошкольников ценностей здоровья и здорового образа жизни с учетом направлений развития детей в различных видах деятельности в соответствии с ФГОС ДО, а также с учетом особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья. 4. Повысить уровень профессионального мастерства педагогов по вопросам здоровьесбережения. 5. Создать современную предметно-пространственную среду, способствующую внедрению здоровьесберегающих технологий в практику работы ДОО. 6. Разработать цикл методических рекомендаций и практико-ориентированных мероприятий по взаимодействию ОО и семьи в вопросах формирования культуры безопасного и здорового образа жизни. 7. Оценить и дать анализ развивающих, |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | профилактических и оздоровительных эффектов используемых технологий. |
| **10** | **Ожидаемые результаты** | 1. Сформировано понимание ценностей здорового образа жизни (ЗОЖ) у детей и их родителей. Овладение элементарными нормами и правилами ЗОЖ в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек. 2. Оптимизирована оздоровительная деятельность в ДОО в соответствии со специфическими образовательными потребностями детей с ОВЗ, с использованием современных здоровьесберегающих технологий. 3. Создана содержательно насыщенная, полифункциональная, доступная и безопасная предметно- пространственная среда, обеспечивающая оптимальную двигательную активность детей. 4. Сформированы профессиональные компетенции педагогов ДОО для реализации комплексного подхода по проблеме здоровьесбережения. 5. Обеспечена психолого-педагогическая поддержка семьи и повышена компетентность родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей. |
| **11** | **Объект проекта** | МАДОУ «Детский сад №111 «Дашенька»г.Улан-Удэ |

1. **Пояснительная записка к проекту.**
   1. **Актуальность выбранной темы.**

«Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам» — так гласит восточная мудрость. Задача педагогов — научить детей покорять эту вершину. Поэтому здоровьесбережение и здоровьеукрепление является приоритетным направлением дошкольного воспитания. Состояние здоровья во многом определяет развитие личности ребёнка, успешность его социализации.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идет

интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим.

Анализируя статистику заболеваемости наших воспитанников за последних три года, мы пришли к выводу, что проводимых оздоровительных мероприятий в ДОО было недостаточно, в семьях воспитанников не всегда уделяется должное внимание здоровому образу жизни. Анкетирование родителей показало, что несмотря на полную осведомленность и положительную мотивацию, значительная часть семей не находит ему места в своей жизни.

Основной идеей проекта является объединение коллектива педагогов, детей, родителей в создании, разработке, распространении опыта применения здоровьесберегающих технологий. Следует отметить, что успешность данного проекта зависит от системного подхода образовательного учреждения к решению данной проблемы.

Педагоги должны научить ребёнка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного, прививать ценностное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путём создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребёнка. Достигнуть положительного результата можно лишь объединив усилия педагогов и семьи. Педагоги призваны помочь родителям в формировании основ гигиенической культуры, развития двигательной активности, создании спокойной, доброжелательной обстановки, чуткого отношения к детям со стороны взрослых.

# 2.2 Цель проекта.

Построение инновационной модели образовательного пространства ДОО, обеспечивающей развитие культуры здорового и безопасного образа жизни детей дошкольного возраста.

Проект предполагает объединить уже накопленный опыт педагогического коллектива по охране и укрепления здоровья детей, с использованием современных технологий здоровьесбережения, через реализацию комплексного подхода.

# 2.3. Задачи проекта.

* Разработать план действий ДОО, направленный на организацию личностно ориентированного здоровьесберегающего педагогического

процесса на основе интеграции деятельности субъектов образовательного пространства (администрации, педагогов, медицинских работников, семьи, социума);

* Осуществить выбор и внедрение новых здоровьесберегающих технологий в практику работы с учетом особенностей ДОО.
* Повысить уровень профессионального мастерства педагогов по вопросам здоровьесбережения;
* Разработать и апробировать систему педагогических воздействий, направленных на формирование у дошкольников ценностей здоровья и здорового образа жизни с учетом направлений развития детей в различных видах деятельности в соответствии с ФГОС ДО, а также с учетом особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья.
* Разработать и адаптировать систему мониторинга комплексной оценки уровня знаний детей, профессиональных возможностей педагогов и педагогической просвещенности родителей;
* Разработать цикл методических рекомендаций и практико- ориентированных мероприятий по взаимодействию ДОО и семьи в вопросах формирования культуры безопасного и здорового образа жизни;
* Создать современную предметно-пространственную среду, способствующую внедрению здоровьесберегающих технологий в практику работы ОО.
* Оценить и дать анализ развивающих, профилактических и оздоровительных эффектов используемых технологий.

# 2.4. Концепция проекта.

В последние годы при обучении детей особое внимание уделяется применению в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий. Под ними понимается «система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития психического и физического здоровья всех субъектов образования, с одной стороны, и методы, которые направлены на формирование представления о здоровье как ценности, мотивации на ведение здорового образа жизни, с другой».

# Принципы реализации проекта:

* принцип активности и сознательности – реализуется через участие всего педагогического коллектива и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по формированию здорового образа жизни;
* принципы научной обоснованности и практической применимости - используются парциальные программы, имеющие научное обоснование и коррекционную направленность;
* принцип комплексности и единства задач образовательного процесса и здоровьесбережения - при планировании комплексной работы по физическому развитию формулируются 4 группы задач: воспитательные, развивающие, обучающие, коррекционные; использование индивидуально- ориентированных форм образовательной работы для решения комплексных задач здоровьесбережения;
* принцип интеграции образовательных областей– реализуется через включение содержания и задач по здоровьесбережению в психолого- педагогический процесс;
* принцип системности – отражается в непрерывности и поэтапности данного долгосрочного проекта по ЗОЖ.

# Содержание проекта

* 1. **Ресурсное обеспечение проекта Нормативно – правовое**

Федеральные и региональные законодательные документы, уставные документы ДОО:

* Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
* Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования;
* СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
* СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
* Приказ Минздрава России от 30.06.92 №186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»;
* Приказ Минздрава РФ от 03.07.2000 N 241 «Об утверждении Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений»;
* Приказ Минздрава России от N 60 от 14.03.95 «Об утверждении Инструкции по проведению профилактических осмотров детей дошкольного и школьного возраста на основе медико-экономических нормативов»;
* Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Российской Федерации от 14.03.2000г. № 65/23-16 «О гигиенических требованиях,

максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»;

* Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 68».

# Научно – методическое:

* методическая литература по данной тематике
* методический и практический материал для работы с детьми
* использование Интернет-ресурсов на здоровьесберегающую тематику
* мультимедийные пособия

# Кадровое:

* педагогические работники (воспитатели, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель);
* медицинский персонал (врач-педиатр, медсестра).

# Информационное:

Информационное обеспечение проекта предполагает:

* проведение собраний всех структурных элементов системы управления здоровьесберегающей деятельностью.
* распространение информации для родителей о здоровьесберегающих технологиях посредством сайта, информационных стендов, памяток, буклетов.
* проведение мониторинга удовлетворенности родителей посредством опроса в форме анкетирования

# Материально-технические ресурсы:

* физкультурно-музыкальный зал оснащен современным спортивным инвентарем (гимнастические стенки, коврики, фитболы, различный инвентарь для общеразвивающих упражнений, мячи, мягкие модули, дуги, тоннели, балансиры и т. д.) и нестандартным оборудованием (дорожки «Здоровья», различный инвентарь для дыхательных упражнений, оборудование для релаксационной- расслабляющей терапии); а также имеется оборудование для музыко- и арттерапии (традиционные музыкальные инструменты, множество нетрадиционных инструментов из бросового материала, куклы для кукольного и пальчикового театра);
* во всех группах оборудованы центры двигательной активности, имеются рециркуляторы бактерицидные;
* дидактический материал и пособия по ОБЖ и ЗОЖ (игры, плакаты, наглядно-демонстрационные пособия);
* медицинский блок;
* на спортивной площадке имеются беговые дорожки, футбольная площадки, баскетбольные кольца, лабиринты;
* групповые участки оборудованы спортивным выносным и стационарным инвентарем;
* уголки релаксации и любования, организованы совместными усилиями педагогов, детей и родителей;
* мультимедийное оборудование.

# Сроки реализации проекта

**I этап – аналитический (сентябрь 2024)**

Цель: анализ условий, созданных в ДОО, выявление проблем, прогнозирование результатов работы с целью определения основной концепции проекта и направлений работы.

На этом этапе планируется - информационно-аналитическая деятельность:

* анализ состоянию здоровья детей;
* анализ развития двигательных навыков детей;
* оценка организационных и материально – технических условий ДОО;
* формирование информационного банка данных по здоровому образу жизни (анализ психолого – педагогической и методической литературы по вопросам здоровьесбережения);
* организация работы по выявлению проблем и прогнозированию результатов работы.

# II этап – подготовительный (ноябрь 2024)

Цель: разработка системы работы по здоровьесбережению в МАДОУ г. Улан-Удэ «Детский сад №111 «Дашенька».

Этот этап предполагает - планово-прогностическаю деятельность:

* комплекс мероприятий, обеспечивающие реализацию проекта:
* разработка системы единого здоровьесберегающего пространства в детском саду и семье для эффективной организации оздоровительной работы с дошкольниками;
* разработка системы по здоровьесбережению;
* разработка методических рекомендаций (педагогический инструментарий);
* разработка системы мониторинга промежуточных и итоговых результатов реализации проекта.
* разработка перспективных планов работы с педагогами и родителями;
* подготовка цикла тематических мероприятий

# III этап – практический (декабрь 2024 – июль 2025 г)

Цель: организация эффективной системы взаимодействия участников учебно-воспитательного процесса.

Этот этап предполагает:

1. Организационная деятельность:
   * обучение педагогов и родителей эффективным технологиям в сфере здоровьесбережения и формирования стратегии здорового образа жизни;
   * подготовка методических материалов по обучению воспитанников и родителей современным подходам к сохранению здоровья;
   * проведение цикла тематических мероприятий;
   * организация целенаправленной просветительской консультативной деятельности с родителями по вопросам физического развития детей и их познавательных способностей
   * организация оперативного контроля использования системы работы по здоровьесбережению в совместной деятельности педагогов с детьми и самостоятельной деятельности детей.
2. Регулятивно-коррекционная деятельность:
   * по внедрению проекта и использованию здоровьесберегающих технологий;
   * по отслеживанию промежуточных результатов и по необходимости корректировки работы по реализации проекта.

# IV этап – заключительный (август 2025 г)

Цель: подвести итоги работы по реализации проекта, проанализировать полученные результаты деятельности, определить перспективы на будущее.

На завершающем этапе осуществляется использование активных форм методической работы:

* + тренинги, педагогический самоанализ деятельности педагогов, решение проблемных ситуаций;
  + педагогические наблюдения за детьми с целью индивидуализации их развития, анкетирование педагогов, опрос родителей;
  + подведение итогов проекта.
  1. **План реализации проекта по этапам**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **этапы** | **Деятельность педагогов** | **Деятельность детей** | **Деятельность родителей** | **Результат этапа** |
| **Аналитический** | Проведение комплексного мониторинга  состояния здоровья воспитанников.  Диагностика состояния здоровья воспитанников ОО медицинскими  работниками. Мониторинг имеющегося  оборудования по физическому развитию администрацией ОО. Тестирование сотрудников для  выявления уровня владения  современными  технологиями ЗОЖ. Анкетирование родителей.  Анализ УМК (учебно- методический комплекс) по вопросам  здоровьесбережения Оценка организацио нных условий и  ресурсного  обеспечения ДОО. | Формулируют проблему: «Что мы знаем о  своем  здоровье?» через свободное общение с  педагогами, игровые ситуации,  рассматривание и обсуждение  видеофильмов, мультимедийны х презентаций, фотографий,  альбомов. | Заполнение анкет по  вопросам  формирования ЗОЖ в семье. | Создание мониторинга по результатам анализа, для дальнейшей работы.  Создание методических  рекомендация для дальнейшей работы.  Устранение негативных факторов  образовательного процесса, отрицательно влияющих на  здоровье;  Совершенствован ие материально- технической базы ДОО,  способствующей укреплению  здоровья;  Анализ  комплекса мероприятий по воспитанию культуры  здоровья воспитанников; |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Подготовительный** | Разработка системы единого  здоровьесберегающег о пространства в  детском саду и семье для эффективной организации оздоровительной  работы с  дошкольниками;  Разработка системы по  здоровьесбережению;  Разработка методических  рекомендаций и консультаций;  Разработка системы мониторинга  промежуточных и итоговых результатов реализации проекта.  Разработка перспективных планов работы с педагогами и  родителями;  Подготовка цикла тематических мероприятий; | Подбор  наглядного материала и выявление знаний по  проблеме ЗОЖ совместно со взрослыми; Привлечение воспитанников к изготовлению пособий для  ЗОЖ и ОБЖ; | Обсуждение инновацион- ных технологий по ЗОЖ на  родительских собраниях; Популяризаци я имеющегося семейного  опыта по укреплению здоровья  детей; | Сформулированы цели и задачи проекта, этапы его реализации.  Выбраны  современные и эффективные здоровьсберегаю щие технологии. Разработка Модели системы работы по  здоровьесбереже нию в ДОО  «ЗДОРОВЕЙ- КА!»;  Создание  комплекса мер, направленных на сохранение  здоровья ребенка на всех этапах его обучения и  развития Планирование оздоровительной системы в  режиме дня Усовершенствова ние структуры двигательного  режима за счет использования традиционных и инновационных форм работы; |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Практический** | Создание условий для поддержания творческой работы педагогов ОО.  Улучшение состояния  предметно-пространственной среды за счет полифункционального, доступного и безопасного нового спортивного и  оздоровительного оборудования.  Проведение консультаций для родителей по вопросам здоровьесбережения.  Повышают уровень валеологических знаний и умений в процессе проектной деятельности при поддержке педагогов и родителей.  Овладевают основами ритмопластики, артикуляционной и  дыхательной гимнастики.  Выбирают и проводят  адекватные закаливающие процедуры с учетом  рекомендаций педиатра.  Участвуют в мастер-классах и практикумах по обучению приемам по вопросам  здоровьесбережения. Систематическое проведение для детей ОД по физическому развитию с учетом состояния здоровья.  Активное и творческое участие педагогов в мероприятиях различного уровня по вопросам ЗОЖ. Повышение практико- ориентированной компетентности педагогов в сфере здоровья. Выполнение плана оздоровительной  работы в летний период. Реализация плана работы с родителями по изучаемой проблеме. Внедрение системы закаливающих мероприятий с учетом мнения педиатра.  Введение в ОД и воспитательно- образовательный процесс специалистами и педагогами здоровьесберегающих технологий в соответствии с индивидуальными программами развития воспитанников.  Проведение досуговых мероприятий по темам ЗОЖ и ОБЖ. Проведение бесед,  дидактических игр, чтение художественной литературы, просмотр мультимедийных презентаций, выполнение  заданий с использованием ИКТ. Постоянный мониторинг состояния психофизического здоровья  воспитанников. | Получают знания по сохранению и укреплению здоровья; развитие  двигательных навыков; активизация познавательных интересов; развитие волевых качеств: упорства, стремления побеждать, умения проигрывать.  Осваивают зрительную и артикуляционную гимнастику,  самомассаж кистей и пальцев рук с  массажными  шариками по системе Су-Джок, под руководством специалистов.  Совершенствуют технику выполнения дыхательной, корригирующей коррекционно- оздоровительной, бодрящей  гимнастики. Осваивают под руководством психолога психогимнастику, сказкотерапию, арт- и песочную терапию.  Участвуют в двигательной деятельности и мероприятиях,  посвящённых ЗОЖ и ОБЖ. | Личный пример взрослых в привитии интереса к здоровому образу жизни у детей; Чтение детям рекомендованной воспитателями детской литературы дома.  Применение здоровьесберегаю- щих технологий дома с учётом рекомендаций педагогов ДОО.  Участие в фотоконкурсах и совместных мероприятиях с детьми,  посвящённых ЗОЖ и ОБЖ.  Организуют для детей оптимальный двигательный режим в семье, проводят оздоровительные прогулки по рекомендациям инструктора по физической культуре. Выбирают для детей спортивные секции и кружки в соответствии с  возможностями здоровья.  Участвуют в  мастер-классах и практикумах по обучению приемам массажа кистей и пальцев рук, по выполнению в домашних условиях артикуляционной, зрительной, оздоровительной и коррегирующей гимнастик. | Повышение  профессиональной компетенции педагогов по вопросу инновационных форм организации и  проведения занятий по физической культуре, утренней гимнастики, артикуляционной и пальчиковой  гимнастики. Воспитатели научились изготавливать и применять нетрадиционное  оборудование для дыхательной гимнастики и стопотерапии;  Пропаганда здорового образа жизни;  вовлечение родителей в активную жизнь  ДОО; сближение воспитанников и их родителей;  Материалы  консультаций, бесед и проведённых мероприятий.  Увеличение оснащения в групповых  физкультурных уголках и уголках здоровья; повышение познавательного интереса и  двигательной активности воспитанников.  Систематическое  участие детей в ОД по физическому развитию с учетом состояния здоровья.  Активное и творческое участие педагогов в мероприятиях по вопросам ЗОЖ. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Заключительный** | Анализ  эффективности использования проектного метода в деятельности ДОО.  Выявление трудностей, возникших при реализации инновационной программы развития.  Корректировка содержания проекта, разработка алгоритма действий на следующий период | Проходят педагогическую диагностику по темам ЗОЖ и ОБЖ  через свободное общение с педагогами, игровые ситуации. | Заполнение анкет по  вопросам  эффективност и мероприятий по  здоровьесбере жению в ДОО. | Улучшена материально- техническая база ОО и оснащение методической литературой.  Педагогами освоены и введены в практику современные  здоровьесберега ющие технологии.  Расширен кругозор родителей, усвоены практические навыки по  вопросам ЗОЖ.  Снижена заболеваемость и повышены двигательные способности  воспитанников. |

* 1. **Здоровьесберегающие технологии, используемые в проекте**

|  |  |
| --- | --- |
| **Физкультурно- оздоровительные технологии** | - оптимальный двигательный режим дошкольников  -интегрированная оздоровительная прогулка  -оздоровительный бег  -динамические паузы (комплексы физ. минуток, которые включают дыхательную, пальчиковую, |

|  |  |
| --- | --- |
|  | гимнастику для глаз и т. д. для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья)  -корригирующая гимнастика  -игровой стретчинг (для предотвращения нарушений осанки)  -индивидуальные занятия по профилактике нарушений осанки и плоскостопия  -подвижные и спортивные игры ежедневно  -массажные дорожки, тренажеры-балансиры  -игровые упражнения с нестандартным оборудованием  -«Школа мяча», «Школа обруча», «Школа скакалки» в летний период  -утренняя гимнастика (музыкально-ритмическая,  сюжетная, с элементами ритмопластики) ежедневно  -спортивные развлечения, праздники ежемесячно  -«Неделя здоровья» по сезонам |
| **Здоровьесберегающие образовательные технологии** | -пальчиковые игротренинги  -тематические игровые комплексы дыхательной гимнастики  -ритмопластика (для укрепления мышечного тонуса, формирования правильного дыхания, развития моторных функций, выработки правильной осанки)  -логоритмика (для укрепления костно-мышечного аппарата, развития дыхания, моторных функций, воспитания правильной осанки, походки, для  тренировки процессов возбуждения и торможения в сочетании со словом и музыкой)  -методики «Зверогимнастика», «Гимнастика в стихах», «Веселый тренинг», «Мяч и речь»  -технологии музыкального воздействия  -совместная проектная деятельность взрослых и детей по валеологии  -бодрящая гимнастика (после дневного сна)  -самостоятельная двигательная активность детей в течение дня |
| **Здоровьесберегающие коррекционные технологии** | -кинезиологические упражнения (для улучшения мыслительной деятельности, памяти и внимания)  - артикуляционная гимнастика (для тренировки органов артикуляции, выработки точности, силы, темпа, переключаемости движений) с  нетрадиционным индивидуальным и одноразовым оборудованием – деревянные шпатели, ложки,  ватные палочки, зубочистки |

|  |  |
| --- | --- |
|  | -зрительная гимнастика (для снятия мышечного напряжения глаз, формирования направленного сенсомоторного поведения)  -музыкальная гимнастика для глаз  -зрительно-координаторные тренажеры  -упражнения на зрительную координацию  -упражнение «Метка на стекле» (профилактика близорукости)  -пальчиковые игротренинги (мощное средство повышения работоспособности коры головного мозга, развивают речь, ручную умелость)  - корригирующая гимнастика  -дыхательная гимнастика (для воспитания правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом)  -коррекционно-оздоровительная гимнастика - фонетическая и логоритмика (система двигательных упражнений, способствующих осуществлению глубокой связи между работой кистей рук, артикуляционного и голосового аппарата)  -динамические и релаксационные паузы (для снятия напряжения мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата)  -песочная терапия (для развития творческих способностей и воображения, расслабления)  -психогимнастика (этюды, игры и упражнения на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка)  -точечный массаж и самомассаж  -Су-джок терапия (с массажером «Чудо-валик» и массажными шариками, активизирует мозг, развивает межполушарное взаимодействие,  иннервацию речедвигательных анализаторов, речь, внимание, память, образное и абстрактное мышление)  -театр пальчиков и языка  -игроритмика со звуковыми и зрительными ориентирами  -игроритмика с шумовыми ориентирами и схемами  -комплексы зрительной гимнастики с использованием ИКТ  -развивающие логопедические игры |
| **Медико- профилактические** | -мониторинг состояния здоровья дошкольников и разработка рекомендаций для родителей и  педагогов по оптимизации детского здоровья |

|  |  |
| --- | --- |
| **технологии** | -анализ индивидуальных программ реабилитации или абилитации детей-инвалидов  -рациональное питание  -рациональный режим дня  -адекватные методики закаливания  -оздоровительный режим с учетом групп здоровья воспитанников  -организация профилактических мероприятий в детском саду  -контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН  -контроль за состоянием здоровьесберегающей среды в ДОО  -диспансеризация (1 раз в год) |

* 1. **Мероприятия для пропаганды ЗОЖ, используемые в проекте**
* проведение бесед с детьми по темам ЗОЖ и ОБЖ: «Чистота – залог здоровья!», «Кто спортом занимается, у того здоровья прибавляется», «Для чего нужна зарядка», «Витаминки в корзинке», «Правила поведения на прогулке», «Микробы», «Откуда берутся болезни», «Аптечка матушки природы»
* дидактических игр по темам ЗОЖ и ОБЖ: «Спортсмены», «Виды спорта»,

«Витамины в овощах и фруктах», «Режим дня», «Оденься по погоде»

* чтение художественной литературы по темам ЗОЖ и ОБЖ: К.Чуковский

«Доктор Айболит», «Федорино горе»; Ю.Тувим «Овощи»; А.Барто «Девочка чумазая», «Я расту»; С. Михалков «Прививка», «Грипп»

* просмотр мультимедийных презентаций, выполнение заданий с использованием ИКТ по темам: «Вредные привычки», «Советы зубной феи»,

«Советы Мойдодыра», «Витаминки на тарелке», «Виды спорта», «Польза зарядки», «Физкультура – это здорово!», «Я прививки не боюсь!», «Как правильно одеваться», «Поведение у водоёма» и т.д.

* Проведение недели здоровья «Осень», «Зима», «Весна», «Лето»
* Проведение недели спорта «Малые олимпийские игры», «Зимние забавы»,

«Игры в бассейне», «Туристический поход».

* Проведение мероприятий совместно с родителями «Мама, папа, я – спортивная семья», «Школа молодого бойца», «Нептун», «Весёлые старты».
* Проведение физкультурных досугов: «Будь Здоров», «В гостях у доктора Неболейкина», «В гостях у зубной феи», «В гостях у Зожика», «В гостях у Спортика», Квест-игра «В поисках планеты Здоровья», Квест-игра «Разговор о правильном питании»
* Проведение встречи с выпускниками детского сада, которые имеют спортивные успехи
* Проведение презентаций и консультаций для родителей по здоровьесберегающим и здоровьеукрепляющим технологиям: «Выходные с пользой для здоровья», «Как одевать ребёнка на прогулку», «Игры, которые лечат», «Режим дня для дошкольника», «Здоровая еда», «Как организовать спортивный уголок дома», «Чтобы зубы были крепкими»
* Проведение мастерклассов для педагогов детского сада «Инновационные формы организации и проведения физкультурных занятий и утренней гимнастики», «Инновационные формы организации и проведения артикуляционной и пальчиковой гимнастики», «Изготовление и применение нетрадиционного оборудования для дыхательной гимнастики и стопотерапии»

# Предполагаемые результаты освоения проекта.

* создание алгоритмов работы по здоровьесбережению всех субъектов образовательного процесса ДОО;
* создание комплексной системы работы по здоровьесбережению;
* разработка методических рекомендаций по использованию здоровьесберегающих технологий;
* разработка системы мониторинга Для детей:
* снижение заболеваемости;

-формирование у детей навыков самооздоровления;

* привитие навыков ЗОЖ;
* формирование потребности в физических упражнениях; Для педагогов:

-формирование педагогических компетенций по использованию здоровьесберегающих технологий в работе с детьми: теоретический компонент, практический компонент; мотивационный компонент;

Для родителей:

-активное включение родителей в педагогический процесс ДОО;

-обучение применению методов оздоровления детского организма в повседневной жизни;

# Перспектива развития проекта

Обобщение и сохранение лучших традиций в работе детского сада с семьями воспитанников.

Установление практических связей с социальными партнерами по вопросам здоровьесбережения и культуры ведения здорового образа жизни.

Изменение отношения сотрудников к собственному здоровью с целью трансляции воспитанникам и родителям личного примера ЗОЖ.

Подготовка материалов для публикаций на сайте ДОО.

# Контроль исполнения проекта.

С целью контроля выполнения проекта на каждом этапе проводятся:

* мониторинг условий, необходимых для реализации проекта;
* психолого – педагогический мониторинг детского развития и образовательного процесса;
* мониторинг профессиональной компетентности педагогов;
* проведение опросов среди родителей;
* заслушивание отчётов;
* анализ и корректировка проводимой работы, на основании полученных данных.

# Дальнейшее развитие проекта.

В результате данного проекта будет создана эффективная система работы в ДОО по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни, которая обеспечит комплексное решение оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач, а также совершенствование и модернизацию образовательного процесса с дошкольниками.

Обобщены и сохранены лучшие традиции в работе детского сада с семьями воспитанников.

Изменено отношение сотрудников к собственному здоровью с целью трансляции воспитанникам и родителям личного примера ЗОЖ.

Подготовка материалов для публикаций на сайте ДОО.

# Список используемой литературы

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду М.: Сфера, 2003 – 88 с.
2. Белая К.Ю., Зимонина В.А. «Как обеспечить безопасность дошкольников: конспекты занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста» М.: Просвещение, 2000 – 94 с.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам: программа и программные требования М.: 1999 – 144 с.
4. Зимонина В.А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.;ВЛАДОС,2003-304 с
5. Колабанов В.В. Валеология – СПб: Деан, 2001
6. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению

детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.

1. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
2. Нищева Н. В.«Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт –Петербург Детство –Пресс 2010 г.– 127 с.
3. Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. СПб, 2002 – 176 с.
4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004