Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №89 «Крепыш»

ПРОЕКТ
«Я здоровым быть хочу»
разновозрастной группы компенсирующей направленности
(от 3 до 8 лет)

Воспитатель: Насырова С.Х.

г. Сургут

Пояснительная записка

Проект «Я здоровым быть хочу» разработан на основании ФГОС в области дошкольного воспитания .

При разработке данного проекта опирались на исследования Л.А. Венгера, А.В. Запорожца, М.Д. Маханева, О.М. Дьяченко, Н.К. Смирнова, В.С. Коваленко. В ходе работы над проектом использовались здоровье сберегающие, игровые технологии, личностно- ориентированный подход, проектная деятельность.

1. Актуальность проекта.

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Обеспечение здоровья и физического развития детей заявлено в качестве одного из приоритетов государственной образовательной политики. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему, потому что за последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось из-за недостаточной осведомленности родителей о важности физического воспитания, негативной статистики по образу жизни в семье: сниженная активность, несбалансированное питание, несоблюдение режима дня. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношениях сотрудников ДОУ с родителями. Поэтому здоровье сбережение в ДОУ- одна из самых актуальных проблем современного общества. Дети, посещающие наш детский сад, ежегодно проходят медицинский осмотр врачом- педиатром и другими узкими специалистами. После медицинского заключения было выявлено, что большинство детей дошкольного возраста относятся по состоянию здоровья к так называемой «группе риска»- II группе здоровья (дети, имеющие те или иные отклонения в состоянии здоровья функционального характера). Именно поэтому становится понятной значимость всех оздоровительных мероприятий, проводимых в этот период.

2. Научное обоснование проекта

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер.

Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Многие философы, ученые отводили и отводят в ряду ценностей первое место здоровью. В.Вересаев, известный русский врач и писатель, так оценивал здоровье: «…с ним ничего не страшно, никакие испытания, его потерять-значит потерять все…». Данные разных исследований показывают, что за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 10% от контингента детей, поступающих в школу. Вместе с тем по- прежнему наблюдается «перекос» образовательных программ дошкольных учреждений в сторону предметной подготовки к школе, что не обеспечивает формирования тех качеств личности, которые помогают ребенку учиться: в школу приходят дети читающие, считающие, но имеющие скудный сенсорный опыт. Особо следует отметить отсутствие у детей физических качеств (усидчивости, умения напрягаться без ущерба для здоровья, элементарно корректировать свое эмоциональное состояние, переключаться с одной деятельности на другую), то есть тех показателей, которые тесно связаны с самовоспитанием. Как показывают исследования, уровень физического развития ребенка, уходящего в школу, недостаточный:
-дисгармоничное развитие имеют до 19% детей;
-уровень развития двигательных способностей ниже нормы имеют 17% ;
-тонкомоторные действия недостаточно развиты у 20% будущих первоклассников.

Даже строго следуя требованиям СаНПина о максимальной учебной нагрузке на ребенка, можно сказать, что ритм жизни в детском саду остается высоким, не всегда удается сохранить оптимальный баланс между образовательной и двигательной деятельностью. В этом и есть противоречие: с одной стороны, работа детского сада предполагает превышение образовательного стандарта по всем направлениям развития ребенка, что в свою очередь обеспечивается введением парциальных программ, реализацией программ дополнительного образования. С другой стороны, для решения основной задачи дошкольного образования: сохранения и укрепления здоровья ребенка, необходимо обеспечить оптимальный двигательный режим в детском саду, достаточное время в режиме дня для осуществления оздоровительных мероприятий. Следовательно, возникает необходимость создания такой системы работы, при которой происходила интеграция оздоровительной деятельности в образовательную, что в конечном итоге способствовало сохранению и

укреплению физического и психического здоровья ребенка, формированию здорового образа жизни.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей- одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно- правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения»; а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др. Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития представляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Значение культа здоровья значительно возрастает. В.А.Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье- это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». «Здоровье- это вершина, которую должен каждый покорить сам»- так гласит восточная мудрость. Задача педагогов- научить детей покорять эту вершину. Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом. С сильным умом, в сильном теле можно добиться любых высот. Современный человек не имеет права считать себя образованным, не освоив культуры здоровья. Культура здоровья определяет, прежде всего, умение жить, не вредя своему организму, а принося ему пользу. Здоровье- это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности. Поэтому возникла необходимость в создании проекта, который предусматривал бы решение следующих задач:

-сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
-формировать начальные представления о здоровом образе жизни;
-развивать у детей потребность в активной деятельности.

3. Цель проекта:

Основная цель проекта- формирование убеждений и привычек здорового образа жизни среди воспитанников и их родителей.
Задачи проекта:

-формировать познавательное развитие детей, дать им определенную сумму знаний по анатомии, физиологии и гигиене человека, мотивацию на здоровый образ жизни и соблюдение основных принципов жизнеобеспечения;

-активизировать позитивный опыт детей в области сохранения и укрепления здоровья;

-воспитывать осознанное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья.

Тип проекта: краткосрочный

4.Целевая аудитория

Проект предназначен для детей старшего дошкольного возраста, воспитателей, родителей.

5.Содержание проекта

1. Подготовительный:

- Беседа с детьми на тему: «Наши верные друзья»
- Занятие по формированию здорового образа жизни в старшей группе
- Анкетирование родителей

-Организация уголка здоровья

2.Основной

Сроки проведения	Совместная деят-ть с детьми	Взаимодействие с родителями	Обогащение РППС
1-я неделя	1. НОД «Страна волшебная – здоровье» 2. ЧХЛ: -«Девочка чумазая» А. Барто -«Федорино горе» К.И.Чуковский 3. Отгадывание загадок 4. С/р.игра «Больница»	Анкетирование родителей	1. Изготовление папки передвижки «Наше здоровье-в наших руках» 2. Оформление плаката «Дерево здоровья» 3.Изготовление картотеки «Подвижные игры»

2-я неделя	1.НОД,ХЭР (Рисование) Тема: «Мы со спортом дружим» 2.НОД, «Дает силы нам всегда витаминная еда» 3.Д/и «Кто, как устроен» 4.Дыхательные упражнения 5.Инсценировка сказки К.Чуковского «Мойдодыр»	1.Родительское собрание «Здоровая семья-здоровый ребенок» 2.Мастер –класс «Изготовление нестандартного оборудования для закаливания»	1.Изготовление нестандартного оборудования своими руками (массажные дорожки, коврики) 2.Оформление выставки детских работ 3.Изготовление картотеки «Дыхательные упражнения»
3-я неделя	1.Экскурсия в медицинский кабинет. 2.С/р.игра «Магазин спортивных товаров» 3.Викторина «Кто больше назовет зимних видов спорта?» 4.Просмотр мультфильма «Микробы», из серии «Уроки тетушки Совы»	1.Консультация «Организация правильного питания детей, как основа ЗОЖ» 2.Памятка для родителей «Где живут витамины»	1.Использование нетрадиционных средств профилактики (лук,чеснок, витаминизация) 2.Оформление альбома «Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей» 3.Изготовление картотеки «Гимнастика для глаз»
4-я неделя	1.НОД Викторина «Счастливый случай» 2.ЧХЛ В.Коростылев «Королева Зубная Щетка» 3.Чтение пословиц,поговорок, потешек. 4.С/р.игра «На приеме у стоматолога»	Спортивное развлечение «Наша спортивная семья»	1.Подготовка выставки детской литературы «В стране Здоровья» 2.Изготовление картотеки «Игры для здоровья» 3.Изготовление картотеки «Физкультминутки»

	5.МРД«Стираем белье»		

6.Ожидаемые результаты

- повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;
-повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;
-повышение профессионального мастерства мастеров педагогов ДОУ в здоровьесбережении;
-создание единого воспитательно- образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями;
-оформление выставки детских работ по теме «Здоровью- да!»;
-создание картотеки «Подвижные игры для дошкольников»;

7.Перспективы дальнейшего развития проекта.

В результате данного проекта будет создана эффективная система работы в ДОУ 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.