проект

«Тропа здоровья».

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №101 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития воспитанников»

Педагог создает условия для сохранения и укрепления здоровья детей, так как она охрана жизни и укрепление здоровья детей являются одной из приоритетных задач, стоящих перед коллективом Детского сада №101.

**Тип**: практико-ориентированный, коллективный.

**Срок**: апрель - июль.

Масштаб: среднесрочный.

**Участники:** Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №101 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития воспитанников» + семья.

Идея: Основными идеями организации "Тропы здоровья" являются:

приобщение детей к здоровому образу жизни; повышение сопротивляемости инфекционным заболеваниям; улучшение эмоционально-психического состояния детей; профилактика плоскостопия; улучшение координации движения; улучшение функций сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Создания комфортных условий для общения воспитанника с родителями.

**Цель**: Формирование у детей интереса и привычки к здоровому образу жизни посредством природных факторов: солнце, воздух, вода.

**Задачи:**1. Создать условия для укрепления здоровья детей.

2. Создать условия для реализации двигательной активности в повседневной жизни.

3. Формировать жизненно необходимые двигательные навыки в соответствии с индивидуальными способностями.

4. Воспитать потребность в здоровом образе жизни.

5. Развивать познавательный интерес, склонности и способности детей в двигательной деятельности и реализовать их через систему оздоровительной работы.

**Актуальность (своевременность) проекта:**

К сожалению, с каждым годом здоровье детей становится всё хуже. Дети либо уже рождаются с различными патологиями, либо приобретают в первые годы жизни заболевания, перерастающие в хронические. Это вызвано рядом факторов.

- Экология нашего города создаёт дискомфортные условия для жизни человека. Резкие перепады атмосферного давления, температуры, высокая влажность воздуха, воздействуя на неокрепший организм ребёнка, повышают напряжение механизмов адаптации, способствуют изменению ряда физиологических функций, ухудшают самочувствие, снижают иммунитет.

- Негативное воздействие оказывают промышленные предприятия, создающие экологически неблагоприятную обстановку, которая отражается на здоровье и взрослых и детей.

- Многие дети нашего детского сада страдают различными заболеваниями, в том числе хроническими, физически слабо развиты.

Перед дошкольным учреждением стоит задача сохранять и укреплять здоровье детей, воспитывать их сильными и выносливыми. Двигательная активность и закаливание обеспечивают здоровье, энергию, выносливость ребят, а общение с природой развивает наблюдательность, познавательный интерес, культуру поведения и чувство красоты, поднимают настроение.

**Организация проекта**

**1 этап**. Постановка проблемы, определение цели и задачи исследовательской деятельности.

**Проблема:**

Перед дошкольным учреждением стоит задача сохранять и укреплять здоровье детей, воспитывать их сильными и выносливыми

Таким образом, в целях объединения оздоровительных, экологических факторов целесообразно создать «Тропу здоровья».

**Гипотеза:**

«Тропа здоровья», включающая в себя объекты живой и неживой природы, позволяет организовать работу по укреплению здоровья и профилактике различных заболеваний детей в игровой форме. Основными целями организации «Тропы здоровья» являются:

1.Профилактика плоскостопия.

2.Улучшение координации движений.

3.Улучшение функции сердечно – сосудистой и дыхательной системы.

4.Повышение сопротивляемости инфекционным заболеваниям.

5. Улучшение эмоционально – психического состояния детей.

6. Приобщение детей к здоровому образу жизни.

В соответствии с проблемой и гипотезой исследования были поставлены следующие

В соответствии с проблемой и гипотезой исследования были поставлены следующие **задачи**:

1. Создать рабочую группу по реализации проекта.

2. Разработать проектную документацию по «Тропе здоровья»: план-схему тропы.

3. Привлечь родителей и общественность для участия в проекте: материального обеспечения, организации работ по оборудованию тропы.

4. Организовать практическую деятельность по созданию Тропы: подготовить площадку.

5. Подготовить методические рекомендации по оздоровлению детей с помощью «Тропы здоровья».

6. Подготовить инструкцию по охране жизни и здоровья воспитанников во время пребывания на «Тропе здоровья».

**Результаты исследования:**

1. Проведение праздника по открытию «Тропы здоровья».

2. Разработка методических рекомендаций для педагогов по использованию объектов тропы в работе с детьми.

3. Выпуск журнала для родителей.

**2 этап**. Организация исследования в рамках проекта.

1. Сбор, анализ и систематизация информации:

2. Выбор оборудования с учетом назначения каждого атрибута для «Тропы здоровья».

3. Привлечение родителей.

4.Творческая деятельность:

-. Проектирование «Тропы здоровья»: составление схемы, размещение оборудования.

-. Распределение обязанностей внутри рабочей группы.

-. Разработка нормативно- правовых документов.

-. Определение режима функционирования «Тропы здоровья».

5. Практическая деятельность:

1. Подготовка площадки.

2. Изготовление, размещение оборудования в соответствии со схемой.

**3 этап**. Презентация результатов исследовательской деятельности:

1. Проведение праздника по открытию «Тропы здоровья».

2. Методические рекомендации для педагогов по использованию объектов тропы в работе с детьми.

**Администрацией Детского сада разработаны следующие документы**:

* приказ об организации функционирования "Тропы здоровья" в летний период,
* инструкция по организации охраны жизни и здоровья детей на "Тропе здоровья",
* график работы специалистов в летний период,
* ежедневный план закаливающих мероприятий.

"Тропа здоровья" имеет разное покрытие

Брёвна; поверхность с керамзитом;

спилы деревьев;

песок;

бревно;

травяной покров

песчаную поверхность;

поверхность с галькой

покров с разбросанными еловыми шишками

"Тропа здоровья" расположена на территории Детского сада. Это наиболее подходящий для подобного объекта маршрут на участке детского сада, так как он пролегает в тенистой местности и одновременно хорошо освещается солнцем. В тени деревьев дети могут играть в одних плавках, получая световоздушные ванны, которые являются мягкой закаливающей процедурой. Как известно, солнечный свет стимулирует деятельность иммунной системы и повышает защитные силы детского организма, но под прямыми солнечными лучами малыши должны находиться под наблюдением медицинского персонала.

Детям предлагаются: сок и витаминизированный напиток (в 10.30), "Вода" (по желанию). Напитками обеспечиваются дети всех групп.

На "Тропе здоровья" используется различное оборудование. Это способствует развитию и укреплению мышц плечевого пояса и спины, а также улучшению осанки детей. Для игр и упражнений применяются нетрадиционные атрибуты, изготовленные руками родителей и педагогов, – дорожка со следами, массажный коврик.

Учитывая, что в летний период воспитанники большую часть времени проводят на свежем воздухе, "Тропа здоровья" задействуется максимально в течение дня.

На ней дети выполняют следующие **упражнения:**

упражнения без предметов: ходьба и бег по траве и песку; перекаты с пятки на носок; ходьба на внутреннем своде стопы; "Утиная ходьба" (ходьба в полуприсяде); "Журавль на болоте" (ходьба с высоким подниманием бедра);

упражнения с оборудованием, предметами, различными приспособлениями: ходьба по гальке, шишкам, ходьба с препятствиями (бревна, пеньки, грибочки);

подвижные игры: "Пятнашки", "Кошка прячется", "Мы идем в поход", "Зоопарк".

"Тропа здоровья" используется и в вечернее время, когда родители приходят за детьми. На информационном стенде, расположенном в "Зоне отдыха", размещены полезные материалы для взрослых: "Если у ребенка плоскостопие", "Какие упражнения нужны Вашему ребенку", "Мама и папа, поиграйте со мной".

Приложение 1

*Режим функционирования "Тропы здоровья"*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Время | Мероприятие | Группа | Ответственный |
| 7.00–7.50 | Индивидуальная работа с детьми  Игры малой подвижности  Физические упражнения | Все группы | Воспитатели групп |
| 7.50–8.30 | Утренняя гимнастика  Дыхательная гимнастика  Корригирующая гимнастика  Точечный массаж | Все группы | Воспитатели,  медсестра |
| 9.00–12.00 | Физическое воспитание (физкультурные занятия, игры разной подвижности)  Закаливающие процедуры  (хождение босиком, солнечные ванны)  Музыкальное воспитание(театрализованные игры, драматизации сказок, музыкальные паузы)  Психологическое сопровождение (психогимнастика, игры и упражнения, этюды, психотренинги, игротерапия) | Все группы | Воспитатель по физическому воспитанию, старшая медсестра, инструктор по лечебной физкультуре, музыкальный руководитель, педагоги дополнительного образования, педагог­ психолог |
| 15.15–15.30 | Гимнастика после сна  Дыхательная гимнастика | Все группы | Воспитатель по физическому воспитанию, старшая медсестра |
| 16.00–19.00 | Самостоятельная деятельность  Индивидуальная работа с детьми  Развлечения, досуг  Праздники (по плану)  Встречи с родителями | Все группы | Воспитатели,  музыкальный руководитель |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №101 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития воспитанников»

ПРИКАЗ № \_\_\_\_\_\_

От\_\_\_\_\_\_\_\_

«Об организации функционирования "Тропы здоровья"»

В целях создания необходимых условий для проведения оздоровительной кампании в Детском саду№101 и обеспечения эффективного отдыха и оздоровления детей

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить документы, регламентирующие деятельность педагогического коллектива в период летней оздоровительной кампании на "Тропе здоровья":

режим функционирования;

сетку занятий;

график работы специалистов;

перспективное планирование оздоровительной и воспитательной работы;

график питьевого режима;

2. Заместителям заведующего по ВМР и АХР обеспечить своевременное проведение инструктажей с сотрудниками по охране жизни и здоровья детей на "Тропе здоровья".

3. Медицинской сестре обеспечить:

3.1. Контроль проведения летней оздоровительной кампании, физического воспитания и закаливания детей на "Тропе здоровья".

3.2. Наличие аптечки по оказанию первой медицинской помощи.

3.3. Контроль организации питьевого режима.

4. Воспитателям всех возрастных групп и специалистам:

4.1. Строго выполнять требования инструкции по организации охраны жизни и здоровья детей на "Тропе здоровья".

4.2. Обеспечить максимальное пребывание воспитанников на свежем воздухе в течение дня.

4.3. Соблюдать режим функционирования "Тропы здоровья".

4.4. Организовать целенаправленную работу по усвоению детьми навыков здорового образа жизни.

4.5. Постоянно вести "Журнал здоровья" детей.

5. Младшим воспитателям:

5.1. Осуществлять уборку мусора на "Тропе здоровья" согласно графику.

5.2. Оказывать помощь воспитателям в организации гигиенических процедур.

6. Назначить ответственными лицами:

6.1. За санитарное состояние "Тропы здоровья" –медсестру;

6.2. За техническое состояние территории "Тропы здоровья" – Зам. заведующего по **АХР**;

7. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

**Приложение 2**

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по организации охраны жизни и здоровья детей**

**на "Тропе здоровья"**

1. Общие требования безопасности

1.1. Педагог дошкольного учреждения обязан:

1.1.1. Знать, что несет личную ответственность за сохранение жизни и здоровья детей.

1.1.2. Знать содержание инструкции по оказанию первой медицинской помощи и, при необходимости, уметь оказать такую помощь детям при ушибах, кровотечениях, отравлениях, вывихах, переломах, солнечных ударах до прибытия медицинского работника.

1.1.3. Строго соблюдать санитарные правила, утвержденные Минздравом России.

1.1.4. Находиться с детьми и не оставлять детей без присмотра.

1.2. Требования безопасности к оснащению территории:

1.2.1. Оборудование, расположенное на территории "Тропы здоровья", должно быть в исправном состоянии: без острых выступов, углов, гвоздей, шероховатостей и выступающих болтов.

2. Требования безопасности перед выходом на "Тропу здоровья"

2.1. **Зам. заведующего по АХР** обязан:

2.1.1. Ежедневно осматривать территорию "Тропы здоровья", не допускать наличия на ней травмоопасных предметов: сломанных кустарников, сухостойных деревьев, металлических предметов, битого стекла и др.

2.1.2. Ежедневно проверять исправность и устойчивость спортивного и игрового оборудования, находящегося на "Тропе здоровья", надежность крепления лестниц, горок, мостиков.

2.1.3. Ежедневно проверять наличие препаратов в медицинской аптечке.

3. Требования безопасности во время нахождения на "Тропе здоровья"

3.1. Педагог образовательного учреждения обязан:

3.1.1. Обеспечить комфортные условия пребывания воспитанников на "Тропе здоровья", исключающие психоэмоциональное напряжение, с использованием занимательного игрового и развивающего оборудования и материала.

3.1.2. Обеспечить в целях профилактики травматизма контроль и непосредственную страховку ребенка во время лазания, спрыгивания с возвышенности, спортивного оборудования, метания предметов, плескания в бассейне.

3.1.3. Не допускать лазания воспитанников по ограждениям забора, перилам мостиков и деревьям.

3.2. Хождение воспитанниками босиком по траве, песку, гравию разрешается только после осмотра и подтверждения безопасного состояния территории.

3.3. Проведение игр с песком допускается только при условии ежедневной перекопки и ошпаривания песка кипятком.

3.4. Во избежание перегрева в жаркое время года дети должны носить легкие головные уборы.

4. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

4.1. Педагог дошкольного учреждения обязан:

4.1.1. При возникновении чрезвычайной ситуации организовать эвакуацию воспитанников с территории "Тропы здоровья" в безопасное место. Сообщить о случившемся руководителю учреждения.

4.1.2. При получении воспитанником травмы оказать ему первую медицинскую помощь до прибытия медицинского работника.

5. Требования безопасности по выходу с территории "Тропы здоровья"

5.1. Педагог дошкольного учреждения обязан:

5.1.1. Организовать гигиенические процедуры воспитанников.

5.1.2. В случае необходимости организовать очистку одежды от грязи и песка.

Заведующий: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

Приложение

**График работы3**

**специалистов в летний период**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Специалист | Дни недели | Часы работы |
| Музыкальный руководитель | Понедельник – пятница | 8.00–17.30 |
| Педагог- психолог | Вторник, пятница | 9.00–13.00 |
| Воспитатель по физической культуре | Вторник, четверг | 9.00–13.00 (занятия) |
| Восптатель по физической культуре | Понедельник – пятница | 8.00–13.00 |

**Приложение 4**

**Ежедневный план**

**закаливающих мероприятий в период летней оздоровительной кампании**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мероприятия** | **группа** |
| Гигиенические и закаливающие утренние процедуры | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Утренний прием на воздухе | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Утренняя гимнастика на воздухе | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Солнечные ванны | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Ходьба босиком | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Гигиенические и закаливающие процедуры после дневной прогулки | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Обширное умывание прохладной водой | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Мытье ног | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Сон без маек | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Дыхательная гимнастика | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Точечный массаж | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Сухое растирание | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Влажное растирание | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |
| Полоскание рта и горла | I мл.гр, средняя, старшая, подготовительная |

**Нормативные документы**

Закон РФ от 10.07.1992 № 3266-1 "Об образовании" (с изм. и доп.)

*Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 26.03.2003 № 24 "О введении в действие санитарно ­ эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.1249¬03" (вместе с "Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПиН 2.4.1.1249-03")*

Приказ Минобразования России от 16.07.2002 № 2715/227/166/19 "О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ"

Приказ Минпроса РСФСР от 04.08.1982 № 29 "Организация и руководство летней оздоровительной работой с детьми"

"Методические рекомендации об организации летней оздоровительной работы с детьми в дошкольных учреждениях" от 20.06.1986 № 11-22/6-20

«Методические рекомендации "Проведение физкультурных занятий на открытом воздухе с детьми 5–7 лет в дошкольных учреждениях"» от 29.10.1984 № 11-14/26-6

"Методические рекомендации по закаливанию детей в дошкольных учреждениях" от 16.06.1980 № 11-49/6-29

"Методические рекомендации по закаливанию детей" от 07.06.1979 № 290-м

СВОД АНАЛИЗ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Внутренние | Сильные стороны | Слабые стороны |
| 1. Внедрены новые образовательные программы 2. Бесплатные образовательные услуги 3. Квалифицированные работники | 1. Низкая активность педагогов, родителей. 2. Текучка кадров младшего обслуживающего персонала 3. Слабая материальная база |
| Внешние | Внешние возможности | угрозы |
| 1. Ценность воспитания и развития 2. Повышение квалификации воспитателей | 1. Снижение финансирования 2. Поиск дополнительных источников финансирования |

.ПЛАН УПРАВЛЕНИЯ РИСКАМИ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Типы рисков | Название риска | Триггер | Мероприятия по недопущению | Мероприятия минимизации негативных последствий |
| Внутренние | 1.Низкая активность педагогов, родителей. | Снижение уровня качества предоставляемых услуг. | Мотивация участников образовательного процесса. | Стимулирование материальное и моральное. |
| 1.Текучка кадров младшего обслуживающего персонала. | Пополнение новым неквалифицированным младшим обслуживающим персоналом | Поднятие значимости каждого члена коллектива. | Поднятие имиджа учреждения. |
| 1.Слабая материальная база | Невозможность выполнения поставленных задач. | Тщательно просчитанные сметы, счета. | Привлечение внебюджетного финансирования. |
| Внешние | 1.Снижение финансирования | Невозможность выполнения поставленных задач. | Тщательно просчитанные сметы, счета. | Привлечение внебюджетного финансирования. |
| 1.Поиск дополнительных источников финансирования | Не найдены дополнительные источники финансирования | Активное участие в конкурсах на уровне города, района, федерации. | Активное поднятие имиджа учреждения на уровне города, района, федерации. |