**Физкультурно-оздоровительный проект**

**"Детскому саду - здоровый коллектив"**

**Автор: Нестерова Татьяна Михайловна**

**Аннотация:** Проект отражает систему деятельности ДОУ по здоровьесбережению сотрудников, эффективные инновационные технологии и подходы к комплексному решению вопросов оздоровления.

**Содержание проекта:**

- Здоровье педагога - это не только его личное здоровье. Здоровый педагог становится для своих воспитанников ещё и учителем здорового образа жизни. Хорошее здоровье педагога, хорошее настроение – залог творческого, интересного занятия.

- Привлекать к здоровому образу жизни всех сотрудников ДОУ – задача нашего проекта. Воспитывать здоровое поколение необходимо педагогам здоровым, закаленным, жизнерадостным.

**Постановка проблемы:** Эффективность работы в необходимости оздоровления сотрудников, во многом зависит от педагога, от его отношения к своему здоровью о собственном желании вести здоровы образ жизни, о знании своей роли в системе физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

**Цель проекта:** Создание условий для формирования здорового образа жизни всех участников образовательного процесса.

**Задачи:**

1) Повысить уровень компетентности педагогов в области здоровьесберегающих технологий.

2) Разработать и подготовить комплекс мероприятий, направленных на улучшение физического и психологического здоровья коллектива.

3) Реализация полученной подготовки на практике, в тесном взаимодействии друг с другом.

**Основные принципы:**

1. Принцип комплексности использования профилактических, оздоровительных, физкультурно-спортивных и инновационных технологий с учетом состояния здоровья сотрудников.

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

3. Принцип максимального охвата проектом всех участников образовательного процесса (педагогов).

**Формы и методы, используемые в проекте:**

- Мониторинг, опрос сотрудников;

- Спортивные и оздоровительные мероприятия;

- Консультации для сотрудников.

**Методы (направления) и методики оздоровления:**

- производственная гимнастика;

- секция «Фитнес в ДОУ»;

- мастер класс от инструктора.

**Ожидаемый результат:**

- Улучшение здоровья всех сотрудников, 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: заведующий, старший воспитатель, воспитатели, медицинская сестра, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, учитель-логопед, педагог-психолог, младшие воспитатели, завхоз.

**Этапы реализации:**

1. Подготовительный. Изучение инновационных методик и различной методической литературы по здоровьесбережению взрослых. Опрос, с целью выяснения спортивных и физических предпочтений сотрудников. Разработка планов и сценариев мероприятий по формированию двигательной активности всего коллектива. Проведение мониторинга здоровья и знаний о здоровом образе жизни педагогов.

2. Основной или продуктивный. Организация и проведение производственной гимнастики, спортивной секции «Фитнес в ДОУ» для сотрудников учреждения.

Хотелось бы отметить, что важную роль в проекте, сыграла ежедневная производственная гимнастика и посещение педагогами спортивной секции «Фитнес в ДОУ» на протяжении всего года по 2 раза в неделю во 2-ую половину дня. Оздоровительные и спортивные мероприятия проводились на территории детского сада. После всех мероприятий наблюдалось у коллег повышение позитивного настроения, умственной и физической работоспособности, потребность и проявление интереса к здоровому образу жизни.

3. Заключительный. По повторному мониторингу были подведены итоги и сделаны выводы. Улучшилось здоровье педагогов на 10%, уменьшилось количество больничных листов. У 90% педагогов появилась потребность и устойчивый интерес к здоровому образу жизни.

Можно сделать вывод о том, что реализация проекта «Детскому саду – здоровый коллектив» прошёл успешно на высоком уровне. Мы и дальше планируем реализовывать проекты по здоровому образу жизни, для создания отличных результатов и позитивного настроения у всех участников образовательного процесса!

**Приложение**

Спортивные и оздоровительные мероприятия.





