**Педагогический проект в области реализации здоровьесберегающих технологий.**

**«Бегом в здоровье, интеллект и красоту».**

«Если хочешь быть сильным – бегай,  
хочешь быть красивым – бегай,  
хочешь быть умным – бегай ».

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В системе дошкольного образования педагоги и медицинские работники большое значение придают здоровью детей. Регулярный мониторинг заболеваемости, комплекс санитарных норм и правил, оптимизированный двигательный режим и четко разработанная система питания, все это предполагает сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста. Но по данным дирекции по организации деятельности государственных учреждений здравоохранения ВАО г. Москвы [И.А. Кравченко «Заболеваемость детей дошкольного возраста, по данным выборочного исследования» № 02. 2013. Детская больница] «в период дошкольного возраста у детей сохраняется высокий уровень общей заболеваемости во всех возрастных группах. Максимальная частота заболеваний регистрируется у детей в возрасте 4 лет. В возрастном периоде от 3 до 6 лет у детей нарастает распространенность хронической патологии: болезней органов дыхания, костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезней глаза, психических расстройств и расстройств поведения**»**.

Д.А.Медведев в своей национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» отметил, что «сохранение и укрепление и физического, психического здоровья детей – дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека – важный показатель его личного успеха. Если у детей появится привычка к занятиям спортом - будут решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм, детская безнадзорность».

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического, психического и нравственного здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию. Одним из таких механизмов может служить реализация данного проекта в системе дошкольного образования.

Так как физическое воспитание является основой для развития личности в целом, мы решили искать пути совершенствования через физическое развитие и воспитание. Недостаточная осведомленность родителей, современные условия жизни, детская гиподинамия даже в период двигательной расточительности, с одной стороны и отсутствие систематической работы привели к выбору данной темы проекта. Проект основан на самой естественной физической активности – беге, а для ослабленных детей – спортивной ходьбе.

**Объект проекта:** воспитанники дошкольного учреждения среднего (4 – 5 лет), старшего (5 – 6 лет), подготовительного (6 – 7 лет) возраста; родители воспитанников; воспитатели групп.

**Цель проекта**: Сохранение и стимулирование физического, психического, духовного здоровья детей.

**Задачи:**

* Совместно с медицинским персоналом определить для детей максимально допустимую нагрузку по пульсу. Разграничить нагрузку по группам здоровья в каждом возрасте.
* Повысить педагогическую компетентность воспитателей групп в вопросах влияния аэробной физической нагрузки полученной во время легкоатлетических пробежек на органы и системы ребенка.
* Разработать и внедрить систему занятий и мероприятий и определить их место в образовательной деятельности и в режимных моментах в соответствии с возрастом.
* Разработать и провести цикл мероприятий по вовлечению родителей в процесс физического развития и закладывания основ физической культуры детей.
* Формировать у детей потребность к систематическим занятиям легкой атлетикой и физическими упражнениями
* Сделать достоянием каждого ребёнка элементарные знания о своём организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья.
* Воспитывать у детей убеждение красоты спортивного, здорового человека; идею успешности и благополучия здорового образа жизни.

**Научной базой** проекта служит концепция Юрия Филипповича Змановского,

(профессор. доктор медицинских наук, зав.лаборатории НИИ педиатрии РАМН ), автора социально – оздоровительной технологии «Здоровый дошкольник». Так же предполагается, что реализация проекта осуществляется, опираясь на концептуальные позиции ортобиотики (идея триединства здоровья – физического, психического и духовного).

**Программное содержание**:

* организация и проведение встреч детей  с выдающимися спортсменами - легкоатлетами города Подольск;
* обогащение знаний детей о легкой атлетике;
* создание мотивации к ежедневным занятиям физической культурой и спортом;
* формирование начал физической культуры;
* приобщение детей дошкольного возраста к ценностям физической культуры;
* организация мероприятий, способствующих приобщению родителей детей дошкольного возраста к миру легкой атлетики;

**Вид проекта*:*** открытый  (в контакте с семьей, учреждениями физической культуры и спорта), групповой, долгосрочный.

**Сроки реализации:** 3 года.

**Особенности проекта*:*** Отличительной особенностью данного проекта является тот факт, что на него не запланировано специально отведенного времени. Предполагается, что он будет интегрирован в режимные моменты и образовательные блоки. Работа в рамках данного проекта предполагает более глубокое воздействие на функциональные системы организма ребенка, чем традиционные формы оздоровления принятые в системе дошкольного образования. Таким образом, проект является не только здоровьсберегающим, но и здоровьеформирующим.

Так же в реализацию проекта предусмотрено максимальное вовлечение семьи ребенка, расширяя границы воспитательного процесса.

Целевая направленность проекта ориентирована не на формирование определенных знаний и умений, а на формирование личности (здоровой физически, психически и нравственно). Основными мотивами участия детей в проекте, является не авторитет взрослого, а интерес и удивление ребенка.

**Описание проекта:** основными благополучателями проекта являются дети средних (4-5 лет), старших (5-6 лет) и подготовительных (6-7 лет) групп. Косвенными благополучателями проекта являются семьи воспитанников и педагоги ДОУ.

(рис1):

**Проект реализуется в три этапа:**

**I этап** - Подготовительный этап: август -сентябрь каждого учебного года реализации проекта.

**II этап** - Практический этап: в течение календарного года (без приостановления на анализ информации и подготовку новых групп).

**III этап** - Аналитический этап: май август каждого года реализации проекта.

**Содержание проекта**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этап** | **Сроки** | **Мероприятие** | **Задачи мероприятия** | **Ответственный** |
| **Подготовительный** | Июнь-август | Подготовка материально – технической базы ДОУ. | Создать условия для реализации Проекта. | Заведующий МДОУ |
| Июнь-август | Подбор нормативно-правовой основы для реализации Проекта | Заключить договор о социальном партнерстве со Специализированной детско-юношеской спортивной школой олимпийского резерва по легкой атлетике | Заведующий МДОУ |
| Июнь-август, далее по мере поступления новой информации | Анализ научно-методической базы для формирования здоровья дошкольников через аэробную беговую нагрузку. | Научно и методически обосновать работу в данном направлении. | Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре. |
| Август - сентябрь | Анализ **медицинских** карт. | Изучение заключений педиатров. | Медицинский персонал. |
| Август – сентябрь | Оценка физического состояния детей | Определить индивидуальную реакцию дошкольников на физическую нагрузку. Сформировать группы здоровья в каждом возрастном сегменте. | Медицинский персонал; инструктор по физкультуре. |
| В течение учебного года согласно плану. | Организация серии консультаций и круглых столов для педагогов с привлечением специалистов по теме «Легкая атлетика в дошкольном возрасте». | Повысить педагогический профессионализм. | Заведующий МДОУ; Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре. |
| Июнь – август | Совместная разработка педагогов плана работы по обогащению детей системой знаний о сущности и общественном значении физкультуры и спорта и их влиянии, на всестороннее развитие личности | Разработать план работы на учебный год. | Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре; воспитатели групп. |
| Сентябрь | Организация круглого стола для педагогов по теме «повышение родительской компетенции в вопросах физического воспитания детей». | Разработать систему мероприятий по совместной деятельность детей и родителей в рамках проекта. | Зам. Зав. по ВМР. |
| **Практический** | В течение учебного года, согласно плана. | Включение в НОД элементов формирования здорового образа жизни и спортивной жизненной позиции (в том числе с организацией встреч с лучшими спортсменами города). | Обеспечить получение детьми элементарных знаний о собственном организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного организма. | Инструктор по физкультуре; воспитатели групп. |
| В течение календарного года. | Увеличение в НОД по физкультуре упражнений на развитие общей выносливости, согласно плана. | Развивать общую выносливость. Повышать общий уровень сопротивляемости организма. | Инструктор по физкультуре; воспитатели групп. |
| В течение календарного года. | Включение в утреннюю гимнастику аэробных пробежек, согласно плана. | Развивать общую выносливость. Повышать общий уровень сопротивляемости организма. | Инструктор по физкультуре; воспитатели групп. |
| В теплое время года согласно плана. | Включение в режимный момент «прогулка в первой половине дня» аэробных пробежек, согласно плана. | Развивать общую выносливость. Повышать общий уровень сопротивляемости организма. | Инструктор по физкультуре; воспитатели групп. |
| Октябрь  Июль | Проведение спортивно-праздничных мероприятий по легкой атлетике (в том числе с приглашением лучших спортсменов города).   * Осенний легкоатлетический кросс «Пробег дружбы»; * Летний спортивный праздник «Королева спорта». | Повысить интерес к легкой атлетике. Создать атмосферу радости и успеха. | Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре. |
| Апрель | Проведение совместных соревнований с родителями «Быстрее. Выше. Сильнее.» | Привлечь родителей к физическому воспитанию детей Повысить интерес к легкой атлетике. Создать атмосферу радости и успеха. | Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре. |
| Сентябрь, Декабрь, Март | Цикл консультаций для родителей «Дети бегают!» | Повысить родительскую компетенцию в вопросах физического развития дошкольников» | Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре. |
| **Аналитический** | Май | Оценка физического состояния детей. | Зафиксировать наличие или отсутствие эффекта от проделанной работы. | Медицинский персонал; инструктор по физкультуре. |
| Последняя неделя мая | Проведение заседания по итогам работы в течение года. | Подвести промежуточные итоги. Внести коррективы в работу по проекту. Обсудить трудности и продумать пути их минимизации. | Зам. Зав. по ВМР; инструктор по физкультуре. |
| Июнь - сентябрь | Публикация опыта в электронных СМИ | Обобщить, систематизировать и распространить опыт работы по здоровьесбережению и здоровьеформированию дошкольников в условиях ДОУ | Зам. Зав. по ВМР. |

Реализация проекта происходит через интеграцию в режимные моменты и непосредственно образовательную деятельность детей

Проект интегрируется во все образовательные блоки.

(см. рис. 2).

В ходе проекта происходит более детальная оценка физического состояния детей два раза в год (сентябрь и май). После анализа медицинских карт и заключений педиатров все дети проходят индивидуальную пробу, позволяющую проанализировать сердечный ритм. В настоящее время наиболее информативным, неинвазивным методом изучения функционального состояния организма является метод вариационной пульсометрии - анализа сердечного ритма. Используя этот метод очень важно определить индивидуальную реакцию дошкольника на физическую нагрузку. Медицинский персонал проводит пробу в виде 15-20 приседаний в быстром темпе. При благоприятной реакции на нагрузку частота сердечных сокращений увеличивается на 20-30 ударов в минуту, но через 10 минут после нагрузки все показатели возвращаются к исходному уровню. Дети с таким ответом на физическую нагрузку могут получать аэробную физическую нагрузку в согласно разработанного плана. Дети, имеющие нарушения развития, заболевания сердечнососудистой системы в анамнезе, противопоказания по заключению врачей не исключаются из проекта, для них разрабатывается система мягкой и минимальной нагрузки через прогулки шагом. Для детей вышедших после болезни или долго не посещавших детский сад, а также частоболеющих детей формируется специальная группа, подводящая к нагрузкам. Переход детей в основную группу происходит по рекомендации мед. персонала, но не ранее чем через одну неделю подводящих нагрузок.

По результатам оценки физического состояния формируются группы здоровья в каждом возрастном сегменте.

***1 группа*** ОСНОВНАЯ – здоровые или почти здоровые дети, не имеющие противопоказаний к занятиям аэробными пробежками.

***2 группа*** ПОДВОДЯЩАЯ – практически здоровые дети, имеющие краткосрочные противопоказания к занятиям, ослабленные дети (в эту же группу попадают дети после длительного перерыва посещения детского сада и дети, вышедшие после болезни)

***3 группа*** СПЕЦИАЛЬНАЯ – дети, имеющие противопоказания к физической нагрузке.

**Прогнозируемые краткосрочные результаты**:

* снижение уровня заболеваемости детей ДОУ;
* повышение уровня общей выносливости детей;
* активный интерес детей к легкой атлетике;
* активизация внимания родителей к физическому воспитанию детей;
* рост профессионализма педагогов ДОУ;
* установление социально-партнерских отношений со спортивными учреждениями города.

**Прогнозируемые долгосрочные результаты:**

* Разработка и апробирование инновационной технологии «Легкая атлетика в ДОУ – основа атлетизма дошкольников».
* Публикация опыта в профессиональных изданиях;

**Оценка эффективности реализации проекта:**

Оценка эффективности реализации проекта основывается на диагностических обследованиях детей дважды в год. Анализ результатов производиться путем сравнения показателей каждого ребенка в конце учебного года с его же показателями зафиксированными в начале года. За основу берется оценка физического состояния и развития ребенка; количество, продолжительность и характер больничных в течение учебного года.

Определение физического состояния происходит следующими методами (см приложение).:

* соматоскопия (наружный осмотр) ;
* антропометрия;
* Метод индексов (индекс Пинье);
* метод вариационной пульсометрии (анализ сердечного ритма).

Все данные фиксируются в карте физического развития ребенка:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия Имя | возраст | | Группа ДОУ | |
| Дата обследования | Начало уч.года | | Конец уч.года | |
| Группа здоровья | Наблюдается у специалиста | | | |
| **Данные обследования** | | | | |
| Индекс Пинье |  | |  | |
| ЧСС в покое (уд.в мин.) |  | |  | |
| ЧСС после физической нагрузки |  | |  | |
| Чсс через 7 минут |  | |  | |
| Пульс после физической нагрузки |  | |  | |
| Рост |  | |  | |
| Вес |  | |  | |
| Окружность гр.клетки |  | |  | |
| Жизненная емкость легких |  | |  | |
| Количество больничных за уч.год |  | | | |
| Из них | Соматические | Инфекционные | | Хронические |
| Количество пропущенных дней по болезни |  | |  | |
| Из низ | Соматические | Инфекционные | | Хронические |

Затем данные вносятся в сводную таблицу по группе:

1. ухудшение показателей
2. без изменений
3. улучшение показателей

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия Имя | Стопа | Осанка | ЖЕЛ | Индекс Пинье |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

Итого:

* ухудшение показателей \_\_-чел; \_\_\_-%;
* Без изменений \_\_-чел; \_\_\_-%
* Улучшение показателей \_\_-чел; \_\_\_-%

**Материально технические условия для реализации проекта.**

К плюсам данного проекта относится то, что его реализация не требует специального дорогостоящего оснащения. В теплое время года используется спортивно-игровая площадка и дорожка по периметру территории детского сада. В холодное время года используется спортивный зал. Поэтому реализация данного проекта возможна многими ДОУ.

Список литературы:

1. Змановский Ю.Ф. К Здоровью без лекарств.-М.: Советский спорт,1991.
2. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология 21 века / Авторы составители Антонов Ю.Е., Кузнецова М.М., Саулина Т.Ф.- М.:Аркти, 2000.
3. Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: Здоровый дошкольник./Авторы-составители Антонов Ю.Е., Кузнецова М.М., и др., 2001.
4. Ефименко Н.Н., Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста».-М.:1999.
5. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания.-М.,2005.
6. Граевская Н.Д. Т.И. Долматова СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА
7. [Антропова М.В.](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%B0%D0%BD%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%BC), [М.М. Кольцова](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%86%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%BC). [Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей дошкольного возраста](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Title=%D0%BC%D0%BE%D1%80%D1%84%D0%BE%D1%84%D1%83%D0%BD%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5%20%D1%81%D0%BE%D0%B7%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D1%85%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85%20%D1%81%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%BC%20%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BC%D0%B0%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B0). - М.: Педагогика, 1983.
8. [Аракелян О.Г.](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BD%20%D0%BE) [Физическое развитие и подготовленность детей от 4 до 7 лет при повышенном режиме двигательной активности](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Title=%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%B5%20%D0%B8%20%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D0%BE%D1%82%204%20%D0%B4%D0%BE%207%20%D0%BB%D0%B5%D1%82%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%20%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%BC%20%D1%80%D0%B5%D0%B6%D0%B8%D0%BC%D0%B5%20%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B3%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8) //Матер. Всесоюзн. научн. конф. по актуальным проблемам общественного дошкольного воспитания и вопросам подготовки детей к школе. М., 1970.
9. [Гильбо И.С.](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%B3%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%B1%D0%BE%20%D0%B8), [В.Я. Егоров](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%95%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%20%D0%B2), [А.И. Кузнецов](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%9A%D1%83%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%86%D0%BE%D0%B2%20%D0%B0) и др. [Нормативы физического развития детей дошкольного и раннего школьного возраста г. Санкт-Петербурга](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Title=%D0%BD%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D1%8B%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B8%20%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%B5%D0%B3%D0%BE%20%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B0%20%D0%B3.%20%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D1%82-%D0%BF%D0%B5%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B1%D1%83%D1%80%D0%B3%D0%B0). - СПб.: ЛГОУ, 1977
10. [Сологуб Е.Б.](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D1%81%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%83%D0%B1%20%D0%B5), [Г.П. Виноградов](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%92%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%B4%D0%BE%D0%B2%20%D0%B3), [С.В. Никольская](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%D0%9D%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D1%81). [Физическое развитие детей дошкольного возраста](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Title=%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%B5%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B0). - СПб.: ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1993.

**ПАСПОРТ ПРОЕКТА**

**«Бегом в здоровье, интеллект и красоту»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Необходимость создания проекта** | Инициатива премьерминистра РФ Д.А.Медведева о максимальном вовлеченни детей в физкультуру и спорт.  Социальный заказ родителей воспитанников ДОУ. |
| **Наименование проекта** | Педагогический проект в области реализации здоровьесберегающих технологий «Беом в здоровье, интеллект и красоту». |
| **Автор проекта** | Сенченко Оксана Валерьевна |
| **Исполнитель проекта** | МДОУ детский сад комбинированного вида № 3 «Радуга» г. Подольск |
| **Юридический адрес** | Московская обл, г.Подольск, ул.Кирова, 53»А» |
| **Тип** | МБДОУ |
| **Цель проекта** | Сохранение и стимулирование физического, психического, духовного здоровья детей. |
| **Задачи проекта** | * Совместно с медицинским персоналом определить для детей максимально допустимую нагрузку по пульсу. Разграничить нагрузку по группам здоровья в каждом возрасте. * Повысить педагогическую компетентность воспитателей групп в вопросах влияния аэробной физической нагрузки полученной во время легкоатлетических пробежек на органы и системы ребенка. * Разработать и внедрить систему занятий и мероприятий и определить их место в образовательной деятельности и в режимных моментах в соответствии с возрастом. * Разработать и провести цикл мероприятий по вовлечению родителей в процесс физического развития и закладывания основ физической культуры детей. * Формировать у детей потребность к систематическим занятиям легкой атлетикой и физическими упражнениями * Сделать достоянием каждого ребёнка элементарные знания о своём организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья. * Воспитывать у детей убеждение красоты спортивного, здорового человека; идею успешности и благополучия здорового образа жизни. |
| **Сроки реализации проекта** | 3 года |
| **Благополучатели проекта** | Проект разработан для детей дошкольного возраста и рассчитан на три возрастные группы   * средний дошкольный возраст (4-5 лет) * старший дошкольный возраст (5-6 лет) * подготовительный к школе дошкольный возраст (6-7 лет) |
| **Ожидаемые конечные результаты реализации проекта** | **Краткосрочные результаты**:   * снижение уровня заболеваемости детей ДОУ; * повышение уровня общей выносливости детей; * активный интерес детей к легкой атлетике; * активизация внимания родителей к   физическому воспитанию детей;   * рост профессионализма педагогов ДОУ; * установление социально-партнерских отношений   со спортивными учреждениями города.  **Долгосрочные результаты**   * Разработка и апробирование инновационной технологии «Легкая атлетика в ДОУ – основа атлетизма дошкольников»; * Публикация опыта в профессиональных изданиях. |
| Исполнители основных мероприятий проекта | * Заведующий МДОУ; * Зам. зав по ВМР;  Инструктор по физкультуре. |