



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



2015



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

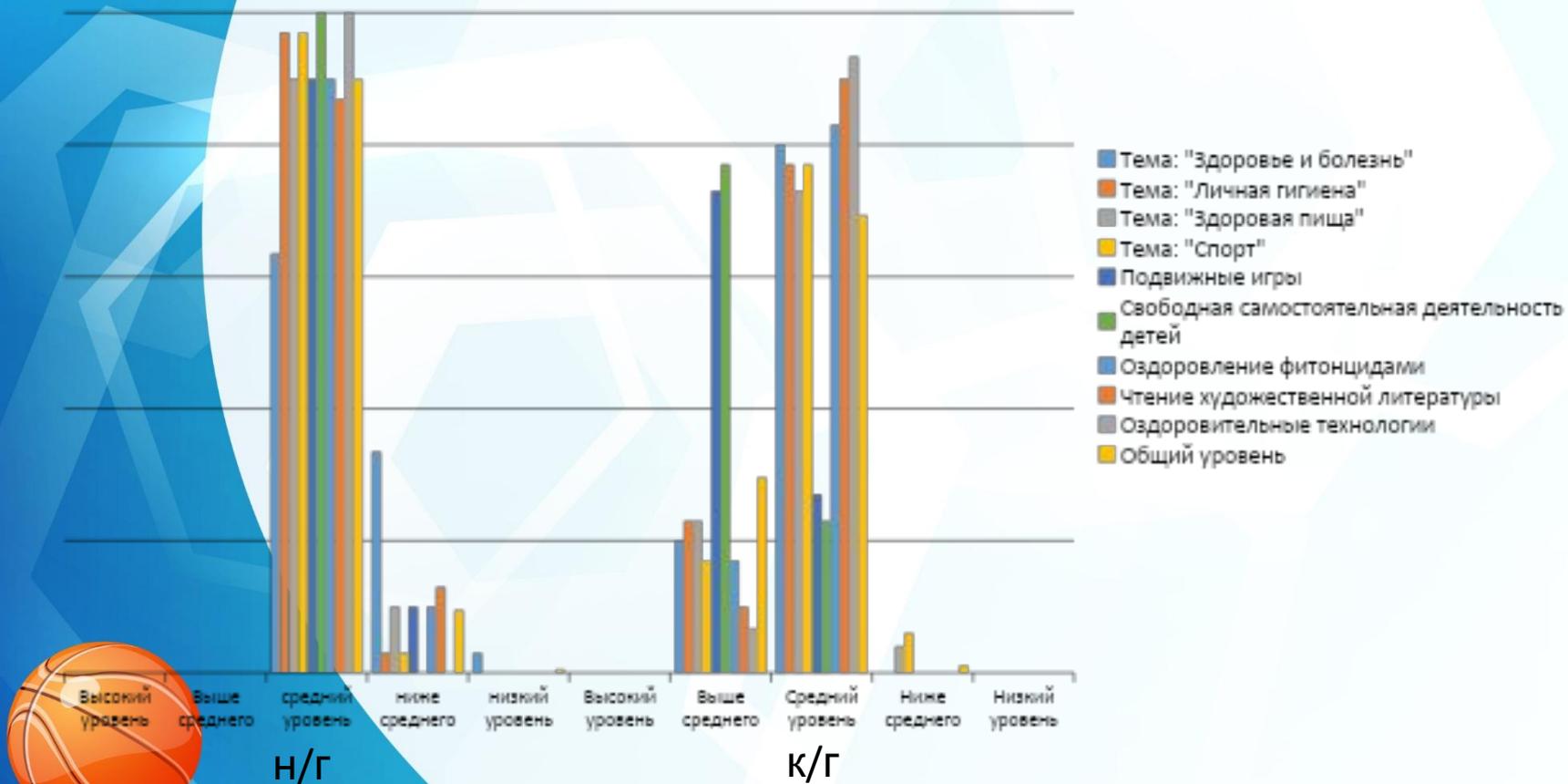
Физическим развитием детей

| № 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 | в/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% | 4% | 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

