**МКДОУ «Детский сад имени Гаджи Махачева»**

***Инновационный проект***

**«Здоровые дети - счастливые дети!»**

**Подготовила проект:**

 ***Газиева А.Г.***

с.Буртунай, 2018г.

Актуальной задачей физического воспитания - говорится в Концепции дошкольного воспитания, - является поиск эффективных средств совершенствования и развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях. Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольном образовательном учреждении.

         Любая система не прослужит достаточно эффективно и долго, если она не будет совершенствоваться, обновляться, модернизироваться. Поэтому педагоги МКДОУ «Д/с имени Гаджи Махачева» постоянно ищут пути совершенствования работы по укреплению здоровья воспитанников, развитию движений и физическому развитию детей. Результатом данной работы является разработка и реализация проекта «Использование традиционных и нетрадиционных здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании и оздоровлении дошкольников»

**Характеристика проекта:**

1.Вид – практико-ориентированный проект;

2.По предметно-содержательной области проекта – междисциплинарный;

3.По продолжительности выполнения – долгосрочный;

4.По характеру доминирующей проектной деятельности – прикладной (практико-ориентированного характера).

**Цель проекта:** Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ таким образом, чтобы обеспечить каждому ребенку гармоничное развитие, помочь использовать резервы собственного организма для сохранения, укрепления и повышения уровня здоровья детей; приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни.

**Сущность проекта:** Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания (физических упражнений, рационального режима, закаливания, составляющих триаду здоровья). Поэтому работа по воспитанию здорового ребенка в нашем детском саду осуществляется через систему физкультурно-оздоровительной работы, включающей в себя десять взаимосвязанных блоков.

**Актуальность:** Забота о здоровом образе жизни – это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

**Практическая значимость:** Валеологические знания приучают ребенка сознательно относиться к своему здоровью; утренняя гимнастика, бег, дыхательные упражнения.       Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Деятельность взрослого, направленная на укрепление здоровья, составляет содержание физического воспитания, что обеспечивает ребенку физическое развитие. Подвижные игры и игровые движения – естественные спутники жизни ребенка дошкольного возраста, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребенка.

**Задачи реализации проекта:**

-изучить современные здоровьесберегающие технологии, их основное содержание, принципы и направления использования в ДОУ;

- ежегодно разрабатывать перспективное планирование по физкультурно-оздоровительной работе на все возрастные группы;

-разработать методику применения здоровьесберегающих технологий (дыхательной гимнастики, степ-аэробики, фитбола) в игровой форме;

-разработать систему взаимодействия педагогов, медицинского персонала ДОУ, родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников;

-разработать план улучшения материально-технической базы ДОУ по вопросам физического воспитания и укрепления здоровья детей;

**Ожидаемый результат:**

-снижение уровня заболеваемости детей ДОУ;

-повышение уровня физической подготовленности воспитанников;

-формирование у воспитанников осознанной потребности в здоровом образе жизни;

-развитие физических и нравственных качеств детей, расширение кругозора, сохранение и укрепление здоровья;

-вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс.

**Участники проекта:**

-воспитанники МКДОУ «Д/с имени Гаджи Махачева»;

-педагогические работники и медицинскую сестру ДОУ;

-родители воспитанников.

**Степень распространения проекта:**

-консультации по содержанию проекта на педагогических часах в ДОУ, на родительских собраниях;

-размещение материалов по проекту на сайте ДОУ.

**РАЗДЕЛ №1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.**

1.В МКДОУ имеется оборудование которое:

* Способствует укреплению мышц туловища, рук, ног, а также развитию двигательной активности и координации движений;
* Обеспечивает профилактику нарушений осанки, плоскостопия;
* Способствует сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
* Положительно влияет на психоэмоциональную сферу.

   Такой набор оборудования позволяет включить в работу группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятия. Особое внимание мы уделяем размещению оборудования: оно не загромождает полезную площадь помещения – одни дети могут свободно пользоваться любыми спортивными снарядами в тот момент, когда дети другой полгруппы выполняют упражнения или участвуют в подвижной игре. Наряду со стандартным спортивным оборудованием в ДОУ имеются большое количество нестандартного оборудования, которое повышает интерес детей к занятиям физической культурой, привлекает к участию в подвижных играх. Силами инструкторов по физической культуре, родителями воспитанников изготовлено такое нестандартное оборудование, которое легко трансформируется в зависимости от тематики занятия, игры или исходя из тех задач, которые решает педагог в данный момент времени при минимальной затрате времени: дорожки разной ширины со следами, которые можно разложить в различном порядке и направлении.

2. Для организации двигательной активности детей и проведению оздоровительных мероприятий в группах организованы зоны двигательной активности детей, которые оснащены необходимым оборудованием, схемами для самостоятельной деятельности детей. Инструкторы по физической культуре, инструкторы по плаванию, медицинские сестры систематически вносят рекомендации по оснащению центров двигательной активности детей с учетом возрастных особенностей, состояния здоровья детей, уровня усвоения образовательной программы.

3.На территории детского сада оборудована спортивная площадка с зонами для подвижных и спортивных игр, беговой дорожкой, «полосой препятствий», прыжковыми ямами, рукоходами, оборудованием для обучения детей подлезанию и пролезанию, мишенями для метания в цель с различного расстояния и с учетом приоритетной руки ребенка, «дорожкой здоровья» для проведения мероприятий по профилактике плоскостопия в летний период.

4. В ДОУ имеется один медицинский кабинет, оснащенных всем необходимым оборудованием.

**РАЗДЕЛ №2. РАЗВИТИЕ ДВИЖЕНИЙ.**

     Под руководством педагогов и сотрудников ДОУ проводится ежедневная работа по повышению двигательной активности детей. Организованной двигательной активности отводится не менее 1 часа в день

     Утренняя гимнастика – заряд бодрости на весь день.

   Разнообразие форм проведения утренней гимнастики способствует формированию интереса к ней.

     Особое значение в воспитании здорового ребенка педагоги ДОУ придают развитию движений и физической культуры детей в ходе непосредственной образовательно деятельности по физической культуре. Формы организации непосредственной образовательной деятельности разнообразны – фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, в группе, на спортивной площадке на территории детского сада, на спортивной площадке близлежащей школы, на поляне за пределами территории ДОУ. Особое внимание уделяется организации образовательной деятельности с детьми по физической культуре в зимний период времени.

      Инструкторами по физической культуре разработана программа ознакомления детей с зимними видами спорта и организации физического воспитания детей в зимний период на свежем воздухе.

      Что бы образовательная деятельность по физической культуре была эффективной, при ее организации педагоги нашего ДОУ придерживаются следующих условии:

• образовательная деятельность по физической культуре строится в соответствии с задачами на данный период, уровнем подготовленности детей;

• используются различные способы организации детей для выполнения упражнений с целью увеличения двигательной активности;

• распределение нагрузки на организм на протяжении всего занятия;

•использование    разнообразного    спортивного    инвентаря, музыкального    сопровождения, повышающих эмоциональное состояние и активность детей.

      Однако деятельность по физическому воспитанию детей становятся эффективной только в том случае, если в ходе нее не ущемляется индивидуальность ребенка, реализация его склонностей, интересов, а также учитываются индивидуальные различия детей. В соответствии с этим непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию детей строятся на двух основаниях:

- планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания,

- педагогической импровизации, посредством которой варьируется содержание, формы и методы в каждой конкретной ситуации взаимодействия с ребенком.

      Сочетание этих подходов возможно только при тесном взаимодействии инструктора по физической культуре с воспитателями групп. Часть занятий, проводимых воспитателем, являются подготовительными к освоению нового двигательного материала, который дает воспитатель по физической культуре. А двигательный опыт, который дети накопили с воспитателем по физической культуре, затем используется воспитателями групп в различных физкультурных мероприятиях.

    В нашем ДОУ особое внимание уделяется организации тематических дней и недель. Два раза в год (октябрь, апрель) проводятся недели здоровья, в ходе которой дети в увлекательной форме получают знания о способах сохранения и укрепления здоровья.

    Детский туризм – одна из форм повышения двигательной активности детей, приобщения к здоровому образу жизни. Педагоги совместно со всеми специалистами ДОУ организуют туристические походы детей в различное время года (один раз в квартал).

**РАЗДЕЛ №4. ЗАКАЛИВАНИЕ**

     Развитие движений в полной мере не обеспечивает укрепление здоровья. Поэтому особое внимание в режиме дня уделяется проведению закаливающих процедур. Закаливающие мероприятия содействуют созданию привычек здорового образа жизни.

      Мы разработали систему закаливания, предусматривающую разнообразные формы и методы, а также изменения в связи со временем года, возрастом и индивидуальными особенностями здоровья детей. Это обеспечивает постепенное увеличение мер воздействия - в течение года.

*ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ*

(Нельзя проводить закаливающие процедуры, которые не нравятся малышу. Они должны вызывать радость)

**1.Закаливающие процедуры во время непосредственной образовательной деятельности по физической культуре.**

- во время непосредственной образовательной деятельности дети занимаются босиком;

-во время организации подвижных игр дети находятся с голым торсом;

-использование элементов самомассажа, точечного массажа;

-использование элементов дыхательной гимнастики.

**2.Закаливающие процедуры, проводимые педагогами групп.**

-прогулки на свежем воздухе;

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Чтобы она действительно давала эффект, виды деятельности на прогулке меняются в зависимости от двигательной активности на предыдущем занятии.

-проведение утренней гимнастики на свежем воздухе летнее время;

-облегченная одежда детей в группе;

-элементы самомассажа, точечного массажа;

-мытье ног в летний период;

-дневной сон.

В комплексе закаливающих средств, оберегающих нервную систему детей от перегрузок, особую роль играет правильно организованный дневной сон. В связи с этим воспитатели используют два правила:

-   обеспечить в момент подготовки детей ко сну спокойную обстановку: исключить шумные игры за 30 минут до сна, использовать перед засыпанием релаксационную гимнастику;

-   проветривать   спальное   помещение   перед   сном   со   снижением температуры   на   3-5 градусов;

-сон без маек;

-организация гимнастики пробуждения;

-босохождение по дорожкам здоровья;

-проведение оздоровительного игрового часа.

**Оздоровительно-игровой час.**

     Оздороительно0игоровой час проводится с детьми в группе. Кратность и длительности проведения зависит от возраста детей:

5-7 лет – три раза в неделю продолжительностью 15-25 минут.

        К концу дневного сна в помещении игровой комнаты группы температура воздуха после проветривания снижается до 16-18 градусов.

1.Под звуки музыки создается радостный эмоциональный фон, лежа в постели поверх одеяла, выполняют в течение 2-3 минут 3-4 физических упражнения.

2.Дети встают с постели, снимают спальную одежду и оставаясь в одних трусиках выполняют 2-3 упражнения соя на полу босиком.

3.Дети проходят по «Дорожкам здоровья» в помещение группы, где педагог организует игры малой подвижности, игры имитационного характера.

4.По «Дорожкам здоровья» дети возвращаются в помещение спальни, где выполняют 2-3 дыхательных упражнений и возвращаются обратно в групповое помещение.

5.В групповом помещении проводятся подвижные игры в течение 3-5 минут, а затем дети выполняют профилактические упражнения.

-упражнения на коррекцию осанки;

-упражнения для профилактики плоскостопия;

-дыхательные упражнения для часто-болеющих детей;

-гимнастику для глаз.

     6. По окончании оздоровительного игрового часа дети переходят к выполнению водных процедур.

**РАЗДЕЛ №6. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

Воспитание   потребности   в   здоровом   образе   жизни   осуществляется

по   нескольким направлениям:

1.Гигиеническая культура;

2. Полноценное правильное питание;

3.Развитие движений;

4.Закаливание;

5. Двигательная активность.

 Гигиеническая культура. Педагоги ДОУ особое внимание уделяют воспитанию культурно-гигиенических навыков. Дети учатся правильно пользоваться столовыми приборами, вести себя за столом, мыть руки и лицо, пользоваться салфеткой после приема пищи, воспитываются навыки самообслуживания.

     Полноценное и правильное питание. В саду организовано полноценное сбалансированное четырехразовое питание. Педагоги в различной форме рассказывают детям о пользе тех или иных продуктов и блюд. В холле детского сада планируется размещение стенда «Будем с детства мы стараться только правильно питаться», в котором размещается информация о правильном питании, игры, ребусы, кроссворды о правильном питании, выполненные детьми совместно с педагогами и родителями. С целью популяризации питания в детском саду постоянно оформляется рубрика «Мастер-класс от нашего повара».

    Особое внимание педагоги нашего ДОУ уделяют реализации образовательной области «Безопасность». В холлах детского сада размещены стенды «ОБЖ для малышей», «Безопасность», «ПДД для детей». На данных стендах в доступной форме представлены правила безопасного поведения в различных ситуациях. Дети и родители принимают активное участие в оформлении стендов.

      Ежегодно воспитанники ДОУ являются участниками и победителями районных конкурсов-выставок «Дорожная азбука», «Дети против пожаров», «ПДД для детей» и т.д.

**РАЗДЕЛ №7. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ**

      Детский сад и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети – родители – педагоги).

               Поэтому, организуя сотрудничество с семьей по воспитанию здорового ребенка, необходимо уделять особое внимание следующим положениям:

    Единство ДОУ и семьи в вопросах сохранения здоровья детей, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания,

              В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

-ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;

-участие в составлении индивидуальных программ оздоровления детей;

-целенаправленную санитарно-просветительскую работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т. д;

-ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;

-обучение конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания и т.д.).

      В планировании и проведении работы с родителями большую роль оказывает анкетирование родителей в начале учебного года, помогающее изучить особенности внутрисемейного воспитания и наметить эффективные формы взаимодействия.

      Кроме традиционных форм работы с семьей, большое влияние оказывают открытые показы занятий и праздников с использованием указанных техник, организация и проведение тематических дней, недель здоровья, совместные занятия детей и родителей типа «Самая спортивная семья», «Веселые старты на воде», которые организуются в детском саду, а также Дни Открытых Дверей для родителей, где родители могут принять участие в занятии.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

     Оздоровительные мероприятия, проводимые педагогами в ДОУ, нацелены на функциональное совершенствование детского организма, на повышение его работоспособности, на формирование защитных способностей к неблагоприятным природно-климатическим факторам, т.е. создают условия для того, чтобы дети росли здоровыми.      Создание модели развивающей педагогики оздоровления стало бы невозможно без поддержки этого начинания не только всем педагогическим коллективом ДОУ, но и родителями воспитанников. Следовательно, сотрудничество с семьей является еще и одним из важнейших условий физкультурно-оздоровительной работы.