Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Новосибирска «Детский сад № 457 «Домовёнок»

Педагогический проект в старшей оздоровительной группе «Смешарики» на тему «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»



Проект разработал:

Тараненко Ж.В. воспитатель ПКК

Новосибирск 2024г

1. **Информационная справка о ДОУ.**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 457 «Домовёнок» Дзержинского района расположено по адресу: 630124 г. Новосибирск, 1 корпус- ул. Толбухина 37/1, телефон 261-03-84, 2 корпус – ул.Толбухина 31/1, телефон 261-38-48

Юридический адрес: 630124 г.Новосибирск, ул. Толбухина 37/1

E-mail: ds\_457@edu54.ru г

Адрес сайта: https://ds457nsk.edusite.ru/

Телефон /факс: тел: 261-03-84/261-38-48

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска «Детский сад № 457 «Домовёнок» впервые открыл свои двери для воспитанников в 1984 году. В 2006 году открыт второй корпус.

В нашем учреждении работают 9 групп по следующим направленностям:

- 2 группы общеразвивающей направленности;

- 5 групп комбинированной направленности для детей с ОВЗ (ТНР);

- 2 группы оздоровительной направленности для часто болеющих детей.

Дошкольное образовательное учреждение рассчитано на 260 мест.

В настоящее время в учреждении функционируют 9 групп:1 корпус - 5групп, 2 корпус - 4 группы

В ДОУ имеются: 9 групповых комнат, спортивный зал, 2 музыкальных зала, кабинеты психолога и логопеда, зимний сад, медицинский кабинет и процедурный кабинет, 2 методических кабинета.

Педагогический коллектив нашего дошкольного образовательного учреждения представляют:

1 – старший воспитатель, 18 – воспитателей, 2 – музыкальных руководителя, 2 учителя-логопеда, 1 педагог – психолог. Дошкольное учреждение в полном объеме укомплектовано воспитателями, и младшим обслуживающим персоналом.

1. **Краткая аннотация проекта.**

Здоровье человека – является необходимым условием для реализации всех заложенных в человеке возможностей – это основа основ для достижения любых успехов. Забота о своем здоровье позволяет жить полноценной во всех отношениях жизнью.

На каждом историческом этапе развития человечества существовали разные ценности, но, пожалуй, единственной поистине вечной ценностью оставалось здоровье.

Уровень здоровья в значительной степени зависит от образа жизни. Поэтому главная задача – обучение детей принципам здорового образа жизни, создавать условия для сохранения и укрепления их здоровья.

Обучение дошкольников бережному отношению к своему здоровью – главная задача не только ДОУ, но и современного образования.

Важную роль в укреплении и сохранении здоровья имеет здоровый образ жизни, основанный на: достаточной двигательной активности, смене видов деятельности, соблюдении режима дня, правильном и рациональном питании, первичных знаниях о своем организме и способах его укрепления.

Дети дошкольного возраста наиболее восприимчивы к информации, к воздействиям окружающих, поэтому целесообразно использовать здоровьесберегающие технологии для обучения основам здорового образа жизни.

1. **Паспорт проекта.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название проекта** | «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» |
| **Авторы проекта** | Тараненко Жанна Викторовна, воспитатель первой квалификационной категории МБДОУ д/с № 457. |
| **Срок реализации** | Январь 2024г. – Май 2024 г. |
| **География проекта** | МБДОУ д/с № 457 «Домовёнок». |
| **Целевая аудитория** | Воспитанники МБДОУ д/с № 457. |
| **Участники проекта** | Воспитанники МБДОУ д/с № 457, родители (законные представители), педагоги. |
| **ФИО, телефон руководителя** | Коржавина Татьяна Геннадьевна, (383)261-03-84 |
| **Сайт МБДОУ № 457 «Домовёнок»** | <https://ds457nsk.edusite.ru/> |

1. **Постановка проблемы.**

Жизнь в нашем веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья детей. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В последнее время во всем мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детей.

Многие факторы агрессивно воздействуют на здоровье дошкольника:

* экологические проблемы;
* различные отрицательные бытовые условия;
* химические добавки в продуктах питания;
* некачественная вода;
* неудовлетворительное экономическое положение;

Это лишь немногие из существующих факторов.

Сегодня вопрос здоровья первоочередной во многих детских учреждениях. Как правило, вспомогательными составляющими в обеспечении здоровья детей являются здоровьесберегающие технологии, основная цель которых состоит в поддержании высокого уровня здоровья дошкольников, формировании у них качественных знаний и навыков построения активного и здорового образа жизни. Стоит отметить, что здоровьесберегающие технологии в детском саду по ФГОС отличаются от других образовательных технологий своей комплексной диагностикой состояния организма ребенка и возможностью проанализировать динамику, благодаря которой получают полную картину оценки здоровья дошкольника.

Великие учёные задавались одним и тем же вопросом:      «Как сохранить и укрепить здоровье?». Взволновал и меня этот вопрос как педагога и мать двоих детей. Поэтому я решила разработать и реализовать проект «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ».

**5. Цель проекта:**

Формирование у дошкольников основ здорового образа жизни. Сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровьесберегающих технологий с учетом индивидуальных особенностей и способностей.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Дать знания об основах безопасности жизнедеятельности; о здоровье человека и способах укрепления; о гигиене

- Научить элементарным приёмам сохранения здоровья;

- Создание здоровьесберегающей среды в группе.

**Воспитательные:**

- Формирование знаний, умений и навыков, которые необходимы для сохранения и укрепления здоровья;

- Воспитывать у детей культуры здоровья, осознания необходимости заботы о своём здоровье;

- Формировать у дошкольников потребность в положительных привычках.

**Развивающие:**

**-** Развивать у детей потребность в активной деятельности;

- Развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнений и игр на занятиях и в повседневной жизни;

- Организация рационального двигательного режима, для развития двигательных навыков детей и увеличения работоспособности организма.

**6. Сроки реализации.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этап** | **Наименование этапа** | **Срок** |
| **I** | Подготовительный | Январь 2024 г. |
| **II** | Основной | Февраль – апрель 2024 г. |
| **III** | Заключительный  (подведение итогов проекта) | Май 2024 г. |

1. **Ожидаемые результаты:**

- Укрепление психического здоровья детей;

- Всестороннее гармоничное развитие личности;

- Развитие познавательного интереса к своему и чужому телу, его возможностям;

- Мотивация интереса родителей к вопросам воспитания здорового ребенка и мотивации здорового образа жизни;

- Снижение уровня заболеваемости;

- Повышение физического уровня подготовки;

- Обогащение развивающей среды группы.

1. **Описание условий реализации проекта.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Условие** | **Наличие** |
| **1.Кадровые условия** | * Имеющийся опыт и теоретическая подготовка педагогов; * привлечение специалистов, занимающихся по теме проекта. |
| **2.Информационно-методические** | * Выход в интернет, стационарная и сотовая связь, электронная почта; * сетевое взаимодействие со специалистами ДОУ; * материально-техническое и учебно-методическое обеспечение; * атрибуты для подвижных игр, спортивных мероприятий; физкультурных занятий. |
| **3.Материально-технические** | * Наличие компьютерной техники, проектора, принтера; * музыкальный, спортивный зал для организации совместных мероприятий. * Материал с текстами релаксаций, дыхательной гимнастики, коммуникативных и подвижных игр, артикуляционной гимнастики; * Проигрыватель СД и музыкальные материалы. |

1. **План реализации проекта.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятие** | **Форма проведения** | **Сроки исполнения** | **Ответственные** |
|  | -Изучение методической литературы по данной теме. |  | Январь 2024 г. | Педагог, родители. |
| -Анкета для родителей «Быть здоровыми хотим». | Анкетирование родителей. |
| -Создание атрибутов для закаливания (дорожки здоровья) |  |
| -Обогащение развивающей среды группы.  -Подготовка художественной литературы для чтения.   -познакомить детей с профессией Врача  -Театрализованное представление «Почему заболел мышонок?»  -Конкурс рисунков родителей и детей «Любимый вид спорта» |
|  | Консультация для родителей «Профилактика простудных заболеваний» | Консультация. | Февраль 2024 г. | Педагог, доктор, родители, дети. |
| 1. -Чтение К.И. Чуковского «Доктор Айболит». 2. Чуковский К. Мойдодыр // Сказки. – М.,1984.   3.Барто А. Девочка чумазая.-М.1953.  4.Маршак С. «О мальчиках и девочках» | Чтение, рассматривание иллюстраций, обсуждение с вопросами. |
| -Экскурсия в медицинский кабинет детского сада. | Экскурсия. |
| -Беседа «Как и для чего доктор лечит детей». | Проведение беседы с детьми. |
| -Рассматривание сюжетных картинок «Грязнуля». | Беседа с детьми. |
| Игры в спортивном уголке группы с использованием  имеющего инвентаря. | П/и игра. |
| «Как органы человека помогают друг другу» | Беседа с детьми |
| -Совместная деятельность с детьми-нетрадиционная техника рисования- Зендудлинг. | Совместная деятельность с детьми. Изотерапия. |
| -Беседа «Укрепление здоровья» | Беседа с детьми. |
| -Рассматривание иллюстраций, картинок «Здоровый образ жизни». | Беседа с детьми. |
| -Спортивное мероприятие. Эстафета. | П/и с детьми. |
| Артикуляционная гимнастика. (футбол, лошадка, качели, грибок) | Упражнения для развития артикуляционного аппарата |
| Музыкотерапия. Вивальди «Шторм», Моцарт «Колыбельная», Чайковский «Подснежник» | Прослушивание классической музыки. | Март 2024 г. | Педагог, родители, дети. |
| Чтение стихотворений о здоровом образе жизни. Заучивание пословиц о здоровье | Чтение худ. литературы. |
| Массаж для рук. Су-джок. | Массажные упражнения для рук с детьми. |
| Утренняя гимнастика. | Физические упражнения с детьми. |
| Коллективная работа. «Азбука здоровья» | Педагог и дети. |
| Гимнастика для глаз. «Послушные глазки» | Игровые упражнения с детьми. |
| Чтение К.Чуковского «Федорино горе» | Чтение худ. литературы. | Апрель 2024 г. | Педагог, родители, дети. |
| Закаливание водой. Умывание. | Водные процедуры с детьми. |
| Дыхательная гимнастика. «Хомячок», «Лабиринт». | Игра с детьми. |
| Викторина. «В стране здоровья» | Познавательная игра с детьми. |
| Д/и «Ребенок и здоровье» | Игры с детьми. |
|  | -Фотоколлаж «Мама, папа, я – здоровая семья!» | Фотоплакат. | Май 2024 г. | Педагог, родители, дети. |
| -Открытое занятие «Секрет здоровья» | Открытое занятие. |

**10.Реализация и оценка результатов проекта.**

Моя работа над проектом не ставит целью достижение высоких результатов за короткий период времени. Главное в ней - помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы взрослея они были готовы вести здоровый образ жизни, ценили свое здоровье и здоровье окружающих.

Шаг за шагом в своей работе я учила детей сохранять свое здоровье и заботиться о нем. Если ребенок здоров, он всегда радуется жизни. На протяжении всего времени мы с детьми проводили беседы, рассматривали различные иллюстрации и картинки по теме проекта. Также читали художественную литературу, проводили дидактические, развивающие и подвижные игры. Занимались артикуляционной гимнастикой, гимнастикой для глаз, выполняли различные дыхательные упражнения. Для расслабления прослушивали классическую музыку, дети с большим удовольствием наслаждались мелодиями природы, что способствует коррекции психоэмоциональной сферы детей. Музыка помогает ребенку развиваться гармонично, обогащая его внутренний мир. Использовала один из эффективных инструментов в психологической работе – изотерапию. Она дает ребенку возможность для развития воображения, гибкости и пластичности мышления.

Для детей были изготовлены коврики для массажа ног, родители с большим удовольствием нам в этом помогали. После пробуждения детки босиком ходили по дорожкам здоровья, а после принимали водные закаливающие процедуры. Мы с детьми провели несколько спортивных развлечений, что значительно влияет на их физическое состояние и настроение. Завершением проекта было открытое занятие «Секрет Здоровья».

В процессе реализации проекта созданы условия для приобретения детьми опыта самостоятельной и совместной с взрослыми, познавательной, продуктивной, творческой и физической деятельности. Применение полученных знаний помогает детям и родителям изменить отношение к своему здоровью, к способам его укрепления, повышает интерес к физическим упражнениям и спорту.

**Приложение 1**

**Закаливающие процедуры после дневного сна**

** **

** **

**Приложение 2**

**Артикуляционная гимнастика и гимнастика для глаз**

****

****

****

**Приложение 3**

**Дыхательные упражнения и развитие мелкой моторики**

****

****

** **

**Приложение 4**

****

****

****

****

**Приложение 5**

**Спортивная эстафета**

****

****

****

****

**Приложение 6**

**Дорожки для закаливания**

** **

****

**Литература, используемая при работе с детьми:**

Александрова, Е.Ю Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья».

Лечебная физкультура и массаж: методики оздоровления детей дошкольного возраста.

Голанов, А. С. Игры, которые лечат.

Моргунова, О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: практическое пособие.

Пензулаева, Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3–7 лет).

Давыдова, М. А. Спортивные мероприятия для дошкольников.

Кузнецова. Оздоровительные мероприятия в ДОУ.

Красикова, И. С. Сколиоз: профилактика и лечение.