

Физкультурно-оздоровительный проект "Здоровый коллектив – счастливые дети"

Автор: Постнова Ольга Владимировна, инструктор по физкультуре МБОУ «Андринская СОШ»

Аннотация: Проект отражает систему здоровьесбережения участников дошкольного образования.

Содержание проекта:

Здоровье педагога - не только его личное здоровье. Здоровый педагог становится для своих воспитанников ещё и примером здорового образа жизни. Хорошее здоровье педагога – залог позитивной эмоциональной атмосферы в группе, творческого, интересного образовательного и воспитательного процесса.

Привлекать к здоровому образу жизни всех участников образовательных отношений – основная задача нашего проекта.

Постановка проблемы: Эффективность работы в сохранении и укреплении здоровья сотрудников, во многом зависит от отношения к своему здоровью, желания вести здоровый образ жизни, от осознания своей роли в системе физкультурно-оздоровительной работы в образовательной организации работниками, семьями воспитанников и детьми.

Цель проекта: Создание условий для формирования здорового образа жизни всех участников образовательного процесса через организацию спортивных мероприятий.

Задачи проекта:

1) повысить уровень компетентности педагогов и родителей в области здоровьесберегающих технологий.

2) разработать и подготовить комплекс мероприятий, направленных на улучшение физического и психологического здоровья всех участников образовательных отношений.

3) реализация полученной подготовки на практике, в тесном взаимодействии друг с другом в том числе в рамках межведомственного взаимодействия с культурно-спортивным комплексом «Прометей».

Основные принципы:

1. Принцип добровольности в принятии решения об участии в проекте "Здоровый коллектив – счастливые дети".

2. Принцип комплексности использования профилактических, оздоровительных, физкультурно-спортивных и инновационных технологий с учетом состояния здоровья участников проекта, климатических условий и др.

3. Принцип непрерывности и системности проведения профилактических, оздоровительных и физкультурно-спортивных мероприятий.

4. Принцип максимального охвата проектом всех участников образовательного процесса.

5. Принцип открытости деятельности в рамках реализации проекта.

Формы и методы, используемые в проекте:

- мониторинг (начальный, итоговый);
- спортивные и оздоровительные мероприятия;
- консультации для сотрудников и родителей;
- анализ отзывов и предложений о проведенных мероприятиях.
- рассылки о здоровом питании сотрудникам;

- производственная гимнастика;
- инновационная технология «Степ-аэробика» (для взрослых), «Ходьба на лыжах» (дети старшего дошкольного возраста).

Ожидаемый результат:

- Улучшение здоровья всех участников образовательных отношений, снижение заболеваемости.
- Наличие потребностей в здоровом образе жизни и его сохранения.
- Осмысленное отношение к собственному физическому и психическому здоровью.
- Создание комфортной и благоприятной среды в коллективе.

Участники проекта: Сотрудники детского сада: заместитель директора по дошкольному образованию, воспитатели, медицинская сестра, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, учитель-логопед, педагог-психолог, младшие воспитатели, родители, воспитанники.

Этапы реализации:

1. Подготовительный. Изучение инновационных методик и различной методической литературы по здоровьесбережению детей и взрослых. Опрос, с целью выяснения спортивных и физических предпочтений участников проекта "Здоровый коллектив – счастливые дети". Разработка планов и сценариев мероприятий по формированию двигательной активности. Проведение мониторинга здоровья и знаний о здоровом образе жизни участников проекта.

2. Основной или продуктивный. Организация рассылок о здоровом питании. Семинары по здоровому питанию и тренинги по профилактике профессионального выгорания. Организация и проведение производственной гимнастики, спортивной секции «Степ-аэробика» для сотрудников учреждения.

Хотелось бы отметить, что важную роль в проекте, сыграла ежедневная производственная гимнастика и посещение педагогами спортивной секции «Степ-аэробика» на протяжении всего года по 2 раза в неделю во 2-ую половину дня (в свободное от работы время). Проведение оздоровительных и спортивных мероприятий в летнее время года (бег) и зимнее время года (ходьба на лыжах).

Позитивное отношение к проекту и заинтересованность к здоровому образу жизни поддерживалась идеей открытия нового, чем стала методика «Степ-аэробика», которую освоил весь коллектив дошкольного структурного подразделения. Оздоровительные и спортивные мероприятия проводились как на территории образовательного учреждения, так и за пределами, например: поселковая спортивная площадка, спортивный зал КСК «Прометей». После всех мероприятий наблюдалось у коллег повышение позитивного настроения, умственной и физической работоспособности, потребность и проявление интереса к здоровому образу жизни. Желание принять участие в сдаче нормативов ГТО.

3. Заключительный. По повторному мониторингу были подведены итоги и сделаны выводы. Улучшилось здоровье педагогов на 34%, уменьшилось количество больничных листов. У 75% педагогов появилась потребность и устойчивый интерес к здоровому образу жизни. Среди детей показатели также положительные: снижение уровня заболеваемости воспитанников по сравнению с предыдущим учебным годом на 21%. Родители также отметили положительные изменения в здоровье и повышение интереса к спорту.

Можно сделать вывод о том, что проект "Здоровый коллектив – счастливые дети" успешно прошёл апробацию. Планируется сделать традиционным проект по здоровому образу жизни, для создания отличных результатов и позитивного настроения у всех участников образовательного процесса!