**Методический проект для педагогов «О здоровье всерьез»**

**Аннотация проекта**

Проект долгосрочный, рассчитан на учебный год (с сентября по май) и направлен на педагогов ДОУ. В ходе проекта педагоги уточнят нормативно-правовые документы по проблеме сохранения и укрепления здоровья дошкольника, смогут определить уровень своих знаний и умений по данной проблеме с помощью анкетирования и самоанализа, а также уточнят и пополнят знания по вопросам здоровьесбережения через различные формы работы, а именно: консультации, семинары-практикумы, открытые мероприятия, мастер-классы, педсовет.

 Постановка проблемы.

По определению Всемирной организации здравоохранения «Здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни». И, действительно, самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста болезней цивилизации; чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения. Этому искусству, мы думаем, и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Нужно постоянно помнить о том, что сейчас идеально здоровых детей немного.

Дошкольный возраст является решающим периодом в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. На этом этапе важно воспитать у детей осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, базу знаний и практических навыков здорового образа жизни. Достижение положительных результатов в воспитании здорового ребенка возможно лишь в том случае, если за время его пребывания его в детском саду осуществляется разноплановая работа по физическому воспитанию и оздоровлению, которая складывается в определенную систему.

Роль педагога ДОУ состоит в организации педагогического процесса, сберегающего и укрепляющего здоровье ребёнка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

 Цель проекта:

Основной целью проекта является повышение компетентности педагогов по физическому воспитанию, созданию условий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

 Задачи проекта:

1. Проанализировать знания и умения педагогов по физическому воспитанию, созданию условий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников.
2. Повысить профессиональную компетентность педагогов по организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми с использованием различных здоровьесберегающих технологий.
3. Совершенствование системы работы педагогов по физическому воспитанию, созданию условий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников.
4. Стимулирование творческой деятельности педагогов к физкультурно-оздоровительной работе.

**Стратегия достижения поставленных целей и задач**

Реализация поставленных задач будет происходить в три этапа: подготовительный, реализационный, итоговый.

**1 этап –** анкетирование педагогов по вопросам физкультурно-оздоровительной работы (Приложение № 1, 2), подбор методической литературы.

**2 этап -** реализационный.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Форма работы | Наименование мероприятия | ответственные | Сроки проведения |
| Консультации  | **Для всех воспитателей** «Организация двигательной активности на прогулке с позиции безопасности и сохранения здоровья дошкольников»; **Для воспитателей младших групп** «Двигайтесь на здоровье» **Для воспитателей старшего дошкольного возраста** «Формирование здорового образа жизни посредством валеологии»; **Для всех воспитателей** «Значение двигательной активности в неорганизованных видах деятельности»;**Для воспитателей старших и подготовительных групп** «Формирование у старших дошкольников целостного отношения к здоровому образу жизни в процессе физического воспитания»**Для всех воспитателей** «Закаливание в летний период»  | Старший воспитательВоспитатель Ореховская Т.А.Старший воспитательСтарший воспитатель Инструктор по ф/к Шиловская Н.Н.Медсестра Семенова Т.В. | 2-я неделя сентября 3-я неделя октября2-я неделя ноября 2-я неделя декабря 2-я неделя марта 3-я неделя мая |
| Семинары, семинары - практикумы | «Здоровьесберегающие технологии в работе с дошкольниками»,«В здоровом теле - здоровый дух» - 1-е занятие «Развитие физических качеств у дошкольников»; (Приложение № 3)2-е занятие «Совершенствование работы по развитию основных движений дошкольников»(Приложение № 4) | Заведующая д/сСтарший воспитатель, инструктор по ф/к | 2-я неделя октября1 и 3 неделя декабря  |
| Рефлексивно-ролевая игра | «Что поможет ребенку в нашем детском саду быть здоровым?» | Старший воспитатель | 3 – я неделя марта  |
|  Тренинги | **Для воспитателей младших** **и средних** групп **Дыхательная гимнастика** «Поиграем с носиком», «Ёжик» и др., **гимнастика пробуждения.****Для воспитателей старших и подготовительных групп** Массаж биологически активных точек, точечный массаж, самомассаж . | Воспитатель высшей кв. категории Ореховская Т.А. Медсестра по массажу | 1-я неделя ноября2-я неделя ноября |
| Мастер-классы | «Здоровье и спорт» - организация и проведение спортивных, народных игр и упражнений в младшем и среднем дошкольном возрасте**Познавательно-оздоровительное** занятие в старшей группе «Путешествие в страну Носарию»**Физкультурно-оздоровительное** занятие в подготовительной группе «Радуга здоровья»  | Инструктор по ф/к Шиловская Н.Н.воспитатель высшей квалификационной категории Трушина Т.Ю.Инструктор по ф/к Шиловская Н.Н. | 1-я неделя октября 2-я неделя декабря3 неделя февраля |
| Конкурсы-смотры | «Нестандартное спортивное оборудование», «Лучший физкультурный уголок» | Методсовет  | Октябрь Январь  |
| Недели Здоровья | **Проведение оздоровительного часа** в разных возрастных группах;**Занятия по валеологии** в средней группе на тему: «Наши глаза», в подготовительной группе «Как и чем мы дышим»,в младшей группе «Нос и уход за ним», **Интегрированное физкультурно-речевое** занятие «Путешествие в лес»,**Физкультурный досуг** в старших и подготовительных группах «Спорт- это сила и здоровье» **Развлечение** «Путешествие в страну Здоровья» в младших и средних группах | Воспитатель Филипичева Н.В,Султанова Н.Ф, инструктор по ф/кВоспитатели Юдочкина Е.А.,Перькова Н.А.,  Белокопытова А.А.Инструктор по ф/к, воспитатель Пашкова А.Д. инструктор по ф/к Шиловская Н.Н.,воспитатели групп | 3-я неделя октября4 неделя ноября 2-я неделя февраля7 апреля 7 апреля |
| Педсовет с использованием интерактивных форм работы  | **Тема: «О здоровье – всерьез»**- Вступительное слово «Сохранение и укрепление здоровья детей в ДОУ»- Что такое Здоровье?- Анализ заболеваемости за прошедший год.- Нормативно-правовые документы, регламентирующие задачу сохранения и укрепления здоровья;- Отчеты воспитателей об оздоровительной работе, проводимой в каждой возрастной группе;- Составление модели здорового ребенка;- Блиц-опрос педагогов по теме педсовета, работа с карточками;- Итоги рейда «Безопасные условия пребывания детей в детском саду»;  | Заведующая, старший воспитатель | 3 – я неделя апреля  |

**3 этап –** повторное анкетирование педагогов по вопросам физкультурно-оздоровительной работы, сравнительный анализ, выводы.

 Ожидаемые результаты.

1. Осознание педагогами понятия «Здоровье».
2. Повышение уровня компетенции педагогов по организации физкультурно-оздоровительной работы.
3. Постоянное использование в работе с детьми здоровьесберегающих технологий.
4. Пополнение физкультурных уголков нетрадиционным оборудованием.

Используемая литература:

Н.Н.Авдеева, О.Л.Князева, Р.Б. Стеркина - Учебное пособие «Безопасность» - С. –Петербург, «Детство-Пресс», 2004 г.

И.М.Бушнева, И.М.Якунина, Е.А.мартынова и др. «Педагогические советы» - Волгоград, «Учитель», 2010 г.;

Н.Е.Веракса, М.А.Васильева, Т.С. Комарова Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» - Москва «Мозаика – синтез», 2011 г.;

М.С.Горбатова «Оздоровительная работа в ДОУ (нормативно- правовые документы, рекомендации) – Волгоград, «Учитель», 2010 г.;

В.Н.Зимонина Программа Воспитание ребенка – дошкольника «Росинка», модуль «Расту здоровым» - Москва, «Владос», 2003 г.;

А.И.Колобанова, В.А.Лисинв и др. «Педагогические советы: профессиональное партнерство» - Волгоград, «Учитель», 2012 г.;

Н.И.Крылова «Здоровьесберегающее пространство ДОУ» - Волгоград, «Учитель», 2009 г.;

М.М.Орлова, О.П. Акузина, М.В. Лысогорская и др. Программа «ОЗОЖ» - Саратов, «Научная книга», 2000г.;

М.А, Павлова, М..В. Лысогорская «Здоровьесберегающая система ДОУ» - Волгоград, 2009 г.;

Журнал «Справочник старшего воспитателя» - № 1,2,3/11г.

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.2660 – 10.

Анкета

Уважаемый воспитатель!

Предлагаем вам суждения, касающиеся организации физкультурно-оздоровительной работы, проводимой с детьми в условиях ДОУ. Ваше согласие с суждениями отразите в графе «регулярно», «часто», «редко», соответствующей вашей профессиональной компетенции.

Ф.И.О. воспитателя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Суждение | регулярно | часто | редко |
| 1. | Провожу упражнения на развитие разных групп мышц, на поднятие и поддержание тонуса |  |  |  |
| 2. | Использую подвижные игры с ходьбой, бегом, лазанием на прогулке |  |  |  |
| 3. | Внимательно наблюдаю за самочувствием ребенка на занятиях, его реакцией на нагрузки |  |  |  |
| 4. | Варьирую физическую нагрузку в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка |  |  |  |
| 5. | Стремлюсь пробудить у каждого ребенка интерес к здоровому образу жизни |  |  |  |
| 6. | Использую игровые мотивации при проведении гимнастики, физкультминуток, занятий. |  |  |  |
| 7. | Определяю в плане работы время для проявления двигательной активности детей |  |  |  |
| 8. |  Провожу в соответствии с планом физкультурно-оздоровительной работы:- подвижные игры на свежем воздухе;- гимнастику после сна;- гимнастику для глаз по профилактике усталости;- прогулки;- индивидуальную работу по физическому воспитанию;- физминутки на занятиях.  |  |  |  |
| 9. | Постоянно информирую родителей о физическом состоянии и развитии ребенка через:- информационные стенды;- устные сообщения (индивидуальные беседы);- родительские собрания |  |  |  |

### АНКЕТИРОВАНИЕ

воспитателей по вопросам физического воспитания детей

1. Назовите задачи образовательной области «Физическая культура» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 2. С какими образовательными областями интегрируется образовательная

 область «Физическая культура» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Какие знания получают дети в процессе физического воспитания\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Чем руководствуется воспитатель при отборе упражнений для любой

 возрастной группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. С какого возраста используются упражнения в соревновательной форме и почему? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Чем отличается распоряжение от команды? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Что такое корригирующие упражнения? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. Какие физические качества необходимо формировать в процессе обучения движениями? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
5. С какой целью используются зрительные ориентиры, как приём обучения? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
6. Почему надо называть разученное детьми упражнение? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
7. В каких группах преимущественно используется имитация как прием обучения физическим упражнениям и почему? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
8. В каких ситуациях используется помощь воспитателя как прием обучения? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
9. Каково назначение наглядных методов обучения? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
10. Какова роль воспитателя в ситуациях, когда упражнение показывает ребенок? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Почему команда, как прием, не имеет эффекта в младшей группе? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Почему нужно менять характер показа, если он используется многократно при разучивании упражнений? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_