

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Когалыма «Колокольчик»*

**Долгосрочный проект по технологии физического развития для детей  
старшего дошкольного возраста**

«Маленький дом – большого здоровья»

*Разработала воспитатель  
Сарандаева Анастасия Николаевна*

г. Когалым

**Тип проекта:** познавательно-оздоровительный.

**Вид проекта:** долгосрочный

**Проблема:** слабые знания детей о здоровом образе жизни, не сформированы компетентностей способности об укреплении физического и психического здоровья.

**Актуальность:** Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из главных задач дошкольного образования. От состояния здоровья детей зависит благополучие современного общества. Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов. Только здоровый ребенок может быть успешен в процессе личностного и интеллектуального развития, а значит, успешен в обучении. От того насколько грамотно организована работа с детьми по здоровье сбережению, насколько эффективно используются для этого условия дошкольного учреждения, зависит здоровье детей.

Работа по созданию здоровье сберегающей среды строится на основе комплексного подхода, направленного на всестороннее развитие личности ребенка, на принципах гуманизации педагогического процесса, с опорой на единство требований дошкольного учреждения и семьи.

**Участники:** дети старшего дошкольного возраста (5-6 лет), воспитатели, родители.

**Сроки реализации:**

**Цель:** создание здоровьесберегающей среды на основе комплексного подхода, направленного на всестороннее развитие личности ребенка.

**Задачи:**

- актуализировать имеющийся у детей опыт по здоровье сбережению в самостоятельной деятельности.
- стимулировать резервные возможности детского организма, сделать упор на «естественное», «природное» само оздоровление .
- создавать условия для реализации потребности детей в двигательной активности.
- включать здоровье сберегающие технологии в образовательный процесс группы.
- использовать простые, эффективные, доступные, абсолютно безопасные способы оздоровления.
- обогащать предметно-пространственную среду, учитывая индивидуальные, социально-психологические, возрастные, полоролевые особенности детей, а также особенности эмоционально-

личностного развития, индивидуальные интересы, склонности, предпочтения и потребности.

- обеспечивать каждому ребёнку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.
- привлекать родителей к активному участию в воспитательно-оздоровительной работе.

### **Методы:**

- беседы,
- составление рассказов,
- чтение с обсуждением,
- игровые приемы с элементами театрализации,
- использование ИКТ,
- индивидуально - дифференцированный подход,
- создание и решение проблемных ситуаций.

### **Основные принципы проекта:**

1 «Не навреди!»- этот принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

2. «Систематичности и последовательности». Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми.

3.«Участия» - привлечение всех участников педагогического процесса, социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению.

4. «Доступности и индивидуализации» – оздоровительная работа должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

5. «Комплексности и интегрированности» - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

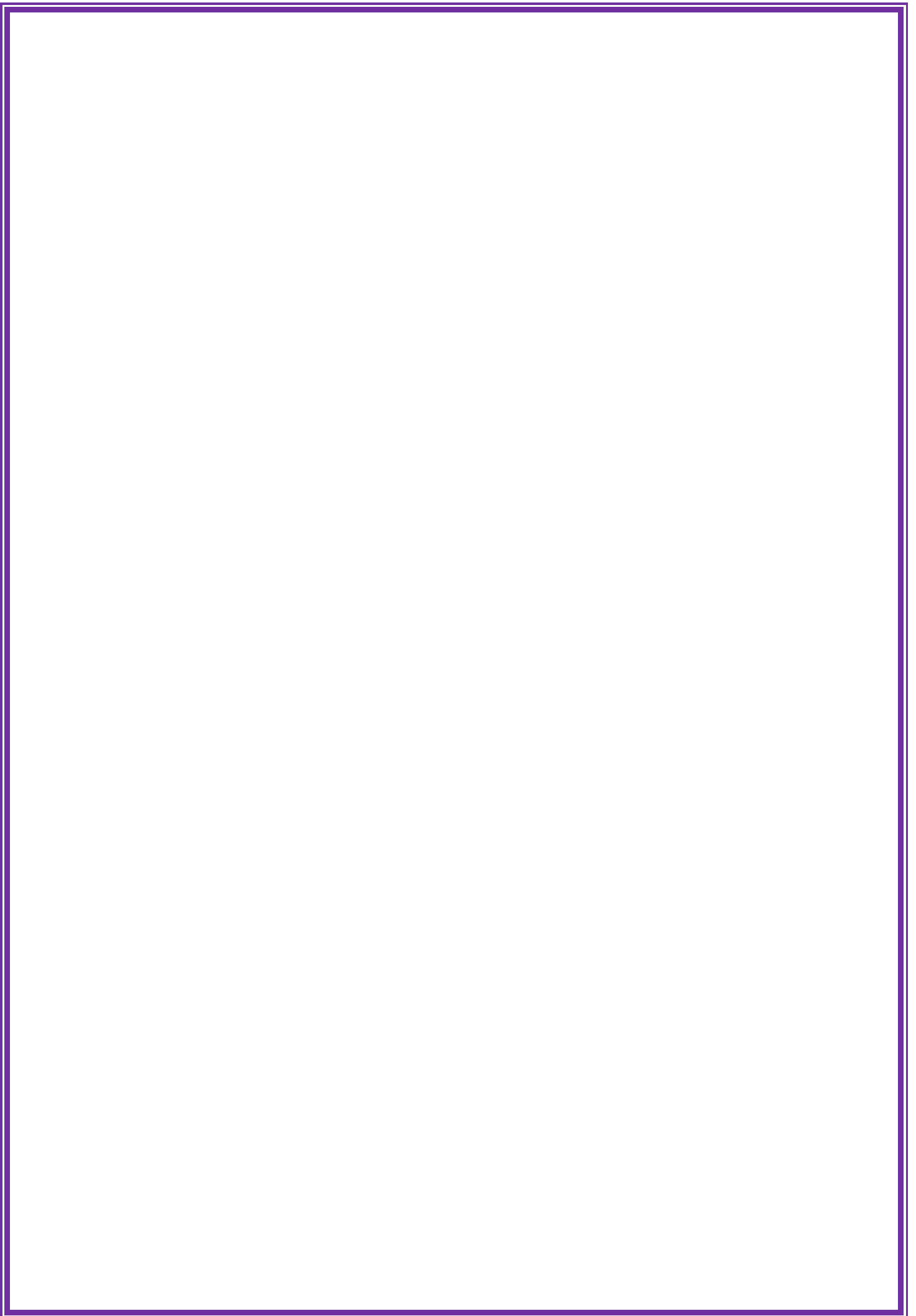
### **Ожидаемые результаты:**

- по результатам сравнительного анализа полученных данных, систематизации и обобщении результатов разработать модель оздоровления детей дошкольного возраста на основе использования вариативных форм работы
- снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей. Овладение выпускниками детского сада знаниями о здоровом образе

жизни, осознание ими ответственности за своё здоровье, создание в группе такого микроклимата, чтобы каждый день, проведенный детьми в саду приносил пользу их здоровью.

**Этапы реализации проекта:**

- подготовительный
- основной
- заключительный



## Системная паутинка по проекту

### «Маленький дом большого здоровья»

<b>Социально-коммуникативное развитие:</b>	<b>Речевое развитие:</b>	<b>Познавательное развитие:</b>
<p>Сюжетно-ролевые игры: «Доктор», «Больница», «Скорая помощь» и т.д. настольно-печатные, игры- тренинги навыка безопасного поведения, посадка лука и т.д.</p>	<p>обсуждение рассказов детей из личного опыта и составление рассказов по сюжетным картинкам, скороговорки, чистоговорки, театрализация, ребусы, изготовление книжек на одну из тем «Мой режим дня», «Полезные продукты», «Витаминка» и т. д., составление правил группы.</p>	<p>Открытое занятие «Сам себе режиссер», беседы по темам: «Что мне нравится и не нравится в нашей группе?», «Что делать, если человек заболел?» «О пользе спорта для здоровья», « О витаминах», «Игры, которые лечат», «О правилах пожарной безопасности», «О безопасном поведении на улицах города», «О безопасном поведении в быту и на природе: «Что делать, если...»,</p> <p>дидактические игры и упражнения, экскурсии в библиотеку, худ. музей.</p> <p>Квест-игра «Путешествие</p>

		к секретам здоровья»
<p><b>Художественно-эстетическое развитие:</b> - чтение художественной литературы, продуктивная деятельность: рисование аппликация, лепка, коллаж и т.д., прослушивание музыкальных произведений, детских песен о здоровье и спорте- составление песенника.</p>	<p><b>«Маленький дом большого здоровья»</b></p> <p><b>Продукт проекта: фотоколлаж, видеофильм «Моя любимая «Золотая рыбка»</b></p>	<p><b>Физическое развитие:</b> Соблюдение температурного режима, проветривание, согласно СанПиН. Облегченная одежда в группе, утренняя гимнастика. Рациональная двигательная активность в течении дня: подвижные игры с учетом занятий, физкультминутки, которые могут включать в себя пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, дыхательную, гимнастику с элементами творчества, суставную гимнастику; игры разной подвижности на прогулке, эстафеты, бег, спортивные игры («Радость движений»); гимнастика</p>

		пробуждения, стопотерапия «тропа здоровья», спортивные игры, закаливающие мероприятия.
<p><b>Формы взаимодействия с семьей:</b> анкетирование, консультации и беседы, совместное спортивное развлечение, совместные экскурсии, памятки, буклеты и т.д.</p> <p><b>Формы взаимодействия с педагогами:</b> составление плана работы, деловая игра «Я все умею и все могу!», «библиотека здоровья»- обмен опытом, проведение совместных праздников и развлечений, консультации и рекомендации учителя – логопеда Нагиной Е.Н.</p>	<p><b>Закаливающие мероприятия:</b>  <i>традиционные</i>- солнце, воздух и вода,  <i>нетрадиционные</i>- мини-туризм- небольшие по расстоянию походы- «на стадион», «в комсомольский парк», оздоровительный бег по территории детского сада, фитотерапия: кулоны с чесноком, «луковая тарелка», босохождение, обширное умывание после дневного сна, сон без маечек, самомассаж, взаимомассаж, массаж ушных раковин, элементы аутотренинга (после двигательной активности, перед сном); психотерапия (использование игр, способствующих формированию дружеских взаимоотношений, снижению невротизации и агрессивности).</p>	<p><b>Предметно-развивающая среда:</b> изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования, обновление «тропы здоровья»</p>



## **1 этап: Планово-диагностический**

### **Содержание:**

- разработка содержания проекта: изучение методической литературы, подбор материала для работы с детьми, родителями и педагогами.
- выявление уровня знаний в области здорового образа жизни у детей через наблюдения, беседы, игры;
- анкетирование родителей и детей;
- составление плана работы;

**Период проведения:** сентябрь-октябрь

## **2 этап: Организационно – исполнительский**

Согласно системной паутинке.

**Средства обучения:** картотеки, алгоритмы по режимным моментам, пополнение и обновление материала и оборудования для проведения закаливающих мероприятий в физкультурно-оздоровительном уголке, атрибуты к сюжетно-ролевым играм, дидактические куклы, ИКТ, литературный и музыкальный материал и т.д.

Период проведения: октябрь-февраль.

## **3 этап: Заключительный**

**Здоровьесберегающая среда – это:**

- *комфортное пребывание ребенка в детском саду; гибкая, развивающая, не угнетающая ребёнка система, основу которой составляет эмоционально-комфортная среда пребывания и благоприятный режим организации жизнедеятельности детей.*

Приоритетным направлением деятельности любого дошкольного образовательного учреждения является: создание условий для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка, обеспечение эмоционального благополучия детей, оказание педагогической поддержки для сохранения и развития индивидуальности каждого ребенка. Все это представляет собой здоровьесберегающую среду детского сада или здоровьесберегающее пространство.

На основании вышесказанного, мы разработали долгосрочный проект по созданию в группе комфортного оздоровительного климата, здоровьесбережению воспитанников под названием «Маленький дом большого здоровья».

## ЛИТЕРАТУРА

- Букварь здоровья /Л. В. Баль, В. В. Ветрова, 1995 г
- Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ /Т. С. Яколева, 2006 г /
- Развивающая педагогика оздоровления /В. Т. Кудрявцева, Б. Б. Егоров – М., Линка-пресс, 2000 г. /
- Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях ДОУ /Л. В. Кочеткова – М, МДО2009г. /
- Физическая культура дошкольника /Т. В. Кудрявцева/
- Театр физического развития и оздоровления детей дошкольников: методическое пособие /Н. Н. Ефименко – М, Линка-пресс, 1999 г. /
- Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, коммуникативного. Методическое пособие для дошкольников образовательных учреждений /В. И. Зимонина – М, ВЛАДОС, 2003 г. /
- Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов ДУ /М. А. Рунова – М, Мозаика-Синтез, 2010г. /
- «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л. В. Гаврючина
- «Игры, которые лечат» Е. А. Бабенкова
- «Зеленый огонек здоровья» М. Ю. Картушина
- «Азбука физкультминуток для дошкольников» В. И. Ковалько
- «Скороговорки и чистоговорки» О. А. Новикова
- «Развиваем мелкую моторику» О. И. Крупенчук
- «Давайте чистым воздухом дышать» Д/в 1999 № 7
- «Развитие звуковой культуры речи у детей» Е. В. Колесникова
- Интернет-ресурсы.