



Желаю вам цвести, расти
Копить, крепить здоровье,
Оно для дальнего пути –
Главнейшее условие
С.Я. Маршак

Педагогический проект «Если хочешь быть здоров: - закладывание основных навыков по формированию здорового образа жизни».

Автор проекта:
Минина Валентина Владимировна
воспитатель МБДОУ детский сад
№23 «Колокольчик»
общеразвивающего вида.
Моршанский район





Актуальность проекта

Здоровье – это сложное понятие, которое включает характеристику физического и психического развития человека; адаптационные возможности его организма; его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определенный уровень умственной и физической работоспособности. В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом. Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления. Вот почему так важно каждому ребенку обеспечить особое внимание и заботу в сохранении и укреплении его здоровья.





Проблем

а
Как снизить уровень
заболеваемости в
группе





Цель проекта

**Снижение
заболеваемости,
сохранение и укрепление
здоровья детей
младшего дошкольного
возраста.**





Задач

И:

- ✓ **Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье; беречь его;**
- ✓ **Учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни с применением оздоровительных технологий;**
- ✓ **Прививать детям понимание необходимости правильного питания, выполнения гигиенических процедур, занятий физическими упражнениями.**





Новизн

а

**Применение
облучателя -
рециркулятора**





Паспорт проектной деятельности

Участники проекта:

- ✓ Дети группы общеразвивающей направленности с 3 до 4 лет
- ✓ Воспитатели группы,
- ✓ Помощник воспитателя,
- ✓ Специалисты.

Вид проекта: Практико-ориентированный, групповой

Продолжительность: долгосрочный

Средства реализации:

- ✓ Специально-организованное обучение.
- ✓ Совместная деятельность воспитания с детьми
- ✓ Организация здоровьесберегающей и развивающей среды
- ✓ Работа с родителями и специалистами.





Предполагаемый результат

- Улучшение состояния физического и психического здоровья дошкольников;
- Повышение сопротивляемости организма ребенка к вирусным и простудным заболеваниям;
- Понимание детьми необходимости правильного питания, выполнения гигиенических процедур, занятий спортом с применением оздоровительных технологий для сохранения и укрепления здоровья.





Взаимосвязь работы воспитателей и помощника воспитателя

- Соблюдение режима питания детей в соответствии с режимом дня**
- Санитарное состояние помещений к моменту приема пищи (в том числе сервировка столов, подачу пищи и уборку помещений)**
- Организация приема пищи детей**
- Соблюдение режима**
- Санитарно-гигиенические навыки детей (включая посадку, поведение и др)**







Этапы работы с детьми

над проектом:

Содержание	Срок	Задачи
1	1-й этап – накопление знаний	1
1: Анкетирование родителей	ноябрь	Выявить участие родителей в оздоровлении детей в семье.
Тема «Здоровье и болезнь»	В течение года	Научить заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.
Тема: «Личная гигиена»	В течение года	Сформировать понимание значения и необходимости гигиенических процедур
Тема: «Здоровая пища»	В течение года	Помочь понять, что здоровье зависит от правильного питания.
Тема: «Спорт»	В течение года	Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни
Артикуляционная и сопряженная гимнастика	В течение года	Корректировать нарушения речи; привлечь внимание к ощущениям, которые возникают от движений мышц пальцев, языка, губ, научить управлять этими движениями.
Физкультурные занятия (по плану инструктора по физкультуре)	В течение года	Повысить двигательную активность, формировать двигательные умения и навыки
Комплексы точечного массажа и дыхательной гимнастики	В течение года	Воспитывать чувство ответственности за свое здоровье; профилактика заболеваний
Подвижные игры	В течение года	Закреплять навыки выполнения основных видов движений, повышать двигательную активность воспитанников
Свободная самостоятельная деятельность детей	В течение года	Формирование самостоятельной двигательной деятельности дошкольников, обеспечение возможности саморазвития личности
Создание эмоционального благоприятного климата	В течение года	Формирование атмосферы доброжелательности, раскрепощенности, взаимного уважения, дружелюбия и деликатности





1	2	3
2ой этап – практический		
Консультации для родителей «Помогите ребенку укрепить здоровье»; «Компьютер – за и против» Познавательные занятия «Сохрани здоровье сам» Физические паузы; оздоровительные минутки; Гимнастика пробуждения Игровые тренинги или игры, которые нас лечат Оздоровление фитонцидами Чтение художественной литературы: Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумазая» и др. Создание сюжетной ситуации	I квартал В течение года В течение года В течение года В течение года с октября по апрель В течение года	Привлечь родителей воспитанников к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья детей Учить самостоятельно следить за своим здоровьем, знать несложные приемы оздоровления, прививать любовь к физическим упражнениям Способствовать снятию утомления и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне Учить следить за своим здоровьем, побуждать к выполнению упражнений, радоваться достигнутым результатам. Подавлять отрицательные эмоции, снятие невротических состояний Активно применять чесночно - луковую терапию Воспитывать бережное отношение к своему здоровью Развитие образного мышления, способность принимать решения.
3ий этап - заключительный		
Презентация проекта	май	Итог полученных в процессе реализации проекта знаний





Методы реализации проекта

Практические	Словесные	Наглядные
<p>Создание здоровьесберегающей и развивающей среды. Организация режима двигательной активности</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Беседы2. Чтение художественной литературы.3. Дидактические игры.4. Сюжетно-ролевые игры.5. Подвижные игры6. Моделирование ситуаций7. Консультации8. Наблюдения	<ol style="list-style-type: none">1. Сбор фотоматериалов2. Рассматривание иллюстраций3. Личный пример взрослых





Здоровьесберегающие педагогические технологии

1 Технологии сохранения и стимулирования здоровья;

- физкультминутки и динамические паузы;
- подвижные и спортивные игры;
- пальчиковая гимнастика;
- гимнастика для глаз;
- дыхательная гимнастика;
- гимнастика бодрящая;

2 Технологии обучения здоровому образу жизни

- физкультурные занятия;
- игротренинги и игротерапия;
- коммуникативные игры;
- циклы занятий и игровых упражнений из серии «Здоровье»;
- самомассаж и точечный массаж;

3 Коррекционные технологии:

- арттерапия;
- сказкотерапия;
- психогимнастика;
- фонетическая ритмика











Научно-методическая база:

- Методика М.Ю.Картушина – повышение оздоровительной и познавательной активности, развитие эмоционально-волевой сферы и игровой деятельности. Приобретение навыка правильного дыхания и элементарного самомассажа;
- Методика В.Т.Кудрявцева и Б.Б.Егорова – приобщение к физической культуре детей и развитие форм оздоровительной работы;
- Методика С.Б.Шармановой – развитие и коррекция познавательной и эмоционально-личностной сферы психики ребенка;
- Методика А.Н.Стрельниковой – восстановление нарушенного носового дыхания, повышение общей сопротивляемости организма, его тонуса;
- Методика А.А.Уманской – профилактика и лечение насморка;
- Методика Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко – воспитание основ культуры здоровья и безопасности.
- Методика Л.В.Игнатовой, О.И.Волик – соблюдение режима дня, питания, развитие психолого-педагогических и коррекционно-развивающих основ формирования и развития здоровья детей.
- Методика Н.И. Крылова – формирование у детей представлений о здоровом образе жизни
- Методика М.А.Павловой, М.В.Лысогорской – развитие ребенка, защита и сохранение его здоровья.





Информационные ресурсы:

- wikiwiki ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования (Тамбов Вики)
<http://ipklabdo.lantanet.ru/ipkmediawiki/index.php>;
- Социальная сеть работников образования
<http://nsportal.ru>;
- Открытый класс. Сетевые образовательные сообщества <http://www.openclass.ru>;
- Международный русскоязычный социальный образовательный интернет-проект
<http://www.maam.ru>





Мониторинг за состоянием здоровья

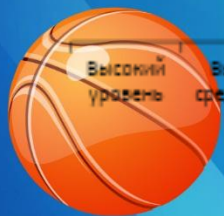
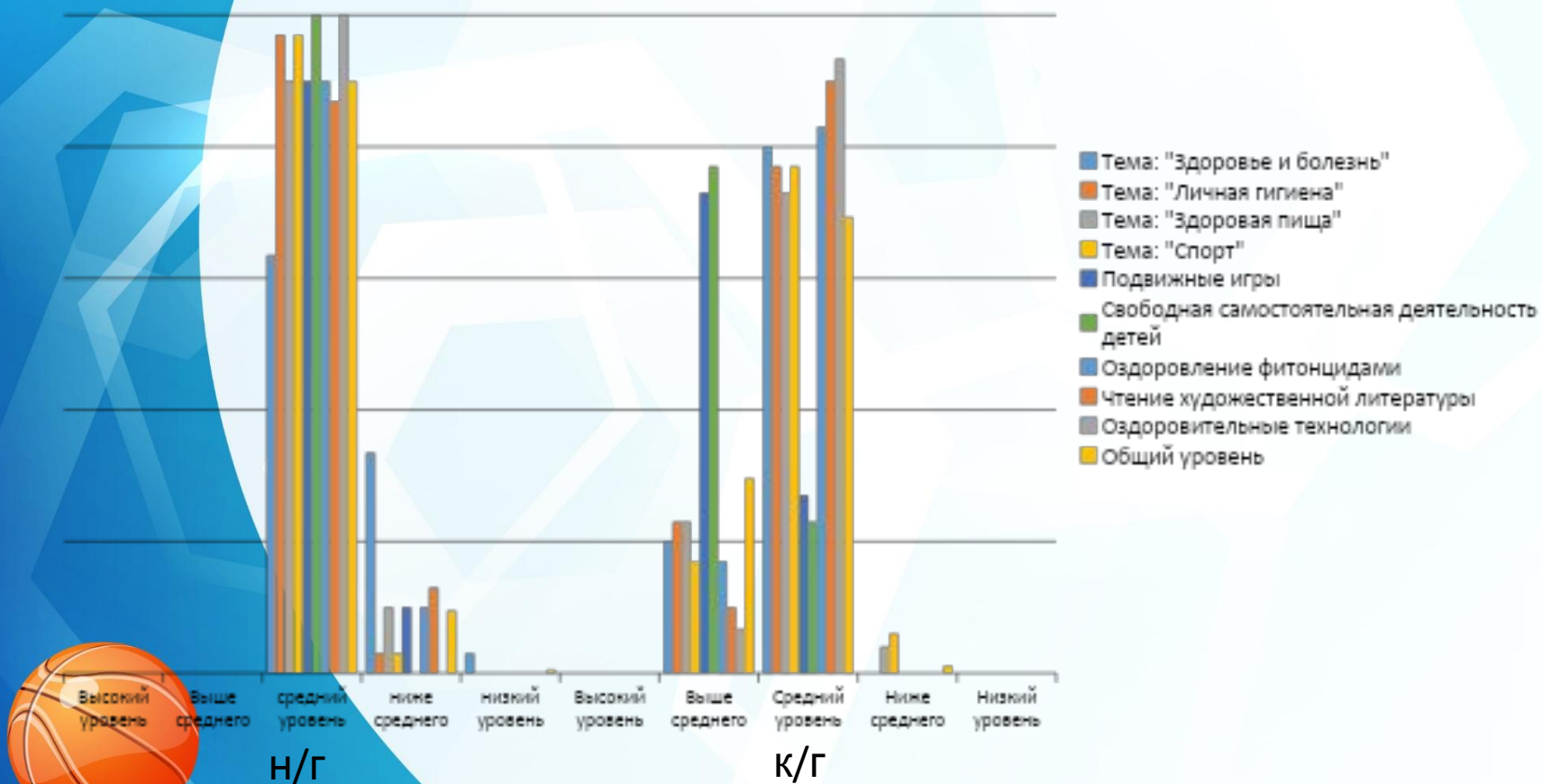
Физическим развитием детей

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Тема: «Здоровье и болезнь»		Тема: «Личная гигиена»		Тема: «Здоровая пища»		Тема: «Спорт»		Подвижные игры		Свободная самостоятельная деятельность детей		Оздоровление фитонцидами		Чтение художественной литературы		Оздоровительные технологии		Общий уровень	
		н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г	н/г	к/г
1	Брилев Артем	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	
2	Веселова Софья	н	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с
3	Гребенчиков Антон	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с
4	Гурков Матвей	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
5	Девятова Настя	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с
6	Дударев Саша	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	н/с	с	с	с	с	с
7	Земцова Алина	н/с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
8	Земцов Иван	н/с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	с	с	в/с
9	Козодавин Артем	н/с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
10	Котов Алеша	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	с	с	с
11	Коротаева Лиза	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
12	Кузнецова София	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
13	Короткова Анна	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
14	Кожевникова Саша	н/с	с	с	с	с	с	с	н/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
15	Морозова Алиса	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
16	Пудикова Арина	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с
17	Пудиков Данила	с	с	с	в/с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	в/с
18	Плакшина Дарья	н/с	с	с	с	с	с	с	с	н/с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с
19	Славская Алина	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	в/с	с	с
20	Сидорова Алина	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	в/с
21	Синельникова София	н/с	с	с	с	н/с	с	с	с	н/с	с	с	с	н/с	с	с	с	с	с	с	с
22	Тюнькин Паша	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
23	Тишков Дима	с	с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с
24	Тевин Максим	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
25	Федотова Дарья	н/с	с	с	с	с	н/с	с	н/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	с
26	Ходяков Максим	н/с	с	с	с	н/с	с	с	с	с	с	с	с	н/с	с	н/с	с	с	с	с	с
27	Шабырин Алеша	н/с	с	н/с	с	н/с	с	н/с	с	н/с	с	с	с	н/с	с	н/с	с	с	с	н/с	н/с
28	Шнуренкова Лиза	н/с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	с	н/с	с	с	с	с	с
29	Червякова Алина	с	в/с	с	с	с	с	с	с	с	в/с	с	в/с	с	в/с	с	с	с	с	с	с
5	Высокий уровень																				
4	Выше среднего		20%		23%		23%		17%		73%		77%		17%		10%		6,7		29,6
3	Средний уровень	63,5	80%	97%	77%	90%	73%	97%	77	90%	27%	100	23%	90%	83%	87%	90%	100	93,3	90	69,3
2	Ниже среднего	33,5		3%	10%	4%	3%	3%	6%	10%				10%		13%				9,5	1,1
1	Низкий уровень	3%																			0,5





Результаты мониторинга





Работа с родителями

Цель: Создание здоровьесберегающего пространства детства, создание общей установки на решение задач воспитания здорового ребенка.

Задачи: Изучить микроклимат семьи, создать атмосферу доверия.

Обеспечить базовые условия для сотрудничества по вопросам воспитания здорового ребенка.





Уровень заинтересованности родителей по формированию здорового образа жизни





Общий уровень компетентности у педагогов о здоровом образе жизни





Результативно

- Улучшилось качество сна (глубокий, спокойный, достаточной длительности) аппетит (самостоятельно с удовольствием едят разнообразную пищу);
- Эмоциональное состояние и поведение (достаточно самостоятельны, активны, доброжелательны в общении с окружающими);
- С желанием и интересом играют одни и с другими детьми;
- Разнообразны двигательные действия, в том числе и с предметами, наличие ведущих, жизненно важных движений и поз;
- Наличие основных гигиенических умений навыков самообслуживания;
- Самостоятельность в двигательных действиях, определенной ловкости, ориентировки в пространстве во времени ходьбы и бега
- Снижение заболеваемости.





Перспектива на будущее

Взаимодействие всех субъектов педагогического процесса здоровьесберегающей деятельности приведет нас к конечному желаемому результату: модели идеально здорового ребенка, готового к дальнейшему обучению в школе.





Спасибо за внимание

