

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка - Детский сад “Медвежонок”**

# **Проект «Детский сад – территория здоровья»**

**«Единственная красота, которую я знаю – это здоровье». Так давайте стремиться к красоте сами и приобщать к этому детей.**

**Генрих Гейне**

# Паспорт проекта

Название проекта	«Детский сад – территория здоровья»
База внедрения	МБДОУ ЦРР Д/С «Медвежонок»
Автор проекта	Карнаухова Татьяна Михайловна руководитель физического воспитания МБДОУ ЦРР - д/с «Медвежонок»
Участники проекта	Воспитанники детского сада, родители воспитанников, педагоги, музыкальный руководитель, администрация детского сада, медицинская сестра.
Тип проекта	Практико – ориентированный
Сроки и этапы реализации проекта	Срок реализации проекта: октябрь 2021г - май 2022г 1 этап - организационный, срок реализации: с 15.09 – 26.10 2 этап - подготовительный, срок реализации: с 26.11 – 10.01. 3 этап - основной - практический, срок реализации: с 10.01. – 28.02. 4 этап - итоговый, срок реализации: с 10.04. – 28.04.
Цель проекта	Проектирование целостного физкультурно – оздоровительного пространства всех участников образовательного процесса - педагогов и родителей воспитанников ДОУ через реализацию проекта «Детский сад – территория здоровья»

## **Задачи проекта:**

### **Задачи, направленные на педколлектив:**

- Изучить современные здоровьесберегающие технологии, и их основное содержание, принципы и направления использования в ДООУ.
- Активизировать деятельность педагогов по внедрению в практику современных здоровьесберегающих технологий и методик.
- Разработать картотеку здоровьесберегающих технологий для работы с дошкольниками.
- Повышать родительскую компетентность по вопросу сохранения и укрепления здоровья дошкольников посредством здоровьесберегающих технологий в условиях ДООУ и семьи.

### **Задачи, направленные на воспитанников:**

- Воспитание потребности в здоровом образе жизни: выработка привычки к соблюдению режима, потребности в физических упражнениях и играх;
- Обобщение и расширение знаний о здоровом образе жизни;
- Приобщение к общечеловеческим ценностям.

### **Задачи, направленные на родителей /законных представителей/ воспитанников:**

- Повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.
- Повышение педагогической культуры родителей путем их просвещения о совершенствовании функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания.

## Ожидаемый результаты:

- повышение результативности здоровьесберегающей деятельности ДООУ (снижение уровня заболеваемости, повышение индекса здоровья детей до 19,5%);
- становление устойчивого интереса к правилам здорового и безопасного поведения, развитие субъектной позиции детей в здоровьесберегающей деятельности;
- повышен уровень компетентности педагогических работников образовательной организации в области применения здоровьесберегающих технологий до 100%;
- повышение родительской компетентности по вопросу сохранения и укрепления здоровья дошкольников;
- улучшение материально-технической базы детского сада

## Новизна проекта

Новизна проекта в том, что заложена оригинальная идея, изменяющая структуру и назначение образовательного процесса, направленного на оздоровление детей через технологию нового поколения «Пять слагаемых здоровья» фитотерапия, закаливание, питание, эмоции, движение. При этом содержание построено в соответствии с ФГОС дошкольного образования в части охраны здоровья воспитанников, адаптировано к особенностям физического и психического здоровья контингента воспитанников ДООУ. Новым в Проекте является использование в работе с детьми занятий детским фитнесом, актуальность занятий заключается в разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Кружки физкультурно-спортивной направленности «Фитнес-Данс» танцы на мячах фитболах (для детей 4-6 лет).

«Степ –Данс» (для детей 6-7 лет) укрепления здоровья и разностороннего развития личности дошкольника средствами оздоровительной степ-аэробики.

## Актуальность

На сегодняшний день тема здоровьесбережения дошкольников в образовательном процессе является особенно актуальной. За последнее время, резко ухудшилось состояние здоровья детей. По статистическим данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и Российской академии медицинских наук, физиологически зрелыми рождается не более 14% детей, количество здоровых дошкольников составляет всего лишь около 10% от общего числа. Среди контингента детей, поступающих в первый класс, более 20% имеют дефицит массы тела, 50% детей имеют хронические заболевания. Наиболее распространенные хронические заболевания в возрасте 4 - 7 лет - болезни костно-мышечной системы; увеличение количества детей низкого роста с несоответствием уровня физического развития биологическому возрасту, а в итоге рост числа функциональных отклонений, возникающих с возрастом. Важнейшей составляющей здорового образа жизни является «комплекс мер по пропаганде физической культуры и спорта», то основное направление модернизации в области физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях, являются: улучшение физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; совершенствование санитарно-эпидемиологических правил для ДОУ, обеспечивающих необходимый двигательный режим дошкольников; увеличение охвата детей, посещающих ДОУ, обязательными и дополнительными занятиями физической культурой по программам ДОУ; внедрение в систему образовательных учреждений мониторинга состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности;



## Региональный компонент

Первопричинами снижения уровня здоровья детей в поселке Таксимо являются климатические особенности нашего региона, длительность зимнего периода и как следствие не достаточно двигательной активности на свежем воздухе из-за продолжительных низких температур в зимнее время, утрата лучших традиций организации оздоровительной работы все это компенсируется за счет организации образовательного процесса с использованием инновационных здоровьесберегающих, технологий и технологий оздоровления детей в условиях детского сада. С появлением современных инновационных технологий оздоровления, незаслуженно забыты старые, которые являются основополагающими в здоровьесбережении детей. Необходимость определения стратегических перспектив, механизмов, и этапов наращивания материально-методического потенциала ДООУ в соответствии с приоритетами оздоровительной деятельности, что определяет тему настоящего проекта с целью повышения эффективности здоровьеориентированной деятельности в ДООУ на основе построения инновационного здоровьесберегающего образовательного процесса, соответствующего Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования.

## Ресурсное обеспечение проекта

### Нормативно-правовые:

- разработка локальных актов, регламентирующих деятельность МБДОУ по реализации проекта (приказов, положений), заключение договоров о сетевом взаимодействии.

### Научно-методические:

- работа творческой группы по реализации проекта в «Детский сад – территория здоровья»;
- разработка механизма, критериев и показателей оценки результативности реализации проекта;
- методическое консультирование по ходу реализации проекта;
- оснащение педагогов методическими пособиями и рекомендациями по использованию ИКТ в работе с детьми и родителями.

### Кадровые:

- создание условий для повышения квалификации, подготовки и переподготовки специалистов участвующих в реализации проекта;
- создание творческих групп.

### Информационные:

- формирование банка данных по реализации проекта;
- мониторинговые мероприятия;
- организация мероприятий по информированию общественности о ходе реализации проекта;
- презентация проекта педагогическому сообществу родителей и педагогов района на сайте ДОУ.

### Материально-технические:

- приобретение дополнительного спортивного оборудования;
- изготовление спортивного инвентаря своими руками.

### Финансовые:

- включение в план финансово-хозяйственной деятельности расходов на приобретение дополнительного спортивного оборудования.

## **Оценка эффективности реализации проекта.**

В качестве существенного показателя развития, безусловно, выступает самооценка. От ее уровня зависит активность ребенка, его участие в деятельности коллектива, стремлению к самовоспитанию, потому что чувства к самому себе формируются и подкрепляются у детей благодаря реакциям других.

Оценка эффективности реализации проекта осуществляется на основе:

- исследования и анализ состояния здоровья детей;
- диагностика физической подготовленности дошкольников;
- анализа профессиональной компетентности педагога;
- анализа состояния РППС
- анализа состояния физкультурно-оздоровительной и коррекционной работы;
- взаимодействия с родителями и сетевого взаимодействия с социальными партнерами;
- динамики состояния здоровья детей, физического развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

Диагностика и мониторинг состояния здоровья детей по таким показателям как: определение групп здоровья - проводится 1 раз в год; физическая подготовленность, физическое развитие, антропометрия - 2 раза в год (сентябрь, май); анализ заболеваемости ежемесячно.



## Формы проведения мониторинга:

- психолого-педагогическое наблюдение за ребенком;
- игровые задания и ситуации;
- тестовые задания;
- индивидуальные и подгрупповые занятия;
- ситуативно-деловое общение, беседы;
- дидактические упражнения.

Контроль за решением воспитательных и развивающих задач программы осуществляется с помощью педагогической карты, который ведется для каждого обучающегося параллельно с общей рефлексией деятельности.

Мониторинг также осуществляется через открытые мероприятия по физическому развитию, совместные спортивные праздники, мастер-классы, индивидуальную работу с семьей, консультирование, реализацию краткосрочных образовательных проектов физкультурной направленности и т. д.

Таким образом, мониторинг как педагогическая технология:

- позволяет полностью реализовать важнейший гуманистический принцип «Не навреди!», избежать многих ошибок в педагогической деятельности, прогнозировать ее дальнейшее развитие;
- мониторинг как метод контроля этичен, поскольку не «ищет виновных», психологичен, так как способствует повышению уровня мотивации педагога через ясное видение путей решения проблем и создает чувство уверенности в успешности действий;
- мониторинг предполагает прослеживание динамики физического развития и соотнесения его показателей с другими параметрами, например, физической подготовленностью или функциональным состоянием организма.

Овладение технологией мониторинга позволит педагогу не только повысить качество своей педагогической деятельности, но и вскрыть внутренние резервы дошкольного учреждения и полнее раскрыть творческий и физический потенциал каждого ребенка.

## Этапы реализации проекта:

### I этап - Информационно-подготовительный:

**Цель:** анализ имеющихся в МБДОУ условий, выявление проблем, прогнозирование результатов работы с целью определения основной концепции проекта и направлений работы.

### Проводимая работа:

1. Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей:

- исследование состояния здоровья детей;
- диагностика физической подготовленности дошкольников

2. Изучение уровня осведомленности и мотивации родителей в вопросах формирования, укрепления и поддержания здоровья дошкольников:

- анкетирование родителей

3. Изучение научно-методической литературы по проблеме:

- новых методик и технологий физического развития и оздоровления детей;
- анализ существующих инновационных форм работы методической службы;
- подбор новых более эффективных форм работы с родителями.

### Ожидаемый результат:

Педагоги теоретически подготовлены к проведению экспериментальной работы (изучена литература, проанализированы ресурсы, спланирована работа, проведен мониторинг).

## II этап - внедренческий:

**Цель:** Введение здоровьесберегающих технологий в воспитательно- образовательный процесс детского сада.  
Организация здоровьесберегающей среды.

**Здоровьесберегающая среда** - комплекс социально-гигиенических, психолого- педагогических, экологических, физкультурно-оздоровительных, образовательных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную моральную и бытовую среду в семье и учреждении.

К основным характеристикам этой среды следует отнести:

- морально-психологический климат
- экологию и гигиену
- современный дизайн
- рациональный режим жизни, труда и отдыха
- современные здоровьесберегающие методики и технологии.

Ведущими принципами организации здоровьесберегающей среды являются:

- *динамизм* (возможность изменения, преобразования);
- *открытость* (связь с социумом);
- *гибкость* (учет возможностей как субъектов образования, так и социально- культурного пространства);
- *саморазвитие и взаимосвязь педагогических подсистем* (воспитание, образование, развитие, управление).



### **III этап- заключительный, оценочный**

**Цель:** Оценка эффективности форм и содержания здоровьесберегающих технологий. Совершенствование результатов проекта.

#### **Проводимая работа:**

Исследование эффективности проводимой работы деятельности на основе анализа мониторинга:

- исследование состояния здоровья детей;
- мониторинг физической подготовленности дошкольников;
- мониторинг валеологических знаний и умений детей дошкольного возраста;

Прогнозирование дальнейшей деятельности по дальнейшему внедрению проекта. Сбор и обработка методических и практических материалов, обобщение опыта

### **IV этап – презентационный:**

Мультимедийная презентация инновационного опыта педагогическому сообществу «Детский сад – территория здоровья»



## Мероприятия проводимые с педагогами

- Теоретический семинар: «Технологии нового поколения «5 стихий»: фитотерапия, закаливание, питание, эмоции, движение».
- Консультация: «Применение технологий закаливания в работе с детьми дошкольного возраста»
- Консультация: «Методика проведения оздоровительно – игрового часа»
- Мастер – класс: «Методика проведения утренней гимнастики с применением здоровьесберегающих технологий»
- Мастер - класс: «Степ – аэробика в физическом развитии детей дошкольного возраста»
- Смотр – конкурс: «Лучший центр здоровья»
- Оперативный контроль «Применение здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности ДОУ»
- Тематический контроль: «Здоровьесберегающая среда в детском саду как условие сохранения психофизического здоровья детей»

# Центры здоровья в группах





# Мастер – класс для педагогов «Степ-аэробика в ДОУ»



## Мероприятия проводимые с детьми

### Познавательно-исследовательская деятельность.

- Презентации: «Здоровая и полезная пища» «Если хочешь быть здоров закаляйся!», «Мир эмоций», «Детям о лекарственных растениях», «Движение – это жизнь»
- Рассматривание альбомов с фотографиями: «Виды спорта», «Спортсмены», «Закаляйся, если хочешь быть здоров!».
- Настольно-печатные игры: «Я - спортсмен», «Одень спортсмена», «Назови вид спорта»
- Дидактическая игра с игровым пособием «Пирамида питания»
- Просмотр мультфильмов: «Мойдодыр», «Девочка чумазая», «Грязнуля», «Мальшарики», «Здоровое питание», «Зубная фея».
- Проведение опыта и рассматривание гербария.
- Экскурсии в медицинский кабинет, на пищеблок.



# Мы в движении!



## Коммуникативная деятельность

- Беседы: «Как надо одеваться, чтобы не болеть», «Правильное питание - залог здоровья!», «Мы порядком дорожим - соблюдаем свой режим», «Айболит о соблюдении режима дня», «Кто опрятен тот приятен», «О пользе овощей и фруктов».
- Чтение художественных произведений: «Мойдодыр» К.Чуковского, «Девочка чумазя» А.Барто, «Айболит» К.Чуковского, «Сказка про непослушные ручки и ножки» Прокофьевой С., «Про девочку, которая плохо кушала» С.Михалкова. «Деловой человек» Л.Рыжова, «Наоборот» Е.Карганова, Грозовский М. «Распорядок дня», Шорыгина Т. «Зачем соблюдать режим», И. Турчин «Человек заболел».
- Разучивание потешек и пальчиковых игр: «Водичка, водичка...», «Шалун», «Веселая мышка», «Здравствуй солнце золотое...» «Мы капусту рубим, рубим», «Апельсин», «Кулачок-ладошка», «Моем руки».

### Акции здоровья в детском саду:

- «Береги свои зубы»
- «Встреча с Мойдодыром»
- «День подвижных игр»
- «Движение – это жизнь»
- «Лыжи в детском саду»



## Закаливание старших дошкольников по методу «Кнейпа»



Перед началом работы с родителями собраны согласия на проведение закаливающих мероприятий. Проведен медицинский осмотр детей. Все процедуры проводятся под присмотром медицинского работника.

## Музыкально-художественная деятельность.

- Упражнения на релаксацию под классическую музыку.
- Ритмопластика, Музыкальные физминутки.
- Релаксационная музыка:-музыка Моцарта - «Вальс» П. И. Чайковский.
- Слушание аудиозаписи «Песенка про умывание» (муз.В.Богатырева, сл.Д.Червяцова),
- Песня «Физкульт –Ура» Муз. Е. Филипповой, Песня «Зарядка» муз. Витлина.
- Утренняя гимнастика с использованием музыкального сопровождения.

## Игровая деятельность.

- Сюжетно-ролевые игры: «Больница для зверят», «Игрушки у врача», «Покажем кукле Кате, как мы умеем умываться и вытирать руки полотенцем».
- Подвижные и спортивные игры:
- Дидактические игры : «Одень спортсмена», «Угадай эмоции», «Рассмеши друга», «Чудесный мешочек», «Узнай по запаху», «Угадай на вкус», «Выбери полезные продукты для здоровья», «Оденем куклу на прогулку», «Покажем Мишке, как надо одеваться».



# Мы в движении!



## Двигательная деятельность

- НОД по физкультуре с использованием здоровьесберегающих технологий;
- Кружок физкультурно-спортивной направленности «Фитнес-Данс»;
- Кружок физкультурно-спортивной направленности «Степ-Данс»;
- Индивидуальная работа с детьми в Центрах здоровья
- Занятия в тренажёрном зале «Крепыш»
- утренняя ритмическая гимнастика по технологии Ж.Е. Фирилевой, Е.Г. Сайкиной «СА-ФИ-ДАНСЕ (танцевально-игровая гимнастика для детей)

## Физкультурно - познавательные развлечения

- "Путешествие в страну "Здоровейка" старшая и подготовительная группа
- «Малыши — крепыши» средняя группа
- «Мы здоровые ребятки: и зайчишки, и бельчатки» младшие группы
- «Мы богатыри-сильные и смелые, нет слабых среди нас» старшая и подготовительная группа
- «Аты-баты, мы солдаты!», средняя старшая и подготовительная группа
- «Незнайка и дорога» старшая и подготовительная группа



## Ароматерапия «Сосна»



## «Гербарий. Что это?»



## ИОС с использованием музыка- и ароматерапии «В гостях у гномов»



## Изготовление «Амулетов здоровья» с применением фитонцида чеснок





## Центр двигательной активности «Спортик»



Здесь руководителем физического воспитания Карнауховой Т.М. реализуются программы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности «Фитнес-Данс» и «Степ-Данс»





# Тренажёрный зал «Крепыш»



## Мероприятия проводимые с родителями

- Фотовыставка «Мама, папа я – спортивная семья!»
- Семинар - практикум с родителями «Приучаем детей есть полезные продукты» с презентацией творческих находок.
- Анкетирование родителей в группах «Здоровьесберегающее пространство в детском саду и дома»
- Выставка творческих работ «Пирамида питания», «Куклы эмоции», «Дорожки здоровья»
- Выставка рисунков «Любим спортом заниматься»

### Консультации:

- «Играем вместе»,
- «Витаминный календарь.
- «Как быть весёлым и здоровым весь год»,
- «Оздоровительные мероприятия проводимые дома»
- «Одежда ребёнка в зимний период».
- «Профилактика остро-кишечных инфекций»



## Выставка творческих работ «Пирамида питания» куклы «Эмоции»



Таким образом наши воспитанники совместно с родителями дополнили центры здоровья в группах пирамидами питания, созданными своими руками.

## **Перспектива развития проекта.**

**Проект «Детский сад – территория здоровья»** является результатом творческой деятельности детей, родителей, педагогического коллектива детского сада. Особенностью проекта является создание единого воспитательно-образовательного пространства, основанного на доверительных партнерских отношений детского сада с родителями. Это залог успешной работы с детьми.

Наша работа не ставит целью достижение высоких результатов за короткий отрезок времени. Главное в ней – помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, были готовы вести здоровый образ жизни, ценили свое здоровье и здоровье окружающих.

В результате данного проекта будет создана эффективная система работы в детском саду по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни, которая обеспечит комплексное решение оздоровительных, образовательных, развивающих и воспитательных задач, а также совершенствование и модернизацию образовательного процесса с дошкольниками.



## Распределения детей по группам здоровья

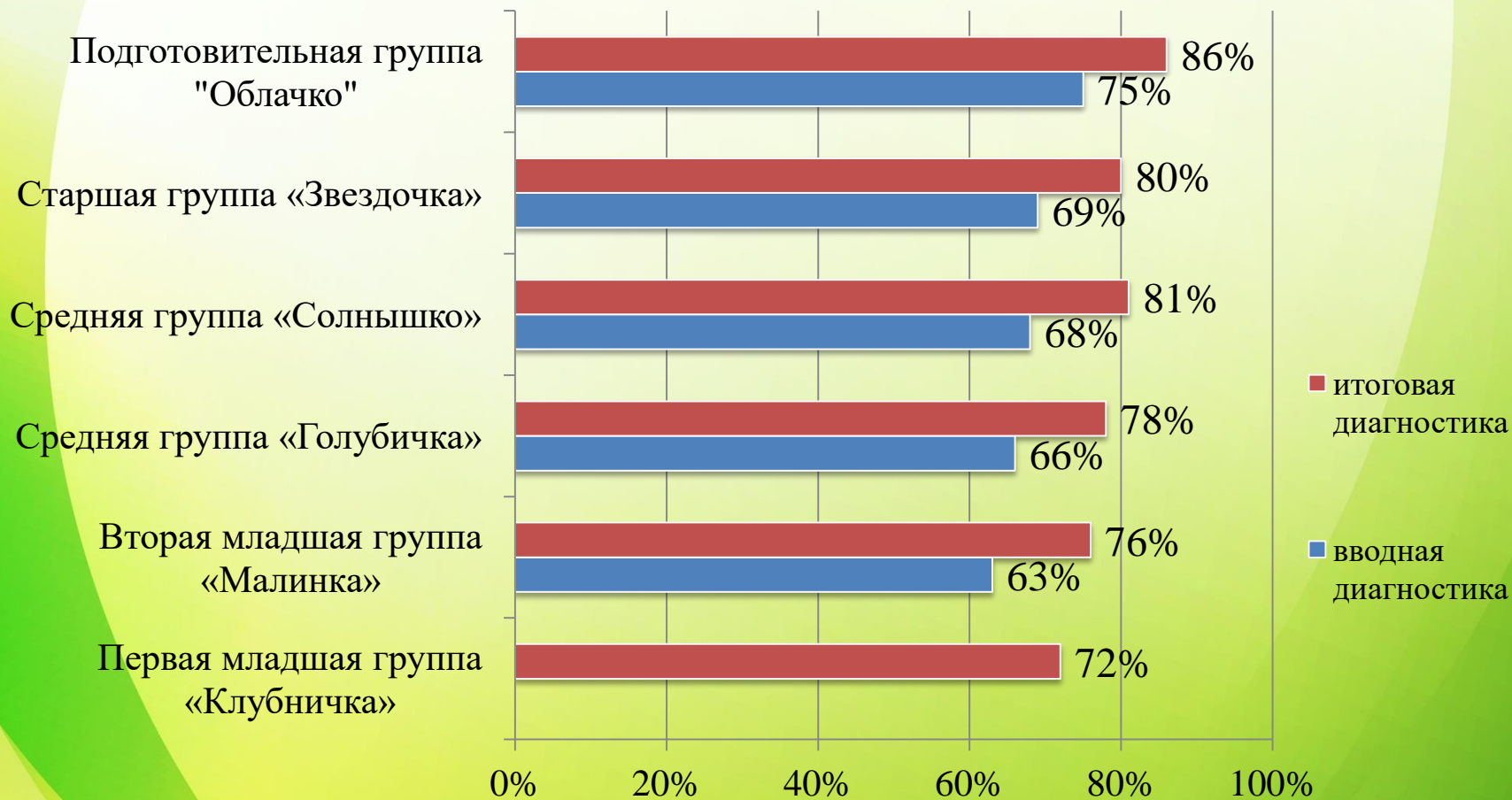
	I - группа	II-группа	III- группа
2020 - 2021	54%	41%	5%
2021- 2022	58%	39%	3%

## Пропуск по болезни одним ребенком

2019-2020	2020-2021
13,6	13,2

## Индекс здоровья

2020-2021	2021-2022
15,5	16,1



## Результаты освоения образовательной области "Физическое развитие"

	Первая младшая группа "Клубничка"	Вторая младшая группа "Малинка"	Средняя группа "Голубичка"	Средняя группа "Солнышко"	Старшая группа "Звездочка"	Подготовительная группа «Облачко»
<b>низкий</b>	33,89%	1,54%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
<b>средний</b>	46,11%	42,98%	52,05%	25,29%	25,94%	16,07%
<b>высокий</b>	20,00%	55,48%	47,95%	74,71%	74,06%	83,93%