**Инновационная деятельность в детском саду по теме**

***«Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста***

***через создание модели развивающей педагогики оздоровления»***

Арабская пословица утверждает: «У кого есть здоровье, есть и надежда, а у кого есть надежда, есть все».

Считаю, что нет задачи более важной и вместе с тем сложной, чем вырастить, прежде всего, здорового человека  и не просто здорового, а который будет осознавать важность и необходимость заботы о своем здоровье и будет знать и применять реальные приемы его сохранения. Ведь именно в дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья, когда происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки.

Как же сделать, чтобы здоровый образ жизни стал насущной потребностью самого ребенка?  Для этого нужно, чтобы вся система  деятельности дошкольного учреждения была включена в модель здоровьесберегающей системы, чтобы сам ребенок стал ее неотъемлемой частью и включился в деятельность по ее созданию.

Разрабатывая такую модель здоровьесберегающей системы дошкольного учреждения,  мы исходили из того, что здоровье – это состояние  полного физического, психического и социального благополучия.  Выпадение хоть одной из этих структурных частей приводит к утрате целого.

В течение года в нашем детском саду проводилась инновационная работа по теме: «Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста через создание модели развивающей педагогики оздоровления”

В своей деятельности мы исходили из того, что успешное формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников  возможно только при осуществлении целенаправленной систематической  воспитательно-образовательной работы в дошкольном образовательном учреждении и семье, согласованного взаимодействия в триаде ребенок-педагог-родитель, инициатором и координатором которого  выступает педагогический коллектив детского сада.

        Для каждого компонента здоровья были определены соответствующие направления работы, которые должны проводиться и в непосредственно-образовательной деятельности и в режимные моменты, и, конечно, в работе с родителями, т. е. пронизывать весь учебно-воспитательный процесс в детском саду.

         В целях повышения профессиональной компетентности всех педагогов  учреждения по данной проблеме и включения каждого в общую деятельность  был разработан план работы с педагогами по созданию модели здоровьесберегающей системы в ДОУ, план работы с родителями, а затем был разработан план совместной работы  всех участников образовательного процесса по формированию представлений о ЗОЖ у детей.

***Приложение 1 «План работы»***

Вся методика работы с детьми строилась в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ними,  с акцентом на их поисковую активность, побуждая детей к творческому отношению при выполнении заданий, самостоятельности и ответственности.

Дети и родители стали активными участниками  проектов «Береги здоровье смолоду» и «Я расту здоровым». Вместе обустраивали и озеленяли участок для прогулок, придумывали сказки  о полезной еде и вредных микробах, а потом рисовали иллюстрации к ним; вместе создавали уголки здоровья, а потом соревновались в викторине «Помоги себе сам».

В течение года были проведены два модуля «Путешествие по стране здоровья» и «Если хочешь быть здоров, позабудь про докторов». Дети проводили опыты и ставили эксперименты, оформляли и издавали стенгазеты, проводили интервьюирование родителей и педагогов, а потом делились своим опытом, пусть еще и небольшим, но ценным для них с детьми других групп детского сада и родителями.

На всех занятиях вводились элементы психогимнастики, логоритмические упражнения, оздоровительные минутки – упражнения для глаз, для осанки и дыхательные упражнения и вскоре дети, научившись их выполнять, уже учили свои родителей, младших братьев и сестер.

Дети старшего дошкольного возраста и их родители стали активными участниками создания в своих группах мини-музеев спорта, которые могли посетить дети всех групп. Все мини-музеи были интерактивными: они содержали экспонаты, которые можно было не только посмотреть, но и потрогать,  использовать в своей игре, а при большом желании, даже взять на время домой, и  эта особенность, безусловно, очень привлекала детей. А раз у них появляется интерес, обучение становится более эффективным.

Все вместе, дружно создавали в своих группах уголки здоровья, в которых были представлены альбомы по здоровому образу жизни,  предметы, необходимые для ведения здорового образа жизни, детская литература и плакаты, выполненные в совместной деятельности детей и взрослых, а потом проводили экскурсии для малышей и родителей.

С большим удовольствием дети участвовали в физкультурно-оздоровительных досугах  «Празднике чистоты и здоровья», «Олимпийских играх», «Дне смеха», что способствовало развитию у них таких психофизических качеств, как быстрота, сила, ловкость и выносливость, воспитанию жизнестойкой и волевой личности, а также пониманию того, что только человек,  живущий в гармонии с собой  и с миром,  будет действительно здоров.

Закреплению и обобщению представлений детей о здоровом образе жизни, необходимости выполнения спортивных упражнений и соблюдения санитарно-гигиенических правил способствовали спектакли «Репка на новый лад» и «Приключения жителей Цветочного города»,  показанные в рамках театрального фестиваля в детском саду. Последний спектакль был создан на основе сказки, которую дети придумали сами вместе с воспитателями.

Активными участниками нашей работы стали родители, которые участвовали во всех делах своих детей и сами проводили для детей мастер-классы по игре в хоккей, баскетбол и  футбол.

Целенаправленная скоординированная работа всех педагогов детского сада  по формированию здорового образа жизни у дошкольников, использование различных форм и инновационных методов работы с детьми и родителями, личностно-ориентированный подход к образованию дошкольников, организация образовательной деятельности в игровой форме, в  которой дети чувствуют себя в комфортном психолого-эмоциональном состоянии способствовало  положительной динамике в развитии дошкольников и формировании у них навыков здорового образа жизни.

Можно с уверенность сказать, что приняв самое активное участие в формировании ЗОЖ, дети и сами научились заботиться о свое здоровье, и готовы научить других. Это действительно стало их жизненной потребностью.

Приложение 1 План работы

*«Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста через создание модели развивающей педагогики оздоровления”*

**Направления работы:**

1. Здоровье и здоровый образ жизни как ценности культуры личности.
2. Здоровьесберегающая направленность  в развитии речевой деятельности дошкольников

**ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Виды и формы работы** | **Ответственный** |
| Сентябрь | Анкетирование родителей. Собеседования. Наблюдение.  Обобщение результатов исследования. | Психолог, воспитатели,  ст. воспитатель |
| Октябрь | Консультации:  «Растим вместе здорового ребенка»  «Правильное питание дошкольников»  Наглядная агитация (оформление для родителей стендов, папок-передвижек, санбюллетеней, памяток, газеты «Растем здоровыми».)  Подготовка совместно с педагогами выставки детской литературы «В стране Здоровья»  Семинар-практикум для родителей «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными»  -Профилактика простудных заболеваний  -Пальчиковые игры  -Психологическое здоровье дошкольника | Воспитатели  Ст. медсестра  Воспитатели, медсестра, воспитатель по ФИЗО  Воспитатели  Ст. воспитатель, педагоги ДОУ |
| Ноябрь | Семейный клуб. «Здоровая семья – здоровый ребенок»  Консультации:  «Спортивный досуг семьи. Движения и игры на прогулке»  «Режим и его значение в жизни ребенка»  «День Здоровья» | Ст. воспитатель, психолог, воспитатель по ФИЗО ст.медсестра,  Воспитатель по ФИЗО  Воспитатели  Воспитатель по ФИЗО, муз. руководитель, воспитатели |
| Декабрь | Родительская конференция «Физкультура и здоровье ребенка»  -Показ физкультурного занятия в нетрадиционной форме;  -Результаты диагностики навыков и умений детей.  - Утренняя гимнастика – одно из средств оздоровления и профилактики болезней  -Делимся опытом семейного воспитания «Наша спортивная семья» (родители)  -«Уголок для занятий физкультурой дома» (рекомендации воспитателя по ФИЗО);  -Выставка методической литературы о физкультуре, спорте и здоровье | Воспитатель по ФИЗО |
| Январь | Нетрадиционные родительские собрания (в форме КВН, викторин и т.д.) «Растим детей здоровыми, крепкими, жизнерадостными» | Педагоги групп |
| Февраль | Консультация «Влияние психологического климата семьи  на здоровье ребенка»  Создание совместно с педагогами групп уголков здоровья.  Участие в спортивных соревнованиях «Мы мороза не боимся» | Педагог-психолог  Воспитатели  Воспитатель по ФИЗО |
| Март | Семейный клуб. Встреча-дискуссия «Здоровье без лекарств»  -Как природа нам помогает быть здоровыми»  -Музыкотерапия  -Фито гостиная  День Здоровья | Ст. воспитатель, ст. медсестра, воспитатель по ФИЗО, музыкальный руководитель  Воспитатель по ФИЗО, муз. руководитель, воспитатели |
| Апрель | Обмен опытом «Вкусно, полезно, доступно» (блюда полезные для здоровья).  Подготовка совместно с педагогами и детьми к выставке газет «К здоровью вместе с мамой и папой» | Ст. медсестра  воспитатели |
| Май | Участие в спортивном празднике “Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!”  Консультация «Осторожно: лето!» | Воспитатель по ФИЗО воспитатели |

**ПЛАН РАБОТЫ С ПЕДАГОГАМИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Виды и формы работы** | **Ответственный** |
| Сентябрь | Консультации:  «Создание здоровьесберегающей системы ДОУ»  «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ и критерии их оценки».  Тематическая выставка в методическом кабинете по теме инновационной работы.  Разработка плана совместной работы педагогов по формированию представлений детей о ЗОЖ» | Ст. воспитатель  Ст. воспитатель  Ст. воспитатель  Ст. воспитатель, педагоги ДОУ |
| Октябрь | Консультация  «Здоровьесберегающие технологии в работе учителя-логопеда».  Организация в группах здоровьесберегающего пространства.  Создание библиотечки методической литературы о ЗОЖ  Брифинг «Валеологическое образование в детском саду» | Учитель-логопед  Воспитатели, учителя-логопеды, помощники воспитателей  Ст. воспитатель  Ст. воспитатель |
| Ноябрь | Консультация  «Дидактические игры в формировании  элементарных представлений детей о ЗОЖ»  Конкурс на лучшую дидактическую игру, придуманную или сделанную своими руками. | Ст. воспитатель  Педагоги ДОУ |
| Декабрь | Консультация «Причины нарушений во взаимоотношениях педагогов и детей дошкольного возраста»  Психологический тренинг для сотрудников д/с | Психолог  Психолог |
| Январь | Педагогическая мастерская «Оздоровительные игры в образовательном процессе ДОУ»  -Гимнастика игрового характера после дневного сна;  -Проведение игрового массажа;  -Пальчиковая гимнастика  -Дыхательные упражнения как игровой метод  оздоровления и  развития дошкольников | Ст. воспитатель |
| Февраль | Семинар «Организация здорового образа жизни в детском саду»  Конкурс уголков здоровья в группах | Ст. воспитатель  воспитатели |
| Март | Обмен опытом: «ЗОЖ в содержании сюжетно-ролевых игр» (организация, проведение). | педагоги |
| Апрель | Консультация «Закаливание – в системе оздоровления ребенка-дошкольника».  Обмен опытом «Использование различных  видов и форм работы с детьми при формировании элементарных представлений детей о ЗОЖ» | Ст. медсестра  Ст. воспитатель, педагоги ДОУ |
| Май | Эстафета педагогического мастерства. Творческие отчеты педагогов о проделанной работе.  Конкурс детских  групповых альбомов «Здоровый образ жизни».  Мониторинг эффективности педагогической работы  по формированию представлений детей о ЗОЖ | Ст. воспитатель, педагоги ДОУ  Воспитатели  Ст. воспитатель |

**ПЛАН СОВМЕСТНОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ О ЗОЖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Цель** | **Задачи** | **Формы работы** | **Время проведения** | **Ответственные**  **в проведении** |
| Формирование у детей основ здорового образа жизни и знакомство с понятием «культура здоровья» | Привлечь внимание детей к проблеме здоровья и его сохранения. Учить бережно относиться к своему организму. Формировать у детей желание регулярно делать зарядку. Развивать творческие способности, стимулировать к участию в решении проблемы. | Модуль «Если хочешь быть здоров – позабудь про докторов | Октябрь-декабрь |  |
| Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни | Закрепить двигательные умения и навыки детей и умения координировать движения.  Способствовать воспитанию целеустремленности, настойчивости, находчивости, смелости, решительности и др. морально-волевых качеств; приучать к активному участию в развлечениях, соревнованиях. | Спортивные со-ревнования «Старты надежд» (по группам) | Октябрь |  |
| Формирование у детей навыков здорового образа жизни | Объяснять детям, что здоровье – это одна из главных ценностей жизни. Сформировать представление о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. Продолжать знакомить с особенностями строения и функциями организма. Помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания (еда должна быть не только вкусной, но и полезной) | Модуль «Путешест-вие по стране здоровья» | Февраль – апрель. |  |
| Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни | Обогатить и закрепить представления детей о том, что для жизни и здоровья необходимы хорошие условия: дом, одежда, обувь, игрушки, предметы быта.  Расширить и уточнить знания детей об отдыхе и спорте, необходимых для сохранения здоровья.  Закрепить и систематизировать знания детей о пользе и вреде окружающих предметов: воздух, вода, комнатные растения. | Проект «Береги здоровье смолоду» | Октябрь-март |  |
| Формирование у детей знаний о том, что здоровье  это главная ценность жизни. | Способствовать становлению у детей  ценностей здорового образа жизни, занятий спортом, активного отдыха, туризма. Расширять знания детей об устройстве организма человека. Научить детей бережно относиться к своему здоровью. Развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур. Сформировать представление о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. | Проект «Я расту здоровым» | Октябрь-март |  |
| Расширение кругозора детей. Осуществление пропаганды здорового образа жизни. Воспитание интереса к физической культуре и спорту. | Привлечь внимание детей и родителей к физической культуре и спорту. Познакомить детей с видами мяча. Знакомить с содержанием и правилами спортивных игр с мячом. Развивать технику владения элементами спортивных игр с мячом. Приобщать к историческому наследию спортивных достижений своего района, города, страны. | Открытие мини-музея «Музей мяча» | Ноябрь |  |
| Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни | Закрепить культурно-гигиенические навыки (умывание, одевание, закаливание). Воспитывать аккуратность, чувство взаимопомощи. Развивать двигательные навыки, выполнять физические упражнения  слаженно, дружно, развивать выдержку и внимание в играх. Создание радостного эмоционального настроения. | Праздник Здоровья | Ноябрь |  |
| Психопрофилактика и психокоррекция страхов у детей дошкольного возраста, формирование уверенности в себе | Создание в семье и детском саду условий, благоприятствующих личностному и эмоциональному развитию ребенка. Создание в д/с оптимально удобного режима воспитания и обучения детей. Оказание педагогом грамотной психологической помощи ребенку в процессе его воспитания и обучения детей. | Цикл занятий по формированию пси-хологического здо-ровья «Смелый и уверенный ребенок» | Ноябрь-февраль |  |
| Повысить уровень педаго-гической  компетентности родителей по приобщению детей к здоровому образу жизни. | Показать родителям значимость физического состояния для будущего жизнеутверждения, для развития нравственных качеств и душевных сил. Развивать интерес к занятиям по физической культуре.  Поддерживать желание родителей  видеть ребенка физически-совершенным: развитым, здоровым, активным. | Родительская кон-ференция «Физ-культура и здоровье ребенка» | Декабрь. |  |
| Формировать у детей представление о спорте как одном из составляющих здоровья. | Развивать у детей представление о различных видах спорта, о роли спортивных упражнений в укреплении здоровья.  Воспитывать желание к активным занятиям спортом. | Конкурс рисунков «Спорт – это здоровье» | Декабрь. |  |
| Формировать у детей представление о здоровом образе жизни через подвижные и спортивные игры | Донести до сознания детей, что спорт играет огромную роль в жизни человека. Познакомить детей с русскими народными  подвижными играми и различными видами спорта. Поддерживать интерес к событиям физкультурной и спортивной жизни. Формировать устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны. | Открытие мини-музея «Спорт – это здоровье» | Декабрь |  |
| Обеспечение тесного сотрудничества и единых требований ДОУ и семьи в вопросах здоровья детей | -ориентация семьи на воспитание здорового ребенка  -формирование у родителей теоретических знаний и выработка потребности следовать здоровому образу жизни.  -Вызвать интерес к спортивным играм, желание заниматься спортом | Нетрадиционное родительское собрание в форме | Январь |  |
| Повысить уровень педаго-гической  компетентности родителей по приобщению детей к здоровому образу жизни. | Формировать у родителей чувство ответственности  за сохранение и укрепление здоровья ребенка.  Формировать представление о режиме, об активности и отдыхе.  Учить укреплять и сохранять свое здоровье и здоровье своих детей. | Нетрадиционное родительское | Январь |  |
| Формировать представ-ление и роли спорта в сохранении и укреплении здоровья человека. | Формировать представления о здоровом образе жизни. Развивать познавательные способности детей. Знакомить с различными видами спортивных игр. Развитие творческого мышления и воображения. Формировать у детей представление о музее | Открытие мини-музея «Музей спорта» | Январь |  |
| Приобщать детей к спорту и здоровому образу жизни | Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности. Развитие двигательных умений и навыков. Дать детям возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в  действия. Учить ориентироваться в пространстве и целенаправленно действовать в нем. Воспитывать дружелюбие, умение действовать сообща. | Спортивные сорев-нования «Мы мороза не боимся» | Февраль |  |
| Воспитывать у детей сознательное отношение к своему здоровью» | Учить детей понимать и оценивать характер и поступки героев. Прививать детям желание делать зарядку. Углублять знания детей о необходимости витаминов, которые содержатся в овощах. Эмоционально воспринимать содержание сказки. | Драматизация сказки «Репка» | Февраль. |  |
| Формировать у всех участников педагогичес-кого процесса осознанное отношение к своему здоровью. | Формировать у детей потребность быть здоровым, знания о значении, питания, сна, культурно-гигиенических правил, спортивных упражнений и т. д. в сохранении здоровья. | Смотр-конкурс угол-ков здоровья в группах | Февраль |  |
| Расширять представление детей о месте человека в природе. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни | Познакомить детей с доступными сведениями  из истории олимпийского движения. Развивать интерес к спортивным играм, упражнениям, воспитывать потребность в двигательной активности. Знакомить детей с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Досуг «Путешест-вие в страну Здоровья» | Март. |  |
| Формировать у детей активную жизненную позицию | Формирование у детей представления о роли активного отдыха в укреплении здоровья.  Распространение положительного опыта семейного воспитания.  Валеологическое просвещение родителей. Вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс. | Выставка газет «К здоровью вместе с мамой и папой» (активный отдых в выходные дни) | апрель |  |
|  | Способствовать созданию радостного настроения, позитивного отношения к спорту. Развивать ловкость детей и силу. Развивать у детей представление о различных видах спорта.  Воспитывать у детей привычку  к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенстве. | Олимпийские игры | Апрель |  |
| формировать представ-ление о здоровом образе жизни, вызывать эмоци-онально-положительные отношения к играм, к спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям спортом | Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей.  Формировать двигательную активность детей.  Настраивать детей на активную совместную деятельность.  Воспитывать коллективизм, доброту. | Спортивный празд-ник “Спорт нам нужен, мы со здоровьем дружим!” (с участием родите-лей) | Май |  |
| Формировать у детей представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни | Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье.  Формировать представление, о том, что полезно и что вредно для организма. | Конкурс детских альбомов «Здоровый образ жизни» | Май |  |

**Литература**

1. И. Куркина Здоровье – стиль жизни СПб, 2008
2. О. И. Бочкарева Система работы по формированию здорового образа жизни Волгоград, 2008
3. Г. И. Кулик Н. Н. Сергиенко «Школа здорового человека» М., 2010
4. М. Ю. Стожарова Формирование психологического здоровья дошкольников Ростов-на-Дону, 2007
5. Оздоровление детей в условиях детского сада под ред. Л. В. Кочетковой М. 2008
6. Т. А. Шорыгина Беседы о здоровье М., 2010
7. М. Ю. Картушина Зеленый огонек здоровья М., 2009
8. Е. Б. Боровкова, Н. И. Водина и др. Формирование нравственного здоровья дошкольников М. 2003.
9. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. Проектирование. Тренинги. Занятия. Составитель И. И. Крылова Волгоград 2009
10. Здоровьесберегающая система ДОУ. Авторы-составители: М. А. Павлова, М. В. Лысогорская
11. Н. О. Сизова Валеология СПб 2008
12. И. М. Новикова Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников М. 2009
13. Н. Н. Авдеева, О. Л. Князева, Р. Б. Стеркина «Безопасность СПб 2005
14. В. В. Ветрова Уроки психологического здоровья М., 2011
15. Взаимодействие педагогов ДОУ с родителями М.Г. Агавелян, Е.Ю. Данилова, О. Г. Чечулина М. 2009
16. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении Н. В. Елжова Ростов-на-Дону, 2011