МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД «УЛЫБКА» г. НАДЫМА»

(МДОУ «ДЕТСКИЙ САД «УЛЫБКА» г.НАДЫМА»)

***ул.Зверева 44 А, г. Надым, ЯНАО, 629735, тел/факс: (3499)52 – 61 – 72***

***ОКПО 54107289, ИНН 8903020394, КПП 890301001, р/с 40204810000000000007 в РКЦ г. Салехард***

**Проект**

**«Радуга здоровья»**

**Проект**

**«Радуга здоровья»**

г. Надым, 2014г.

.

**Разработчик:**

А.В.Мотоленко, инструктор по физической культуре МДОУ **«**Детский сад «Улыбка»г. Надыма»

**Аннотация проекта**: Проект «Радуга здоровья», МДОУ «Детский сад «Улыбка», г. Надыма», 2014 - 2015г.г.

 Данный проект направленна сохранение и укрепление здоровья детей, педагогов и родителей, разработан на все возрастные группы и базируется на основных принципах образовательной области «Физическое развитие».

 Проект включает в себя: методические рекомендации для каждой возрастной группы, комплексы по здоровьесберегающим технологиям и диагностический инструментарий.

 Проект может быть использован педагогами ДОУ совместно с педагогами дополнительного образования дошкольных учреждений и педагогами по физической культуре.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4

1.Программа реализации проекта\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_9

1.1.Этапы реализации проекта\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_9

1.2.Планирование ресурсного обеспечения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_11

1.3. Предполагаемый результат\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_12

1.4.Риски и их предупреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_13

2. Финансовое обеспечение реализации проекта\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_14

3. Перспективы распространения результатов проекта\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_14

Литература\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_15

**Введение**.

Здоровье детей – главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально – экономического развития общества. Одной из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования стало сбережение и укрепление здоровья детей, выбор образовательных технологий, соответствующих возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье детей. Сегодня необходимо взглянуть на образовательную среду с точки зрения экологии детства, и как ее основной линии, охраны и укрепления здоровья детей.
Чтобы быть здоровым, нужно владеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении, где строится здоровьесберегающий педагогический процесс.

Для специалистов уже давно не секрет, что в последнее десятилетие наблюдается ухудшение физического развития дошкольников. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков число ребят с хронической патологией в последнее время увеличилось почти в два раза (с 11,8 до 26,9%), а детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось до 5 – 6%. В настоящее время уже 65% детей дошкольного возраста имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья, значительную часть которых составляют нарушения опорно-двигательного аппарата. Только лишь 10% детей начинают учебу в школе абсолютно здоровыми.

Новые потребности общества, изменение ценностных ориентиров нашли отражение и в содержании соответствующих нормативно-правовых актов, в том числе и в сфере дошкольного образования:

* Федеральный закон от 29.12.2012№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Программа развития российской национальной инновационной системы до 2020г.;
* Федеральная целевая программа «Научные и научно-педагогические кадры инновационной России» на период 2009 – 2013гг.;
* Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный Приказом Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013.

Проблемой здоровьесбережения занимался ряд отечественных теоретиков и практиков Е.А.Бондаревский, Е.Б.Сологуб «Совершенствование физического воспитания дошкольников»; С.В.Никольский, Г.П.Виноградова «Физическое развитие дошкольного возраста» и другие.

До настоящего времени было разработано несколько программ в основе, которых лежат детальная разработка рекомендаций по планированию занятий направленных на комплексную основу воспитания ребёнка, такие как:

* Технологии И.Д. Ловейко «ЛФК при заболевании позвоночника у детей»;
* М.Д.Махневой «Воспитание здорового ребёнка».

В соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации» здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос об укреплении и сохранении здоровья на сегодняшний день стоит очень остро.

**Здоровьесберегающий педагогический процесс в ДОУ** – процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка, где здоровьесбережение и здоровьеобогащение являются важнейшими условиями организации педагогического процесса.

Дошкольные учреждения широко внедряют в практику различные здоровьесберегающие технологии, такие как дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой А.Н., корригирующая гимнастика, ортопедическая гимнастика, пальчиковая гимнастика, точечная гимнастика, глазотерапия, релаксация.

Таким образом, были выявлены **противоречия между:**

* требованиями новых законодательных документов и отсутствием современных программ по использованию здоровьесберегающих технологий в дошкольных образовательных учреждениях;
* между требованиями Федерального государственного образовательного стандарта к условиям организации предметно пространственной среды и отсутствием таковых условий в дошкольных образовательных учреждениях;
* между требованиями к формированию у детей дошкольного возраста здоровьесберегающей культуры и отсутствием навыков здорового образа жизни у педагогов;
* между наличием и многообразием здоровьесберегающих технологий и неумением педагогов использовать их.

**Из этих противоречий была выявлена проблема: к**ак овладеть искусством сохранения и укрепления здоровья детей, используя современные здоровьесберегающие технологии.

**Гипотеза**: если будет разработана система работы по использованию инновационных здоровьесберегающих технологий в ДОУ, то у детей, педагогов и родителей будет сформирована стойкая мотивация на здоровый образ жизни и уменьшится процент заболеваемости детей дошкольного возраста.

Данная гипотеза позволила определить **цель**: разработка и внедрение в работу ДОУ системы современных здоровьесберегающих технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, педагогов и родителей.

**Задачами,** ориентированными на реализацию обозначенной цели мы определили

**С педагогами:**

1) Создание условий для совместной деятельности медицинских и педагогических работников в оздоровлении детей.

2) Повышение профессионализма педагогов в области использования здоровьесберегающих технологий.

3) Программно-методическое обеспечение педагогического процесса в ДОУ, соответствующее современным требованиям дидактики и возрастной психофизиологической специфике детей.

**С детьми:**

1) Создание условий для использования здоровьесберегающих технологий в детском саду детьми дошкольного возраста.

2) Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, стремления к  сохранению и укреплению своего здоровья средствами здоровьесберегающих технологий.

**С родителями:**

1. Повышение педагогической компетентности родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.
2. Использование новых более эффективных форм работы с родителями.

**Участники проекта:**

-заведующий, заместитель заведующего по УВР;

-воспитатели всех возрастных групп, педагоги - специалисты, медицинская сестра;

-воспитанники всех возрастных групп МДОУ и их родители.

**Срок реализации проекта:** один год (2014-2015уч.г.)

**Принципы реализации проекта**

* **Принцип доступности -** учет возрастных особенностей детей.
* **Принцип систематичности**- частое повторение усвоенных правил и норм.
* **Принцип последовательности** – постепенная подача материала от простого к сложному.
* **Принцип дифференцированного подхода** – создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым ребенком.
* **Динамичность**– интеграция образовательных областей.

**Управление проектом:**

Руководитель проекта - заместитель заведующего по УВР.

Координатор проекта - заведующий МДОУ «Детский сад «Улыбка»г. Надыма».

Исполнители проекта - воспитатели и специалисты ДОУ.

Для реализации данного проекта были определены основные здоровьесберегающие технологии, которые позволяют системно организовать работу по использованию методов и приемов для сохранения и укрепления здоровья детей, не наносящие ущерба здоровью его участникам:

1. **Корригирующая гимнастика** для профилактики нарушений заболеваний опорно-двигательного аппарата: круглая спина, сколиоз. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей. Можно использовать как в первой половине дня, так и во второй половине дня 3 раза в неделю начиная со среднего дошкольного возраста. Наибольший эффект достигается при использовании шведской стенки, которая необходима для реализации полного комплекса упражнений. Длительность проведения комплекса согласно возрасту. Также необходимо использовать тренажер «Гребной Moove&Fun TFK-04/SH-04.», который способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, укреплению различных мышц, развивает выносливость и силу, благотворно влияет на все системы организма ребенка, укрепляет сердечно-сосудистую систему, позволяет активно развивать мышцы спины, ног, плечевого пояса и пресса.
2. **Ортопедическая гимнастика** – используется в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы. Данная технология используется в группах начиная с первой младшей, после сна и закаливающих процедур, с использованием корригирующих дорожек, длительность проведения - согласно возрасту.
3. **Дыхательная гимнастика**  по методике А.Н. Стрельниковой – эта гимнастика считается уникальной методикой, которая выступает профилактическим средством от болезней всевозможного рода. [Дыхательная гимнастика](http://malutka.net/dykhatelnaya-gimnastika-dlya-detei) с раннего возраста помогает научить малыша правильно дышать, способствует его физическому развитию и укреплению иммунитета. Данная технология используется с 3-х летнего возраста. Выполняется два раза в день: утром и вечером до еды или через час-полтора после еды в проветренном помещении. Выполнять эту гимнастику следует начинать с 10 минут и доводить до 30 минут.
4. **Точечный массаж** - акупрессура биологически активных зон применяется для профилактики вирусных респираторных инфекций и их ранних осложнений, а также с целью укрепления иммунитета. Показан всем детям от 1,5 лет и старше. Следует выполнять сразу после стрельниковской дыхательной гимнастики.
5. **Глазотерапия –** это гимнастика для глаз направлена на профилактику нарушения зрения для детей дошкольного возраста. С помощью упражнений, система занятий включает в себя значительное количество методов, естественным путем укрепляющих зрительную систему. Применяется ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
6. **Пальчиковая гимнастика** - рекомендуется детям, в дошкольном возрасте – это основная задача, развивающей работы с детьми, в этом нам помогают пальчиковые игры. Методика и смысл данных игр состоит в том, что нервные окончания рук воздействуют на мозг ребенка и мозговая деятельность активизируется. Простые движения развивают мозг ребенка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию, помогают убрать напряжение не только самих рук, но и расслабить мышцы всего тела. Благодаря пальчиковым играм ребенок получает разнообразные сенсорные впечатления, у него развивается внимательность и способность сосредотачиваться. Рекомендуется использовать ежедневно с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой детей. Проводится в любой удобный отрезок времени дня.
7. **Релаксация** – направлена на расслабление после перенапряжения, перевозбуждения и чтобы успокоиться после активных игр. Релаксация легко воздействует на организм дошкольника. Рекомендуется использовать с младшего дошкольного возраста, можно выполнять как с подгруппой, так и со всей группой детей, от 5 до 15 минут в зависимости от возраста детей. Проводить лучше всего до сна или, когда дети перевозбуждены. Рекомендуется использовать классическую музыку, звуки природы и т.д.

##### 1. Программа реализации проекта

* 1. **Этапы и сроки реализации проекта**

**Подготовительный этап – 2 месяца - август - сентябрь-(2014г.)**

**Цель:**Изучение возможностей и потребностей педагогического коллектива и родителей по оздоровлению детей.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Ответственные | Сроки |
| **Проектная линия 1.Организация работы с педагогами** |
| 1. | Анализ психолого-педагогической литературы | Зам. зав. по УВР, инструктор по физической культуре | Август |
| 2. | Анализ образовательной программы, годового плана ДОУ, комплексно-тематического плана | Зам. зав. по УВР, инструктор по физической культуре | Август -Сентябрь |
| 3. | Изучение литературы по здоровьесберегающим технологиям | Все педагоги | Сентябрь |
| 4. | Создание материально-технических, кадровых, организационных, научно методических условий | Заведующий, зам. зав. по УВР, инструктор по физической культуре | Сентябрь |
| 5. | Оценка и анализ степени развития заболеваний и имеющихся морфофункциональных нарушений в развитии детей | Инструктор по физической культуре Медицинская сестра | Август-Сентябрь |
| 6. | Систематизация комплексов по всем используемым технологиям согласно возрастным требованиям | Старший воспитатель, Инструктор по физической культуре | Август-Сентябрь |
| 7. | Методические рекомендациидля каждой возрастной группы с включением всех вышеуказанныхздоровьесберегающих технологий | Зам. зав. по УВР, старший воспитатель, инструктор по физической культуре | Сентябрь |
| 8. | Разработка плана работы с родителями по реализации проекта | Старший воспитатель,инструктор по физической культуре | Август-Сентябрь |
| 9. | Обучение педагогов использованию данных методик  | Старший воспитатель,инструктор по физической культуре | Сентябрь |

|  |
| --- |
| **Проектная линия 2. Организация работы с детьми** |
| 1. | Диагностика знаний детей о здоровье и о здоровом образе жизни | Воспитатели, инструктор по физической культуре | Сентябрь |
| 2. | Диагностика уровня физического развития детей | Воспитатели, инструктор по физической культуре | Сентябрь |
| **Проектная линия 3. Взаимодействие с родителями** |
| 1. | Анкетирование родителей с целью анализа работы детского сада по укреплению здоровья детей и снижению их заболеваемости | Воспитатели | В течение года |

**Практический этап – октябрь 2014г. – апрель 2015г.**

**Цель:** Внедрениездоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Содержание**Проектная линия 1. Организация работы с педагогами** |
| 1. | Анкетирование педагогов для определения уровня компетентностипо использованию здоровьесберегающих технологий в работе с детьми | Зам. зав. по УВР, старший воспитатель | ОктябрьАпрель |
| 2. | Повышение компетентности педагогов в сфере здоровья (педагогические советы, семинары – практикумы, консультации, мастер-классы, круглые столы, открытые просмотры, взаимопосещения) | Воспитатели  | В течение года |
| 3. | Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми во всех возрастных группах согласнометодических рекомендаций. | Заместитель по УВР Инструктор по физической культуреСтарший воспитатель | Октябрь |
| **Проектная линия 2. Организация работы с детьми** |
| 1. | Организация выставок, бесед, непосредственно образовательной деятельности, тематических вечеров, просматривание презентаций, видеофильмов по теме здоровьесбережения | ВоспитателиСпециалисты | Октябрь-Апрель |
| 2. | Встречи с интересными людьми (ДЮСШ, центр Здоровья города Надым, бассейн «Дельфин»)  | Старший воспитатель, Воспитатели | Ноябрь-Апрель |
| 3. | Проведение мероприятий физкультурно-оздоровительной работы согласно рабочим программам | Воспитатели | В течение года |
| 4. | Проведениевыставки рисунков:«Мой стиль – здоровье и успех», в рамках месячника здоровья | Воспитатели | Апрель |
| **Проектная линия 3. Взаимодействие с родителями** |
| 1. | Встречи с представителями медицинских, физкультурно-оздоровительных, спортивных учреждений города | Старший воспитатель, воспитатели, специалисты | Ноябрь-Апрель |
| 2. | Реализация плана работы с родителями | Старший воспитатель, воспитатели, специалисты | Октябрь-Апрель |
| 3. | Групповые родительские собрания на тему: «Здоровье- не все, но без здоровья-ничто» с презентацией данного проекта | Воспитатели | Январь |

**Заключительный этап – май2015г.**

**Цель:** Анализрезультатов проекта.

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Содержание  |
| **Проектная линия 1. Организация работы педагогов** |
| 1. | Анализ реализации проекта «Радуга здоровья» | Зам.зав. по УВР, старший воспитатель, инструктор по физической культуре | Май |
| 2. | Презентация проекта для педагогов, МДОУ и педагогической общественности города | Инструктор по физической культуре | Май |
| **Проектная линия 2. Организация работы с детьми** |
| 1. | Диагностика знаний детей о здоровье и о здоровом образе жизни  | Воспитатели | Май |
| 2. | Анализ полученных результатов, выявление проблем и путей их решения на педсовете | Зам. зав. по УВР, старший воспитатель, инструктор по физической культуре | Май |
| **Проектная линия 3. Взаимодействие с родителями** |
| 1. | Анкетирование родителей по результатам реализации проекта «Радуга здоровья» | Воспитатели, инструктор по физической культуре | Май |
| 2. | Участие родителей в итоговом педагогическом совете | ЗаведующийЗам. зав. по УВР | Май |

**1.2. Планирование ресурсного обеспечения проекта**

**1) Кадровые:**

* Заместитель заведующего по УВР;
* старший воспитатель;
* инструктор по физической культуре;
* медицинский персонал.

**2) Научно-методические:**

* печатные теоретические материалы по теме проекта;
* методическое сопровождение проектной деятельности;
* разработка системы планирования, методических материалов (конспекты, картотека комплексов, игр и т.п.);
* самообразование педагогов,  курсы повышения квалификации педагогов.

**3) Организационные:**

* организация работы инициативной группы по реализации этапов проекта, совместно с детьми и родителями;
* определение критериев эффективности реализации проекта, повышение профессионализма педагогов в использовании здоровьесберегающих технологий с детьми дошкольного возраста;

**4) Информационные:**

* использование возможностей Интернета в поиске информации, адресов опыта;
* консультации и семинары по использованию здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста для других дошкольных учреждений города и района;
* создание банка методических материалов;
* стабильное информирование общественности о ходе реализации проекта через сайт ДОУ, ТВ, публикации в периодической печати.

**5) Мотивационные:**

* разработка системы материального стимулирования педагогов-участников проекта;
* накопление и обобщение педагогического опыта;
* аттестация педагогов на присвоение квалификационных категорий;
* участие в конкурсном движении.

**6) Материально-технические:**

* создание автоматизированного рабочего места воспитателей всех возрастных групп;
* размещение информации и методических материалов на сайте ДОУ;
* оформление фотоколлажа, презентаций  по результатам реализации проекта.

**7) Финансовые:**

* материальное поощрение педагогов по результатам реализации проекта;
* оплата услуг Интернета;
* приобретение необходимой оргтехники для групповых ячеек: ноутбук, принтер, устройство WI-FI;
* привлечение спонсорской помощи родителей и других заинтересованных лиц в приобретении тренажёров для МДОУ «Детский сад «Улыбка» г.Надыма».

**1.3.Предпологаемый результат:**

**С педагогами:**

1) Создание проекта «Радуга здоровья».

2)Овладение педагогами практическими навыками в организацииздоровьесбережения детей во всех возрастных группах.

3)Методические рекомендации, по созданию здоровьесберегающих технологий, комплексы упражнений, во всех возрастных группах.

**С детьми:**

1) Повышение познавательной активности детей в стремлении к сохранению и укреплению своего здоровья средствами здоровьесберегающих технологий.

2) Снижение уровня заболеваемости детей во всех возрастных группах.

3) Благотворное влияние здоровьесберегающих технологийна развитие речи, расширение кругозора, физических и нравственных качеств.

**С родителями:**

1) Осознанное отношение родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

2) Содействие и активное участие родителей в организации и реализации проекта.

**1.4**.**Риски и их предупреждение**

1) Пассивность педагогов в укреплении здоровья детей;
Пути выхода:

- взаимопросмотры педагогов здоровьесберегающих технологийсовместно с детьми;

- разработка диагностического материала для детей, системы планирования физкультурно-образовательной работы;

- разработка системы стимулирования;

- создание благоприятных условий пребывания детей в детском саду.

2) Недостаточная заинтересованность  родителей в совместной деятельности по использованиюздоровьесберегающих технологий.

Пути выхода:

- организация спортивныхмероприятийсовместных с детьми;

- обсуждение проблем здоровья детей на собраниях, круглых столах;

- вовлечение родителей в процесс реализации проекта по использованию здоровьесберегающих технологий.

3) Отсутствие материальных средств для приобретения необходимых для реализации проекта тренажёров, спортивного инвентаря.

Пути выхода:

- привлечение спонсорской помощи;

- участие в конкурсах на получение грантовой поддержки.

**2.Финансовое обеспечение реализации проекта**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Цена  | Кол-во | Сумма  |
| 1. | Тренажёры «ГребнойMoove&Fun TFK-04/SH-04» | 4 500р. | 10 | 45 000р. |
| 2. | Бумага офисная А4 | 250 р. | 2 | 500р. |
| 3. | Картридж цветной для принтера | 2500 р. | 1 | 2500р. |
| 4. | Картридж чёрно-белый для принтера | 2 000 р. | 1 | 2000р. |

**3.Перспективы распространения результатов проекта.**

1) Презентация проекта «Радуга здоровья» на муниципальном уровне;

2) Показ открытых мероприятий в рамках проектной деятельности для педагогов детских садов района;

3) Размещение методических материалов на сайте МДОУ«Детский сад «Улыбка», на сайте администрации МО Надымский район;

4)Описание опыта работы и выступление на районном и региональном уровне(конференции, педагогические чтения и т.п.).

**Литература**

1)Инструктор по физкультуре «Укрепление здоровья детей вместе с родителями», №8, 2013 год.

2) Методическое пособие «Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни» - Москва, 2012г.

3)Основная общеобразовательная программа муниципального дошкольного образовательного учреждения комбинированного вида «Детский сад «Улыбка» г.Надыма», 2013г.

4)«Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «Детство».- Спб.:«Детство – пресс»,2011г.

5)ЧупахаИ.В.,Е.З.Пужаева,И.Ю.Соколова«Здоровсберегающие технологии в образовательно- воспитательном процессе»,2004г.

6) Щетинин М. Н.«Дошкольное воспитание и развитие.Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. Методическое пособие», Москва, 2008г.