**Проектная деятельность по здоровьесбережению детей**

Среди задач, на решение которых направлен федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155, — обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Наряду с формированием общей культуры, развитием физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формированием предпосылок учебной деятельности сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста является важной задачей дошкольного образования. К сожалению, современные условия жизни, плохая экологическая обстановка, а также непонимание родителями важности формирования культуры здоровья в дошкольном возрасте зачастую препятствуют решению данной задачи.

С каждым годом возрастает процент детей, имеющих различные отклонения в здоровье, наблюдается тенденция непрерывного роста уровня общей заболеваемости среди дошкольников. Именно поэтому актуальным направлением деятельности нашей дошкольной образовательной организации, сегодня является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т. ч. их эмоционального благополучия, формирование у них сознательного отношения к состоянию своего организма, профилактике вредных привычек.

Одно из обязательных условий воспитания культуры здоровья ребенка — культура здоровья семьи. Поэтому залогом эффективности данной работы является тесное взаимодействие педагогов ДОО с родителями, а также понимание того, что здоровый образ жизни должен стать стилем жизни самих взрослых — как педагогов, так и родителей.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет, как одну из важнейших задач, охрану и укрепление здоровья воспитанников через создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого - педагогической, профилактической и оздоровительной работы.

 В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Современные педагогические исследования показывают, что использование инновационных педагогических технологий, открывает новые возможности воспитания и обучения дошкольников, и одной из наиболее эффективных в наши дни стал метод проектов.

 Проектирование – это комплексная деятельность, позволяет объединить педагогов, детей, родителей, научить работать в коллективе, сотрудничать, планировать свою работу. Работа по технологии проектирования даёт не только положительный результат, но и помогает реализовать здоровьесберегающие и здоровьеформирующие задачи и является уникальным средством обеспечения сотрудничества, сотворчества детей и взрослых, способом реализации личностно-ориентированного подхода.

Физкультурно-оздоровительное направление, является одним из приоритетных в работе нашего детского сада. Его цель: качественное улучшение физического состояния воспитанников их физического развития, формирование навыков здорового образа жизни. На протяжении последних лет наблюдается тенденция ухудшения здоровья детей, снижение двигательной активности, снижение уровня компетентности родителей и детей в вопросах сохранения и укрепления своего здоровья. Данные проблемы способствовали внедрению в практику работы ДОУ по физкультурно–оздоровительному направлению новой и эффективной формы – проектов.

На основании всего вышесказанного, был разработан проект по здоровьесбережению воспитанников «Если хочешь быть здоровым».

Актуальность проекта заключается в необходимости усиления мотивации и потребности к здоровому образу жизни у детей и их родителей.

Объектом проекта является процесс воспитания культуры ЗОЖ у детей и родителей.

Проект объединял всех участников педагогического процесса (инструктора по физической культуре, воспитателей групп, музыкального руководителя, родителей и воспитанников).

Цель проекта:

Приобщение детей и родителей к здоровому образу через организованную модель здоровьесбережения в ДОУ.

- Поиск эффективных методов и приемов по повышению активности родителей в вопросах здоровьесбережения у дошкольников;

|  |
| --- |
| Задачи проекта:- Формирование у дошкольников через образовательную деятельность представление о здоровье человека и здоровом образе жизни; мотивация на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей;- Повышение компетентности родителей в использовании здоровьесберегающих возможностей в семье; |

- Разработка и внедрение системы оздоровительных, профилактических и коррекционных мероприятий.

В ходе реализации проекта происходила интеграция следующих образовательных областей: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное» «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие» «Речевое развитие», в процессе создания игровых проблемных ситуаций, при организации НОД.

Участники проекта: педагоги, дети, родители, музыкальный руководитель, медсестра.

Работа над проектом осуществлялась в три этапа.

1этап Аналитико-организационный

Цель которого - выявить отношение воспитанников и родителей к занятиям физкультурой и знания по сохранению и укреплению здоровья.

1. Анкетирование родителей;

Организованное анкетирование, позволило получить ответы на следующие вопросы: что знают родители о ЗОЖ, на что нужно обращать особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребенка, как укреплять его здоровье и т. п.

1. Беседы с детьми.
2. Выявление первоначального уровня отношения к занятиям физической культурой, знаний и владений способами укрепления своего здоровья.

2этап- Основной.

Цель которого – реализация мероприятий, для решения поставленных задач.

1. Различные виды гимнастик (утренняя, корригирующая, дыхательная).
2. Образовательные ситуации (познавательные, физкультурные, валеологические).
3. Различные виды игр и игровых упражнений (подвижные, спортивные, дидактические, игры - шутки).
4. Викторины о спорте и ЗОЖ.
5. Консультации для родителей.
6. Совместные спортивные мероприятия с родителями.

7.Изготовление семейных проектов «Спорт в моей семье».

1. Обогащение предметно – развивающей среды на группах.
2. Разработка картотек проблемных ситуаций, стихов, загадок и ООД по вопросам укрепления и сохранения здоровья воспитанников.

3 этап- Заключительный

(аналитический)

Цель – выявить изменения, проанализировать полученные результаты.

1. Анкетирование родителей.
2. Беседы с детьми.
3. Анализ полученных результатов

В течение всей проектной деятельности акцент делался на самостоятельное экспериментирование и поисковую активность детей, побуждая их к творческому выполнению различных заданий, а также совместную деятельность детей, родителей и педагогов.

Качественным решением задач по реализации содержания физического развития дошкольников стала совместная деятельность взрослого и детей. Так как совместная деятельность с ребёнком выстраивается как увлекательная проблемно-игровая деятельность, которая позволяет обеспечить малышу позицию субъекта, проявить самостоятельность и творчество, а малоактивному ребёнку стать активным и решительным в своих действиях.

Родители являются самыми активными участниками всех мероприятий, например: «Игры детства», где родители учили детей играть в игры своего детства, «Весёлые старты» - отдельно дети, отдельно – взрослые.

Во взаимодействии с родителями основными задачами является активизация у родителей потребности в ЗОЖ, углубление знаний родителей в вопросах физического воспитания детей и укрепления здоровья, формирование осознанного отношения детей к ЗОЖ.

Опыт показал, что организация такой формы работы, хоть и требует большой предварительной работы, но она оказывает положительное комплексное влияние на формирование личности ребёнка, улучшает взаимоотношения в семье, коллективе группы, дошкольного учреждения, повышает интерес детей и родителей к занятиям физической культурой и спортом. Позволяет отобрать самое необходимое содержание, не перегружая воспитанников.

Благодаря реализации проекта «Если хочешь быть здоровым», основными результатами стали:

* формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой;
* повышение компетентности родителей в вопросах приобщения детей к ЗОЖ;
* снижение уровня заболеваемости;
* сформированность физических и интегративных качеств;
* интеграция образовательных областей.

У родителей появилось понимание того, что важным фактором формирования ЗОЖ у детей является их личный пример. Родители стали уделять больше времени формированию и соблюдению в семье полезных привычек, организации правильного досуга, прогулок с ребенком, следить за его режимом дня. Таким образом, организованная работа с семьями воспитанников в рамках проектной деятельности имеет, несомненно, положительные результаты и является эффективным инструментом повышения компетентности родителей в вопросах воспитания культуры здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Приложение №1

1. Ежедневная профилактическая работа

Утренняя гимнастика

Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья», воздушное контрастное закаливание, точечный массаж

Утренняя гимнастика под музыкальным сопровождением.

Витаминизация (соки, фрукты, напитки)

Ежедневные прогулки с двигательной активностью детей

В течение проекта

1. Беседы

Тема: «Полезные продукты».

Цель: уточнять название фруктов, овощей; закреплять знания детей о природных витаминах.

Тема: «Будем спортом заниматься».

Цель: закрепить знание названий видов спорта, умение узнавать их по картинке.

Тема: «Врачи – наши помощники».

Цель: закрепить знания о том, что при серьёзной травме нужно вызвать врача «скорой помощи», позвонив по номеру «03» (поупражнять в вызове врача) .

Тема: «Съедобные и несъедобные грибы»

Цель: закреплять знания детей о съедобных и несъедобных грибах.

Тема «Чем опасно солнце»

Цель: сформировать навыки поведения детей в жаркий летний день.

Тема «Осторожно грипп»

Цель: познакомить детей с характерными признаками болезни и профилактикой, способам защиты от вирусов.

Тема: «Наши руки»

Цель: дать понятие о важности человеческой руки: о том, что с помощью рук можно выражать различные чувства.

По календарному плану работы воспитателя

1. Работа в книжном уголке

Рассматривание иллюстраций, картин, фотографий о здоровье, спорте

заучивание пословиц, поговорок о здоровье

Чтение художественной литературы

Отгадывание загадок о здоровье

В течение проекта

1. Сюжетно-ролевые игры

«Поликлиника»

«Аптека»

«Больница»

«Магазин»

В течение проекта

1. Дидактические и подвижные игры

(картотеки прилагаются)

Цель: закрепление правил ранее изученных игр; обеспечить двигательную активность детей; создать хорошее настроение; воспитывать дружеские чувства, интерес к подвижным играм.

В течение проекта.

1. Выставки

Рисунки детей с родителями на тему ЗОЖ.

Фотовыставка «Мы за здоровый образ жизни! »

Конкурс детских работ «Путешествие в страну здоровья».

В течение проекта.

1. Работа с родителями

Задачи:

Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми;

Расширять знания родителей о физических умениях и навыках детей;

Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной оздоровительной деятельности в ДОУ;

Заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье.

Содержание деятельности с родителями.

Анкетирование родителей

Цель:

определить уровень знаний родителей по вопросам оздоровления ребёнка;

выявить семьи, имеющие интересный опыт оздоровления ребёнка.

В сентябре

Консультации в родительский уголок

Цель: доступно и убедительно давать родителям нужную информацию, побуждать их пересматривать неправильные методы и приёмы домашнего физического воспитания

Консультация «Красивая осанка - залог здоровья»;

Консультация «Здоровый образ жизни ваших детей»

Рекомендации родителям по укреплению здоровья;

Рекомендации родителям по питанию детей.

В течение года

Открытые мероприятия

Спортивный досуг.

Тема: «Будь здоров!»

Цель: пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту.

Задачи:

закрепление ранее разученных навыков: бег на скорость, упражнения с мячом, воспитание взаимовыручки, смелости, ловкости, силы.

повысить интерес детей и их родителей к физической культуре.

Тема: «Мама, папа, я – спортивная семья!»

Цель: пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту.

Задачи:

закрепление ранее разученных навыков, воспитание взаимовыручки, смелости, ловкости, силы, повысить интерес детей и их родителей к физической культуре.

Совместная утренняя гимнастика под музыкальное сопровождение

Цель – способствовать приобретению родителями и детьми разнообразного двигательного опыта, учить взаимодействовать, снимать чувство неуверенности.

Библиографический список

1. Алябьева, Е.А. Игры для детей 4-7 лет; развитие речи и воображения / Е.А. Алябьева. - Москва, 2009.
2. Бочкарева, О.И. Организация деятельности по формированию культурно-гигиенических навыков и этикета. / О.И. Бочкарева. - Волгоград: ИТД «Корифей», 2008.
3. Галанов, А.С. Игры, которые лечат/ А.С.Галанова. - Москва, ТЦ Сфера, 2006.
4. Иванова, А.И. «Человек» / А.И. Иванова. - М.: ТЦ Сфера, 2010.
5. Картушина, М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. / М.Ю. Картушина. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
6. Кулик, Г.И. Сергиенко Н.Н. Школа здорового человека / Г.И. Кулик, Н.Н. Сергиенко. - Москва. ТЦ Сфера, 2010.
7. Шорыгина, Т.А. Беседы о здоровье / Т.А. Шорыгина. - Москва. ТЦ Сфера, 2010.