**Тема: «Мы здоровью скажем «Да»**

« Чтобы сделать ребенка умным и

рассудительным, сделайте

его крепким и здоровым»

Ж.-Ж. Руссо

Пояснительная записка

***Актуальность***Федеральные государственные образовательные стандарты выдвигают задачи – создание условий, необходимых для защиты, сохранения и укрепления здоровья каждого ребёнка, формирование культурно – гигиенических навыков, потребности вести здоровый образ жизни; развитие представлений о своём здоровье и о средствах его укрепления. Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к состоянию здоровья человека, особенно детей школьного возраста. Подростковый возраст является решающим в формировании фундамента физического здоровья. Поэтому важно в школьном возрасте сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

***Цель проекта*** – создание единого оздоровительного пространства в социально-реабилитационном центре путем внедрения инновационных преобразований в направлении педагогической деятельности, ради достижения нового качества оздоровительной работы и формирование у воспитанников имиджа здорового образа жизни.

Основными ***задачами***проекта являются:

- Расширить и закрепить знания детей о здоровом образе жизни.

- Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.

- Разработать цикл мероприятий познавательно характера, способствующих формированию представлений о человеческом организме как важное условие формирования здорового образа жизни.

***Характеристика предполагаемых результатов***

-снижение уровня заболеваемости детей;

-повышение уровня физической подготовленности воспитанников;

-формирование у воспитанников осознанной потребности в здоровом образе жизни;

-развитие физических и нравственных качеств детей, расширение кругозора, сохранение и укрепление здоровья;

***Критерии оценки результативности проекта***

Исходя из целей и задач, подобранных диагностических методик предложены следующие критерии оценивания:

- устойчивость интереса, который проявляется к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения;

- самостоятельность проявления здоровьесберегающей компетентности в разных видах детской деятельности и поведении;

- осознание себя, своих желаний и потребностей, стремление к самооценке;

- направленность на выполнение элементарных трудовых процессов, полезных для здоровья, его укрепления и сохранения;

- применение ребенком здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в жизни;

- актуализация здоровьесберегающих знаний, умений и навыков в конкретной жизненной ситуации;

- решение задачи, содействующее сохранению собственного здоровья;

- самостоятельность решения.

Наличие выделенных проявлений в поведении ребенка свидетельствует о его правильном отношении к здоровью и здоровому образу жизни.

*Высокий уровень*. Ребенок проявляет интерес к здоровью, интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни. Интерес проявляется как в организованных взрослым видах деятельности, так и в самостоятельной детской деятельности. В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок дает адекватные ответы и предлагает адекватные решения, удовлетворен предлагаемыми решениями. И решения, и ответы на вопросы ребенок готов прокомментировать, объяснить. Воспитанник обладает здоровьесберегающей эрудицией, в процессе взаимодействия со взрослым показывает глубину и полноту соответствующих знаний, умений, навыков. Демонстрируемые ребенком знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, самостоятельно проявляются в его поведении и жизнедеятельности. Не существует разрыва между знаниями, умениями, навыками и реальным поведением.

*Средний уровень*. Ребенок проявляет интерес к здоровью, интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни. Интерес ребенка проявляется исключительно в организованных для него взрослым видах деятельности. В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок чаще всего дает адекватные ответы и предлагает адекватные решения. Допускает ошибки или решает некоторые задачи неадекватно, неадекватными способами, не всегда удовлетворен своими решениями. И решения, и ответы на вопросы чаще всего ребенок не готов прокомментировать, объяснить, испытывает затруднения. Частично демонстрируемые ребенком знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, проявляются в его поведении и жизнедеятельности самостоятельно и с помощью педагога. Но чаще всего знания, умения, навыки глубже, полнее и качественнее, чем реальное поведение дошкольника, имеют тенденцию не отражаться в нем (знаю, но не делаю; знаю, но не переношу в свою жизнь, не применяю в конкретных ситуациях).

*Низкий уровень*. Ребенок не проявляет интереса к здоровью, не интересуется содержанием бесед, игр и других форм взаимодействия со взрослыми и сверстниками, посвященных здоровью, здоровому образу жизни, или имеет неустойчивый слабый интерес, который проявляется только в индивидуальном взаимодействии педагога с ребенком и требует постоянной активизации и направленности через специально организованные виды детской деятельности. В ходе бесед и решений диагностических проблемных ситуаций и дидактических игр ребенок чаще всего дает неадекватные ответы и предлагает неадекватные решения. Допускает серьезные ошибки. И свои решения, и ответы на вопросы прокомментировать, объяснить отказывается. Демонстрируемые ребенком неадекватные знания, умения, навыки закреплены и отражаются в его опыте, проявляются в его поведении и жизнедеятельности. Ребенок некомпетентен.

***Масштаб проекта:***участники, родители (законные представители) воспитанников. Длительность: сентябрь 2019 – май 2020 г.

**План проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **С воспитанниками** | **С родителями** | **Сроки реализации** |
| Мониторинг физического развития детей на начало учебного года | Создание коммуникативной модели «Вы спрашивали – мы отвечаем» | Сентябрь – октябрь  (1 этап подготовительный) |
| Исследование мотивов двигательной активности и эмоционального отношения дошкольников к физической культуре | Анкетирование «Укрепление здоровья ребенка в семье» |
| Составление паспорта здоровья | Конкурс творческая мастерская» (изготовление нестандартного оборудования) |
| Интервьюирование «Где прячется здоровье» | Консультация для родителей на тему «Движение и речь – взаимосвязь при формировании основ здоровья» |
| Просмотр информационного слайд- презентации «Здоровье и болезни» | Родительское собрание «Мы здоровью скажем «Да» |
| «Веселые старты» (физкультурно-  познавательное мероприятие) | Встречи со специалистами ДОУ ( психолог, учитель – логопед, инструктор по физической культуре, музыкальным работником, ст. медсестрой и др.) на общих родительских собраниях, семинарах – практикумах просмотр открытых занятий, индивидуально по запросу; | 2 этап Основной  ( ноябрь- апрель) |
| День здоровья «Калейдоскоп здоровья» (интегрированное физкультурно- оздоровительное  мероприятие, с элементами оздоровительного тренинга) | Выставка рисунков «Мы, за здоровый образ жизни» |
| Праздник «Здоровая семья – здоровая страна»(спортивный праздник с участием родителей) | НОД по физической культуре и развлечения с участием родителей:  Мама, с папой в мире спорта  Тематическая неделя «Семья» |
| Реализация модели  двигательного режима в течении дня | Оформление информации на папках-передвижках и стендах |
| Профилактические мероприятия (пальчиковая гимнастика, гимнастика пробуждения, занятия по  профилактике плоскостопия) | Фотоконкурс «Красота в движении – здоровье с детства» |
| Конкурс рисунков «Здоровье глазами ребенка» | Межсемейные проекты  (эссе) : «Если хочешь быть здоров…»  Открытый просмотр утренних гимнастик «На зарядку становись!» |
| Праздник совместно с папами, посвященный празднованию 23 февраля «Бравые солдаты» | Семинар-практикум «Игра средство воспитания и развития ребенка» |
| Комплекс интегрированных НОД в течении года :  - «Где прячется здоровье»  - «Как устроено тело человека?»  - «Витамины и полезные продукты»  - «Как работает сердце человека?»  - «Личная гигиена».  А так же:  - физкультурные занятия в зале и одно на улице, бассейн;  - утренняя гимнастика,  - коррегирующая гимнастика  - закаливающие мероприятия;  - самостоятельная двигательная активность;  - музыкальные занятия;  - динамические паузы;  - физкультминутки;  - логоритмика;  - пальчиковые игры,  - артикуляционная гимнастика;  - профилактическая гимнастика (самомассаж);  - дыхательная гимнастика;  - бег, ходьба, спортивные и  подвижные игры на улице  - Витаминизация (соки, фрукты, напитки). | Консультации и беседы  (индивидуальные и групповые) позволяющие корректировать работу по оздоровлению детей,  получать вовремя информацию по  проблемам семьи в области здоровья: «Здоровье дошкольника в  современном мире», «Загородные прогулки и походы» «Наши привычки –привычки «наших детей»,«Как уберечь ребенка от травм» |
| Сравнительная диагностика  знаний, умений и навыков детей | Анкетирование родителей | 3 этап Рефлексионный (май) |
| Подведение итогов мониторинга состояния здоровья детей.  Итоговое заседание с рефлексией деятельности | Родительское собрание: «Здоровая семья - здоровая страна» |
|  | Выражение благодарности родителям, внесшим большой вклад в реализацию проекта. |

Мониторинг уровня физического развития, состояния здоровья.

Включает:

- диагностику знания, умения, навыки, предусмотренные программой, наблюдение за поведением ребёнка в повседневной жизни;

- выявление индивидуальных особенностей развития психических процессов, особенно поведения и эмоционально – волевой сферы.

Итогам обследования является проведение психолого-педагогического совещания, на котором обсуждаются диагностические данные по выявленным проблемам у воспитанников, берутся под контроль наиболее сложные дети, намечается дальнейший план индивидуальной работы.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей.

Периодичность мониторинга: 2 раза в год (сентябрь, май)

Итак, данный проект позволит достичь поставленных целей при наименьших затратах ресурсов. Благодаря качественно организованной работе показатель заболеваемости детей будет снижен, а это значит, что дошкольники станут более крепкими, выносливыми, реже будут пропускать физкультурные НОД и тренировки. В ходе реализации проекта педагогический опыт можно будет распространить в рамках района и города (так как данная проблема вызывает интерес у коллег, демонстрирует ценность взаимодействия родителей воспитанников и общественности). Повышение уровня знаний в вопросах физического воспитания на мероприятиях в ДОУ будет содействовать тому, что родители будут больше внимания уделять этому вопросу дома. Таким образом, можно надеяться, что со временем эти знания войдут в повседневную жизнь каждой семьи

***Ресурсное обеспечение проекта:***

1. Физкультурный уголок в группе.

2. Спортивный зал.

3. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.

4. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, конспекты бесед, занятий, сценарии спортивных развлечений и т. д.).

5. Подборка методической литературы.

6. Изготовление нестандартного оборудования

***В проекте использованы принципы здоровьесберегающих технологий***:

1.принцип «Не навреди!»;

2.принцип сознательности и активности;

3.непрерывности здоровьесберегающего процесса;

4.систематичности и последовательности;

5.принцип доступности и индивидуальности;

6.всестороннего и гармонического развития личности;

7.системного чередования нагрузок и отдыха;

8.постепенного наращивания оздоровительных воздействий др.

***Список использованной литературы:***

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. —М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014. — 368 с

2.Авксентищева О. Изучи себя сам. Обруч, 2001, № 5

3. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С. 21 – 28.

3.Бабенкова Е.А. Как приучить ребенка заботится о своем здоровье.М.: Вентана-Граф, 2004

4.Иванова А.И. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек.М.: Творческий центр Сфера, 2004

5.Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2004

6. Кулик Г.и., Н.Н. Сергиенко. школа здорового человека. Программа для ДОУ. М., ТЦ «Сфера», 2008г.

7. Луконина Н. Физкультурные праздники в детском саду. М., 2004.

8. Махонева М. Воспитание здорового ребенка. //Дошкольное воспитание, №6, 2002

9.Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. М.: Аркти, 2000

10.Теплякова С.А. Учимся быть здоровыми. Тамбов, 1995

11. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. М, ТЦ «Сфера», 2005г

http://vedizozh.ru/zozh-v-detskom-sadu-10-prostyih-usloviy-zdorovya/

http://neosports.ru/osnovnoe/osobennosti-formirovaniya-zdorovogo-obraza-zhizni-dlya-detej-doshkolnogo-vozrasta.html

http://zanimatika.narod.ru/ZOJ.htm