**Тема проекта: «Сохранение и укреплению здоровья воспитанников с помощью использования инновационных здоровьесберегающих технологий в свете реализации ФГОС ДО, через сетевое взаимодействие»**

Цель:

создание благоприятных условий для полноценного физического и психического развития детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Создать необходимые условия для индивидуализации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.
2. Разработать систему комплексных мероприятий, направленных на снижение заболеваемости.

 Цель здоровьесберегающих технологий :

 Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

 Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

 Исходя из поставленных целей, мы составили этапы внедрения
здоровьесберегающих технологий:

1. Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДОУ.
2. Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ.
3. Установление контактов с социальными партнёрами ДОУ по вопросам здоровьесбережения.
4. Освоение педагогами ДОУ методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых.
5. Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.

Определили направления работы по здоровьесбережению в ДОУ:

1. Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.
2. Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.
3. Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.
4. Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.
5. Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.
6. Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.
7. Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.

**Ожидаемые результаты:**

1. Сформировать навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
2. Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.
3. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье.
4. Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

**Описание основной проблемы и обоснование актуальности её разработки:**

 Укрепление здоровья дошкольников является главным и неотъемлемым условием его всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности организма. Планомерная целенаправленная оздоровительная работа педагогов дошкольных образовательных организаций, обновление методической и материальной базы дошкольного учреждения и разумное использование здоровьесберегающих технологий, методов и приёмов в воспитательно-образовательной работе помогает не только сохранить, но и улучшить здоровье детей.

**Продолжительность проекта: 3года - 2016 – 2019 год.**

**Этапы:**

* **подготовительный** (мотивационно-организационный);
* **основной** (практический);
* **заключительный** (обобщающий).

**Подготовительный этап** (мотивационно - организационный)
**(2016 – 2017 учебный год)**

**Цель:** изучение потребностей и возможностей детского и педагогического коллективов по использованию инновационных технологий в дошкольных учреждениях.

**Задачи:**

* проведение анализа особенностей использования инновационных здоровьесберегающих технологий в дошкольных учреждениях;
* изучение состояния проблемы в научно-методической литературе и передового педагогического опыта по использованию инновационных здоровьесберегающих технологий.

**Содержание работы:**

* анализ материалов и выявление особенностей работы, используемых технологий и возникающих при этом трудностей в разных возрастных группах, путей решения проблем;
* анализ научно-методической работы, опыта работы других дошкольных учреждениях по проблеме, условий детских садов №15,24,28 (методических, технических, кадровых) по использованию инновационных здоровьесберегающих технологий;
* анализ имеющихся методических материалов по инновационным здоровьесберегающим технологиям.

**Основной** (практический)

**(2017 – 2018 учебный год)**

**Цель:** создание условий для применения инновационных здоровьесберегающих технологий развития творческих и интеллектуальных способностей воспитанников, развитие проективных умений и навыков педагогов данных учреждений.

**Задачи:**

* укрепление и совершенствование материально-технической базы МДОУ;
* повышение профессиональной компетентности педагогов через проведение различных методических мероприятий в МДОУ;
* развитие умения педагогов использовать результаты мониторинга в практической деятельности;
* организация системы обмена опытом среди педагогов по вопросам использования инновационных здоровьесберегающих технологий;
* изменение модели взаимодействия педагога с детьми путем интеграции инновационных здоровьесберегающих технологий в совместную деятельность.

**Содержание работы:**

* изучение и систематизация инновационных здоровьесберегающим технологий, реальная оценка возможностей и перспектив применения их в МДОУ;
* приобретение необходимого оборудования и материалов для применения инновационных здоровьесберегающим технологий;
* проведение различных методических мероприятий - педагогических советов, консультаций, мастер-классов, семинаров-практикумов, открытых мероприятий, участие в конкурсах, направленных на формирование преобразовательной деятельности педагогов и внедрение ее в практику МДОУ;
* интеграция различных видов деятельности с использованием инновационных здоровьесберегающим технологий;
* профессиональное развитие и саморазвитие педагогов.

**Заключительный** (обобщающий)

**(2018 – 2019 учебный год)**

**Цель:** подведение итогов эффективности использования инновационных здоровьесберегающим технологий в совместной деятельности педагогов и детей.

**Задачи:**

* проведение рефлексии педагогов МДОУ в оценке результатов своей деятельности по использованию инновационных здоровьесберегающим технологий;
* систематизация и обобщение педагогического опыта педагогов МДОУ;
* разработка системы контроля, включающей в себя диагностику, коррекцию, регулирование педагогических процессов в МДОУ с использованием инновационных здоровьесберегающим технологий;
* регулярное использование инновационных технологий в педагогическом процессе.

**Содержание работы:**

* общение опыта работы педагогов по инновационным здоровьесберегающим технологиям;
* проведение диагностики «Использование в работе инновационных здоровьесберегающим технологий»;
* анализ деятельности педагогов по использованию инновационных здоровьесберегающим технологий в МДОУ;
* составление рабочих программ, рекомендаций по использованию инновационных здоровьесберегающим технологий;
* активное использование в работе с детьми эффективных инновационных здоровьесберегающим технологий;
* совершенствование мастерства педагогов, распространение и внедрение опыта работы в другие дошкольные учреждения города Георгиевска.

**Здоровьесберегающие педагогические технологии**

 Содержание физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении предполагает:

1. необходимость становления у человека уже с детских лет позиции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих;
2. необходимость преодоления узкоспециализированных подходов в организации оздоровительной деятельности и физического воспитания.

Позиция созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих базируется на потребности в здоровом образе жизни, а также самооценке состояния своего здоровья. Проблема заключается в том, что, как таковой, потребности в здоровье у ребенка нет. Она есть у родителей, школы, общества. Но у каждого малыша огромное желание скорее вырасти, стать сильным, не отличаться от сверстников, а еще лучше хоть в чем-то превосходить их.

Ребенок не замечает своего здоровья и воспринимает его как естественную данность. Он верит в его нерушимость.

В укреплении и сохранении собственного здоровья определяющая роль принадлежит самому человеку. С этим неразрывно связано и его умение оценивать свое здоровье и свои физические возможности. Эффективность самооценки здоровья прямым образом зависит от знания себя. Оно для ребенка дошкольного возраста предусматривает:

* знание правил гигиены и ухода за своим телом;
* знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
* знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
* знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.

В современных системах воспитания и обучения не отводится подобающего места тому, чтобы с детства последовательно учить человека умению оценивать состояние своего здоровья. Ребенка не учат умению «прислушиваться» к состоянию своего организма, понимать посылаемые им сигналы тревоги, описывать свое физическое и психическое состояние и уж тем более не учат своевременно предпринимать соответствующие меры.

Самооценка физического здоровья выявляет меру благополучия в функционировании организма. Гармония, функциональное равновесие в его жизнедеятельности отражаются в переживании нами хорошего самочувствия. Но хорошее самочувствие человека во многом зависит также от осознания им своей успешности и тех путей, которые могут обеспечить эту успешность. В этой связи дети должны уметь отслеживать «свой путь» в плане физического развития, развития физических качеств и физической подготовленности. Это помогает им создать образ себя будущего. Полюбив этот образ, дети стремятся к его реализации, а достигнув желаемого, ставят перед собой новые цели.

Навыки самооценки физического здоровья и напрямую связанных с ним показателей физического развития и физической подготовленности являются предпосылками приобретения детьми дошкольного возраста навыков самооценки своего психического состояния в старшем возрасте.

Самооценка здоровья возможна только в том случае, если дети в состоянии осмыслить сущность этого понятия. Четырех-пятилетние дети к критериям здоровья относят не только физические, но также и психические и социальные признаки:

* эмоциональные;
* психической уравновешенности;
* интеллектуальные.

Таким образом, сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основная задача дошкольного образовательного учреждения, должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.

**Современные здоровьесберегающие технологии**

***1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:*** Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

***2. Технологии обучения здоровому образу жизни:*** Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

***3. Коррекционные технологии:*** Арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здо-ровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей.

К основным направлениям оздоровительной деятельности в дошкольном образовательном учреждении следует отнести:

* организацию санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей;
* организацию питания;
* обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду;
* организацию лечебно-профилактической работы с детьми и сотрудниками;
* физическое воспитание детей.

Система общеоздоровительных мероприятий включает:

* обучение детей уходу за своим телом,
* закаливание,
* витаминизацию блюд,
* фитопрофилактику,
* натуропатию,
* освоение упражнений психосаморегуляции состояния,
* оптимизацию двигательной деятельности детей.

Таким образом, любую педагогическую деятельность следует начинать только после того, как будет получена информация о состоянии здоровья и уровне физического развития каждого ребенка.

Эффективность оздоровительной деятельности во многом зависит от знания педагогами условий и образа жизни семей их воспитанников, а также от комплексного подхода к ее организации с учетом имеющихся условий и профессиональных навыков коллектива. Лучше делать меньше, но профессионально, чем много, но некачественно.

При проведении оздоровительных мероприятий должны быть усилены их психолого-педагогические аспекты. Это предполагает воспитание у детей осознанного отношения к своему здоровью и выработку автоматизированных навыков заботы о своем теле.

Основные характеристики педагогики оздоровления следующие:

* представления о здоровом ребенке как идеальном эталоне и практически достижимой норме детского развития;
* здоровый ребенок рассматривается как целостный телесно-духовный организм;
* оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей;
* работа по оздоровлению детей не может осуществляться только медицинскими методами;
* эффективность применения медицинских методов возрастает при условии их дополнения психолого-педагогическими методами.

Возраст с 5 до 7 лет является наиболее благоприятным периодом формирования осознанного отношения детей к своему здоровью и физическим возможностям.

Важнейшей предпосылкой формирования у ребенка позиции созидателя по отношению к своему здоровью является наличие у него потребности в здоровом образе жизни, которая формируется при соблюдении ряда специфических условий, одним из которых является рефлексия ребенком своих физических возможностей и их взаимосвязи с состоянием здоровья.

К основным принципам семейного воспитания относятся:

* принцип наследования и индивидуализации;
* принцип активности;
* принцип органичности и преемственности в освоении знаний;
* принцип использования комментариев;
* принцип резонанса.

Базовые принципы семейного воспитания формировались не одно столетие. Семью рассматривают и как «ячейку общества», и как «организованную общность». В первом случае семья предоставляет подрастающему поколению возможность наследования, а во втором — возможность включения в социальные отношения.

Соблюдение ***принципа наследования*** позволяет научить ребенка подчиняться авторитету взрослого, а через него — норме, традиции, закону. Но в семье существует еще одна традиция. Она противоположна наследованию и даже разрушает его. Это стремление ребенка к индивидуализации своего сознания, своего отношения к Миру. Оно направлено на преодоление существующего закона, авторитета, на создание своего смысла данного закона. И только при реализации двух важнейших традиций: наследования и индивидуализации — происходит не только сохранение, но и обогащение культуры. Именно соблюдение принципов наследования и индивидуализации предопределяет в семье нормальное физическое развитие ребенка, развитие его личности и индивидуальности.

***Принцип активности*** предполагает создание условий для реализации устремлений ребенка, в том числе и в удовлетворении его естественных потребностей. Семья удовлетворяет потребность ребенка в пище, тепле, отдыхе, ласке. В ней он удовлетворяет потребность в движении, она предоставляет ему возможность на доступном его пониманию уровне изучать окружающий мир.

Одним из значимых принципов семейного воспитания является ***принцип органичности и преемственности в освоении знаний предыдущему опыту ребенка.*** Знание всегда вырастает из опыта ребенка, оно тесно связано с его переживаниями и устремлениями. И в этом смысле знание никогда не может быть навязано ребенку. Оно всегда выстраивается на мироощущении и миропонимании ребенка, его личном опыте. В семье чаще интуитивно, нежели сознательно, следуют этому принципу. А вот в практике общественного воспитания чаще бывает иначе. Знание навязывается со стороны и должно быть (а почему «должно», ребенку не объясняют) им усвоено.

Следование принципу органичности и преемственности позволяет ребенку «выращивать» свое знание на основе своего опыта и тех понятий, которые у него к этому времени сформировались. Задача педагога — помочь ребенку выстроить в своем сознании новые понятия, помочь ему организовать свою деятельность и в результате получить свои новые знания как следствие движения по его индивидуальному пути.

***Принцип использования комментариев*** требует от педагога демонстрации ребенку своего хода рассуждений по поводу выхода из проблемной ситуации. Родители и другие члены семьи так поступают довольно часто. По существу, они ничего не рекомендуют ребенку, а только лишь демонстрируют ему свой смысл, свое знание, свой ход мыслей. Благодаря реализации этого принципа семейного воспитания дети овладевают различными видами комментария, как типа речевой деятельности:

а) рефлексивным, помогающим ребенку осознать скрытые мотивы своих поступков;

б) логическим, дающим возможность поразмышлять над различными вариантами своих действий;

в) целевым, позволяющим сопоставить смысл деятельности с ее целями и результатами, и т.д.

Ребенок должен осознать:

* получил ли он удовлетворение от физкультурной деятельности;
* ожидал ли он конкретных результатов и добился ли их;
* удовлетворен ли он этими результатами;
* в чем он видит смысл своей деятельности;
* отличается ли ситуация, в которой он сейчас находится, от той, в которой он был

в прошлый раз.

Другими словами, следует постоянно работать с собственными смыслами ребенка, помогая ему осознавать себя как человека со своими намерениями, целями, желаниями, человека, наделенного способностями чувствовать, мыслить, понимать, выстраивать свою деятельность.
 Разумеется, в три-четыре года такая мыслительная деятельность ребенку еще не под силу. Но это не означает, что начинать ее следует в старшем дошкольном возрасте. Каждый раз после физкультурного занятия, водной процедуры, игры, гимнастики и т.п. следует спрашивать малышей о том, понравилось ли им заниматься, хорошо ли они себя чувствовали, не устали ли они и т.п. Ведь именно так и делают каждый раз их родители. А через некоторое время, например вечером, попросить рассказать о том, чем они занимались днем. Если подобная работа ведется в системе, то постепенно малыши научаются запоминать свои действия, размышлять над ними.

В старшем дошкольном возрасте работу над поиском ребенком своего смысла и целей в общей для всех детей физкультурно-оздоровительной деятельности должна быть предельно целенаправленной. Она предваряет физкультурные мероприятия и завершает их. Следует особо отметить, что ход подобных образовательных ситуаций заранее не планируется, поскольку напрямую зависит от внутренней логики развития физкультурно-оздоровительной деятельности в конкретный временной период времени.

Успех в осознании ребенком своей позиции созидателя в отношении своего здоровья во многом зависит от профессионально-личностных установок воспитателя или физорга, от того, как они понимают основную направленность своего общения, своего совместного проживания различных образовательных ситуаций с ребенком.

**Цель использования здоровьесберегающих технологий:** сохранение, поддержание и обогащение здоровья субъектов образовательного процесса в ДОУ; обеспечение высокого уровня реального здоровья ребенка и формирование мотивационных установок на осознанное отношение к своему здоровью.

**Содержание работы по использованию здоровьесберегающих технологий:**

* анализ особенностей организации здоровьесберегающих технологий в МДОУ;
* изучение состояние проблемы в научно-методической литературе и передовой педагогический опыт, применяемый при оздоровлении детей в других дошкольных учреждениях;
* систематизация методических материалов по использованию технологий сохранения и стимулирования здоровья - медико-профилактических, физкультурно-оздоровительных, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
* разработка материалов для работы с детьми с использованием комплекса здоровьесберегающих технологий – комплексы утренней гимнастики, включающие упражнения для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, гимнастика после сна, комплексы упражнений для профилактики близорукости, составление картотеки подвижных игр для детей разных возрастных групп;
* разработка методических материалов для работы с детьми по обеспечению безопасности жизнедеятельности;
* использование природных факторов закаливания – воздушные ванны, соблюдение теплового режима, облегченная одежда в помещении, обширное умывание, регулярное проветривание;
* соблюдение санитарного режима, рациональное сбалансированное питание с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, витаминизация третьего блюда;
* соблюдение двигательного режима в течение дня, создание условий для самостоятельной двигательной активности дошкольников в течение дня;
* осуществление образовательного процесса в ДОУ с использованием здоровьесберегающих технологий.

**Результат использования здоровьесберегающих технологий в МДОУ:**

* интеграция здоровьесберегающих технологий во все виды совместной деятельности педагогов с детьми и в самостоятельной деятельности воспитанников;
* обеспечение и поддержание психического и физического здоровья ребенка;
* воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;
* развитие валелогической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи;
* содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.