Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение

Ирбейский детский сад №4 «Дюймовочка»

ПРОЕКТ

**«Детский сад-территория здоровья»**

Срок реализации: 1 год

Выполнил:

 инструктор по физической культуре:

Киреева Т.В.

2022г.

**Пояснительная записка**

 Здоровье детей в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и является чутким барометром социально-экономического развития страны.

В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей являются одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье».

 ДОУ являясь открытой социальной системой, не может быть вне процессов обновления, которые влекут за собой повышение требований к качеству образовательных услуг по различным направлениям развития и воспитания ребенка.

 Одной из важнейших задач нашего общества является формирование жизнеспособного, здорового подрастающего поколения.

Начинать решать эту важную проблему необходимо с самых первых дней жизни ребенка. Именно в этот возрастной период закладываются основы здоровья человека, вырабатывается сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды.По данным, опубликованным в государственном докладе о состоянии
здоровья населения Российской Федерации, 60% детей в возрасте от 3 до 7
лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только
10% приходят в школу абсолютно здоровыми. Исследования отечественных и зарубежных учёных показали, что здоровье человека на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

 Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования; Концепция развития дошкольного образования в Красноярском крае и многие другие нормативно-правовые документы определяют задачи сохранения здоровья детей, оптимизации учебного процесса, разработки здоровьесберегающих технологий обучения и формирования ценности здоровья и здорового образа жизни. Таким образом, проблема сохранения и укрепления здоровья воспитанников дошкольного учреждения должна рассматриваться как комплексная и основная в системе обучения и воспитания.

 В связи с этим, одной из самых важных задач воспитательно-образовательного процесса в детском саду является создание эффективной системы здоровьесбережения, в которой каждый участник получит комплексную и профессиональную помощь в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья.

 Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма и его полноценное  физическое развитие являются неотъемлемой частью педагогической работы  в детском саду

 Проведя анализ  системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ  по данным направлениям:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала, творческие объединения педагогов);

- научно – методическое обеспечение (программы,  технологии, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);

- конкурентное преимущество ДОУ по физкультурно – оздоровительной работе;

- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);

- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка, индекс здоровья);

- анализ результатов физической подготовленности детей;

- характеристика  физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ (непосредственно образовательная деятельность, внедрение системы здоровьесберегающих технологий), руководители ДОУ пришли к выводу, о необходимости создания системы физического воспитания, которая включала бы инновационные формы и методы работы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, взаимодействовала с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям.

 Проект: «Детский сад - территория здоровья», разработанный педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения призван: создать условия, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья, а также воспитанию всесторонне развитого, инициативного, самостоятельного ребенка.

**Цель проекта:**

Создать необходимые условия,  направленные на создание здоровьесберегающего образовательного пространства, способствующего формированию мотивации всех участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.

**Задачи проекта:**

- охрана жизни и здоровья детей,  создание безопасных условий пребывания в ДОУ;

- обеспечение оптимального уровня физической подготовленности ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностью в двигательной активности;

- повышение сопротивляемости и защитных свойств организма ребенка, профилактика заболеваний;

- воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни;

- повышение уровня компетентности и профессионализма педагогов и родителей по вопросу здоровьесбережения.

- внедрение современных здоровьесберегающих технологий в

структуру профилактической оздоровительной и образовательно-воспитательной модели ДОУ.

- повышение физкультурно-оздоровительной грамотности педагогов и родителей;

- формирование профессиональной позиции педагога, характеризующейся мотивацией к здоровому образу жизни, ответственности за здоровье детей.

- повышение валеологической, медико-психолого-педагогической компетентности всех участников образовательного процесса.

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей на основе традиций детского сада и современного опыта педагогов, родителей.

**Методы работы**.

 Реализуя проект, используются следующие методы работы с его участниками: словесные, наглядные, практические, игровые.

 Содержание организованных форм обучения наполнено сказочными и игровыми сюжетами и персонажами. Введение игровых приемов позволяет сохранить специфику дошкольного возраста. В интеграции используются и другие виды деятельности: театрализованная, изобразительная, музыкальная и т.д. Все перечисленное способствует развитию умений и навыков, которые позволяют успешно взаимодействовать с окружающей средой и социумом.

 Отличительной особенностью проекта является: комплексный подход к оздоровлению и развитию ребенка – помимо сугубо познавательных задач в ней реализуются вопросы целостности полученных знаний о здоровье, формируется ценностная ориентации на здоровый образ жизни, приобретаются специальные умения и навыки сохранения и укрепления здоровья.

Содержание представленного проекта разработано в соответствии с требованиями образовательных областей «Физическое развитие» и «Социально-коммуникативное развитие» Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования по следующим темам:

*-Я человек*

*-Я осваиваю гигиену и этикет*

*-Я учусь правильно организовывать свою жизнь*

*-Я учусь правильно охранять свое здоровье*

**Ожидаемые результаты реализации проекта:**

* Создание системы мер, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья воспитанников;
* Психологическая комфортность и безопасность условий пребывания детей дошкольного возраста в детском саду;
* Достижение стабильных качественных показателей оздоровительной работы;
* Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний;
* Улучшение показателей физического и психического здоровья детей;
* Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в       укреплении здоровья дошкольников;
* Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья;
* Активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ;
* Повышение профессиональной компетентности педагогов, которая предполагает: знание программ, методик и технологий по здоровьесбережению детей;
* Улучшение качества работы по физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
* создание уголков движения (спортивных уголков), как для  самостоятельных занятий, так и под наблюдением педагогов.

**Основные направления реализации проекта:**

 - воспитательно – оздоровительное;

 - лечебно – профилактическое;

 - коррекционно – педагогическое.

**Проект: «Детский сад - территория здоровья», реализуется через следующие разделы:**

* совершенствование материально – технической базы ДОУ
* работа с детьми
* работа с педагогами
* работа с родителями

**Укрепление материально-технической базы ДОУ.**

 В детском саду оснащены:

 1. Музыкальный зал, в котором для проведения занятий имеется: музыкальный центр, телевизор, необходимые музыкальные инструменты, дидактические игры.

 2. Спортивный зал, в котором имеется необходимое спортивное оборудование: тренажеры, несколько гимнастических скамеек, брус, спортивные маты, наклонная доска, ребристые доски, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое.

1. Групповые комнаты с необходимым оборудованием: массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажёры для стоп, нетрадиционное оборудование. В каждой возрастной группе созданы спортивные уголки для самостоятельных занятий детей.
2. На территории детского сада имеется спортивная  площадка для занятий на воздухе, которая оснащена необходимым инвентарем и оборудованием: спортивным комплексом, баскетбольной стойкой, стенками для лазания и перелезания.

В течение года, в групповых комнатах, планируем создать уголки движения (спортивные уголки), как для  самостоятельных занятий, так и под наблюдением педагогов.

Ежегодно проводится частичный ремонт оборудования, обновляется мебель в соответствии росту и возрасту воспитанников, развивающая среда в группах пополняется нетрадиционным оборудованием.

 Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий.

**Работа с детьми:**

* Непосредственно-образовательная деятельность по образовательной области «Физическая культура»;
* Беседы: «Как живет мое тело», «Если хочешь быть здоров», «Беседа о здоровье и чистоте», «От простой воды и мыла, у микробов тают силы», «Шаги воздуха в организме»…;
* Познавательное чтение «Букварь здоровья», «Разговор о правильном питании», «Уроки Знайки. Воспитай себя»;
* Выставки детских рисунков: «Дети и спорт», «Чтобы не было беды, осторожны я и ты»;
* Дидактические игры «Собери фигуру человека», «Пирамида здоровья», «Вредно - полезно».

**Работа с родителями:**

* Анкетирование родителей «Семья в информационном поле ДОУ»;
* Рекомендации родителям часто болеющих детей по оздоровлению в летний период.
* Консультации для родителей: «Закаливание, или первый шаг на пути к здоровью», «Роль семьи в сохранении и укреплении здоровья детей».
* Спортивный праздник «Семейные старты», «Всей семьей в турпоход», «День защитника отечества».
* Конкурс среди родителей воспитанников на лучшую  сказку по соблюдению правил гигиены;
* Открытые просмотры: дополнительное образование: «Летящий мяч»;
* Памятка для родителей «В здоровом теле - здоровый дух!».

**Работа с педагогами:**

- Педагогические чтения на тему:

  «Организация работы по развитию физической активности дошкольников и формированию потребности в здоровом образе жизни»,

  «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ».

- Совместные спортивные досуги с детьми, родителями.

- Разработка и реализация рекомендаций для воспитателей по организации двигательного режима в течение дня.

##  Организация двигательного режима детей

Одним из условий рациональной организации деятельности детей в ДОУ является обеспечение оптимального двигательного режима, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и способствует поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего дня.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Виды занятий | Особенности организации | ответственный |
| Физкультурно-оздоровительные занятия |  |
| 1 | Утренняя гимнастика(традиционная, ритмическая, корригирующая) | Ежедневно: на открытом воздухе, в группе или спортивном зале (5-7 мин) | Воспитатель, инструктор по ФК |
| 2 | Динамическая пауза | Ежедневно, во время перерыва между организованной образовательной деятельностью (5-7 мин.) | Воспитатель |
| 3 | Физкультминутка (упражнения для снятия утомления, гимнастика для глаз, профилактики плоскостопия) | Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин.) | Воспитатель |
| 4 | Музыкальная минутка(упражнения для снятия утомления, гимнастика для глаз, профилактики плоскостопия) | Ежедневно, по мере необходимости (3-5 мин.) | Воспитатель, музыкальный руководитель |
| 5 | Подвижные игры и упражнения на прогулке | Ежедневно во время утренней и вечерней прогулки | Воспитатель, инструктор по ФК |
| 6 | Индивидуальная работа по развитию движений | Ежедневно, во время прогулок, занятий по ФК | Воспитатель, инструктор по ФК |
| 7 | Гимнастика после дневного сна (разминка в постели-корригирующие упражнения и самомассаж, ходьба по массажным дорожкам, развитие мелкой моторики) | Ежедневно, по мере пробуждения(7-10 мин) | Воспитатель |
| 8 | Корригирующая гимнастика | Ежедневно | Воспитатель, инструктор по ФК |
| 9 | Ритмическая гимнастика | 2 раза в неделю(5-10 мин.) в зависимости от возраста | Воспитатель, инструктор по ФК, музыкальный руководитель |
| Учебные занятия |
| 1 | Физическая культура | Традиционные, игровые и сюжетные, тренировочного типа, тематические, занятия на свежем воздухе). Продолжительность занятия зависит от возраста. | Инструктор по ФК |
| Самостоятельные занятия |
| 1 | Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно, под руководством воспитателя, как в помещении, так и на свежем воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей ребенка. | Воспитатель  |
| Физкультурно-массовые занятия |
| 1 | Неделя здоровья | Ноябрь, январьДлительность зависит от возраста (20-40 мин.) | Инструктор по ФК, воспиатели |
| 2 | Физкультурный досуг | 1 раз в месяц. Длительность зависит от возраста (20-40 мин.) | Инструктор по ФК, воспиатели, муз.руководитель |
| Внегрупповые (дополнительные) виды занятий |
| 1 | «Летящий мяч» | 3 раза в неделю, длительность 30 мин. | Инструктор по ФК |
| 2 | «Ритмика» | 2 раза в неделю, длительность 25 мин. | Муз.руководитель |
| Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ с воспитателями, родителями, социумом |
| 1 | «Старты надежд»Соревнования между детскими садами. | АпрельОрганизатор - ДЮСШ Ирбейского района | Тренера ДЮСШ, инструктор по ФК, воспитатели |
| 2 | «Веселые старты»Преемственность детского сада и школы.Соревнования воспитанников детского сада и ребят из первого класса. | ОктябрьОрганизатор- Ирбейская сош №1 | Учителя физической культуры, инструктор по ФК, воспитатель |
| 3 | «Один за всех, и все за одного!»Соревнования между возрастными группами | НоябрьУчастники: дети, воспитатели группы | инструктор по ФК, муз. руководитель |
| 4 | «Фестиваль ГТО»Соревнования между возрастными группами | АпрельУчастники: дети, воспитатели группы | инструктор по ФК, муз. руководитель |
| 5 | «Все на футбол!»Соревнования между возрастными группами | МайУчастники: дети, воспитатели группы | инструктор по ФК, муз. руководитель |
| 6 | «Семейные старты»Спортивное развлечение с родителями и детьми | ИюньВоспитанники старших групп и их родители | инструктор по ФК, муз. руководител, воспитатели |
| 7 | «Всей семьей в туристический поход»Спортивное развлечение с родителями и детьми | НоябрьВоспитанники старших групп и их родители | инструктор по ФК, муз. руководитель,воспитатели |
| 7 | «День защитника отечества»Спортивное развлечение с родителями и детьми | ФевральВоспитанники старших групп и их родители | инструктор по ФК, муз. руководитель,воспитатели |
| 7 | «Смотр песни и строя»Праздник для детей старших возрастных групп | МайВоспитанники старших групп и воспитатели | инструктор по ФК, муз. руководитель, |

**Нормативно-правовая база:**

* Закон РФ «Об Образовании».
* Конвенция  ООН «О правах ребёнка».
* Концепция мониторинга качества дошкольного образования Российской Федерации.
* «Семейный кодекс РФ».
* Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43.
* Концепция развития дошкольного образования в Красноярском крае до 2025 года.
* «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»
* Приказ Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.
* Устав ДОУ.
* Образовательная программа ДОУ.

**Приложение**

* 1. **Спортивный праздник: «Всей семьёй в турпоход!»**

Под весёлый марш в зал входят родители и дети и встают по обе стороны зала – 3 команды, по 8 игроков (4 взрослых, 4 детей).

**Ведущий.** Здравствуйте дорогие гости, уважаемые мамы, папы и дети! Мы рады приветствовать вас на нашей спортивной площадке дружные семьи!

**1 ребёнок.** Здравствуй, солнцем озарён,

Нас встречает стадион!

         Тренируясь, мы растём,

         Мы сильнее с каждым днём!

**2 ребёнок.** На любимом стадионе

         Все рекорды мы побьём,

И на смену чемпионам

Очень скоро мы придём!

**3 ребёнок.** Да здравствуют сетки, мячи и ракетки,

                   Зелёное поле и солнечный свет!

                   Да здравствует отдых, борьба и походы!

                   Да здравствует радость спортивных побед!

**Ведущий.** Приглашаю всех на спортивный праздник! Предлагаю взять с собой быстроту, находчивость и смелость! Для проведения наших соревнований нужно выбрать жюри (из числа болельщиков, заведующая и методист).

Сегодня собрались две команды: «Апельсинка» и «Радуга», поприветствуйте друг друга.

**Девизы команд:**

**Команда «Апельсинка» - хором**

         Мы как дольки апельсина,

          Не разлучны, не делимы

**Команда «Радуга» - хором**

         Спорт друзья нам очень нужен,

         Мы со спортом крепко дружим!

**Ведущий.** А сейчас разминка для команд: «Кто больше вспомнит спортивных слов» (за 30 сек)

**«Разминка»**

**Ведущий.** Друзья, вы любите лето?

**Все.** Да!

**Ведущий.** А отдыхать на природе?

**Все**. Да!

**Ведущий**. Хорошо, сегодня мы с вами отправимся в поход! Вы рады?

**Все.** Да!

**Ведущий.** Тогда немного потанцуем!

**«Разминка под музыку врассыпную»**

**Ведущая.**   Мы сегодня всей семьёй

         Отправляемся в поход!

         По болоту, Через речку,

         И в туннеле проползём!

**1 конкурс «Преодолей препятствия»**

(по двое взрослый и ребёнок, идут по кочкам, проползают в тоннель, переходят по мостику через речку, на фланелеграфе выкладывают эмблему команды –апелсин; полоски радуги; .Затем возвращаются к команде и так пока не соберут эмблему)

**Ведущий.**  Лес вдали мы увидали

         Друг за другом побежали.

         Чтоб комары нас не кусали,

         Всем палаточки поставим.

**2 конкурс «»Поставь палатку»**

(8 игроков. Первый взрослый игрок с большим платком бежит на противоположную сторону площадки, расстилает платок и берётся за угол платка. Затем бежит второй взрослый и берётся за другой угол и так 3 и 4 игрок. Затем дети вчетвером вместе держась за гимнастическую палку, бегут, встают под платок и гимнастической палкой поднимают купол, чтобы получилась палатка)

**Ведущая.**   Рыбу ловим очень ловко,

         Ведь у нас же есть сноровка.

         Я её в ведро сложу,

         Сварим вкусную уху!

**3 конкурс «Поймай рыбку!»**

(По двое – взрослый и ребёнок с удочкой в руках и ведёрком бегут к обручу «пруд» с рыбой, на другой стороне площадки. Вдвоём держа удочку вылавливают одну рыбку, кладут её в ведро и бегут к команде, передают следующим игрокам удочку и ведро и т.д.)

**Ведущий.**  Всей семьёй возьмёмся дружно

         Собирать в лесу дрова.

         Мама - ловко, папа - быстро,

         Всех быстрей, конечно – я!

**4 конкурс «Разложи костёр»**

(Первые двое – взрослый и ребёнок, несут обруч на другую сторону площадки – место костра, кладут и возвращаются обратно.Следующие несут дрова, третья пара – стойки, последняя ведро с рыбой и крючок, которое вешают на стойку)

**Ведущий.**  Вкусная уха была

         Всем понравилась она!

         А сейчас мы отдохнём

         И поплаваем вдвоём!

**5 конкурс «Бег в трусах»**

(Вдвоём с ребёнком одевают большие трусы, одни на двоих, бегут, изображая, что плывут на другой берег, берут цветок на берегу и возвращаются к команде. Трусы передают следующим игрокам. Можно плыть в обруче)

**Ведущий.**  Возвращаемся домой

         Напустился дождь грибной!

         Зонт один, а нам семьёй

         Нужно всей попасть домой!

**6 конкурс «Переправа с зонтом»**

(Двое – взрослый и ребёнок под зонтом  в галошах бегут на другую сторону площадки перепрыгивая лужи. Взрослый остаётся, а ребёнок с зонтом бежит к команде, затем втроём взрослый и двое детей бегут на другую сторону. Первый ребёнок и взрослый остаётся, а второй ребёнок бежит за следующими и т.д. Или другой вариант: парами бегут под зонтом, перепрыгивая лужи до конуса обегают и назад к команде, передают зонт следующим)

**Ведущий.**            Вот так под одним зонтом вся семья вернулась домой.

                   Всей семьёй почаще нужно

                   В лес и парк в поход ходить!

                   Вместе с мамой, вместе с папой,

                   С физкультурою дружить!

Слово жюри. Подведение итогов соревнования. Награждение команд.

2. **РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**НА 2022-2023 уч. год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Группа«Гномики» | Группа«Лучики» | Группа«Гуси-лебеди» | Группа«Солнышко» | Группа«Почемучки» | Группа«Звездочки» | Группа«Золотая рыбка» | Группа«Барбарики» |
| **Понедельник** |  | **1.** 9.00-9.15 |  | **2**. 9.25-9.45 | **3.**9.50-10.10 |  |  | **4**.10.15-10.50 |
| **Вторник** | **2**. 9.20-9.30 | **1.** 9.00-9.15 | **3.** 9.35-9.50 |  |  | **4.** 9.50-10.10 |  |  |
| **Среда** | **1.** 9.00-9.10 |  |  |  | **2**. 9.25-9.45 |  | **3.** 9.50-10.10 | **4.**10.15-10.35 |
| **Четверг** |  |  | **1.** 9.00-9.15 | **2**.9.25-9.45 |  | **3.** 9.50-10.10 | **4.** 10.15-10.40 |  |
| **Пятница** | **1**.9.00-9.10 | **2**.9.0-9.35 | **3.** 9.40-10.00 | **3.** 9.40-10.00 | **4.** 10.15-10.35 | **4**. 10.15-10.35 | **5.** 10.40-11.05 | **5**.10.40-11.05 |