**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**

**Использование здоровьесберегающей технологии**

**в совместной деятельности с детьми дошкольного возраста в условиях пандемии**

**«Игровой массаж и самомассаж»**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В условиях пандемии COVID жить и работать всем приходится по-новому. Всех участников образовательного процесса - родителей и детей, педагогов и специалистов ДОУ, коснулись эти изменения и каждый из нас вынужден приспосабливаться и находить возможности поддерживать привычный ритм жизни. У многих родителей на повестке дня вопрос – чем занять ребенка дома в период карантина?

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития представляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Значение культа здоровья значительно возрастает. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателей. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы". "Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам" - так гласит восточная мудрость.

Задача педагогов - научить детей покорять эту вершину. Чтобы жить в нашем мире, человек должен иметь контроль над собой: над своим телом, душой, умом. С сильным умом, в сильном теле можно добиться любых успехов, любых высот.

Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности творчески, гармонично развитые, активные и здоровые. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе и нашего дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей, а в сложившейся ситуации это актуально.

Дошкольный возраст - самый поддающийся воздействиям период. В этом возрасте ребенок быстро обучается и усваивает. По опыту своей работы я убедилась в необходимости поддержания и укрепления здоровья детей.

Проблема: физическое развитие и оздоровление **детей** в условиях пандемии.

Актуальность: **игровой самомассаж** – нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам.

**Участники проекта** –воспитатели, родители.

**Сроки реализации проекта** – май – сентябрь 2020 год.

Главная ценность **самомассажа заключается в том**, что он, прежде всего, влияет на нервную систему ребёнка, помогает снять общую усталость, помогает всем органам и системам работать бесперебойно и эффективно. Является прекрасным средством профилактики различных заболеваний. Овладеть приёмами **игрового самомассажа может каждый**, для этого не нужно иметь особого таланта или специального образования.

**Цель**- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей, удовлетворение потребностей растущего организма, а так же повысить педагогическую компетентность родителей в вопросах использования здоровьесберегающих технологий, показать на практике использование различных методик оздоровления, которые можно использовать в семье в условиях пандемии коронавирусной инфекции (COVID).

**Задачи в период пандемии короновирусной инфекции:**

***С детьми:***

1. Осуществить регулярный контроль состояния здоровья воспитанников, проведение профилактических мероприятий, высокое качество дезинфекции и уборки помещений, соблюдение личной и респираторной гигиены.

2. Способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни и навыкам безопасного поведения.

3. Научить **детей** ответственно и осознанно относиться к своему здоровью

4. Привитие навыков элементарного **самомассажа рук**, ног, стопы, головы, лица и т. д.

***С педагогами:***

1. Повышать компетентность педагогов в условиях пандемии коронавирусной инфекции (COVID-2019) по вопросам организации работы в летний период с детьми ДОУ.

2. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков.

***С родителями:***

1. Дать представление родителям о здоровьесберегающих технологиях в деятельности ДОУ.
2. Познакомить родителей с технологиями: игровой массаж и самомассаж, пальчиковая гимнастика.
3. Закрепить полученные знания в процессе тренинга (практического упражнения) по игровому массажу и пальчиковой гимнастике.
4. Формировать положительные взаимоотношения ребенка со взрослым (родителем).

**Ожидаемые результаты:**

* Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни и развитие навыков безопасного поведения.
* Приобщение детей к ЗОЖ.
* Познакомить **детей** и родителей с видами **игрового самомассажа**
* Расширить знания родителей с правилами выполнения **игрового самомассажа** и важности использования его в домашних условиях.
* Взаимодействие **детей**, родителей и педагогов.

**Этапы работы над проектом:**

Проект делится на три основных этапа работы

**I этап:** Подготовительный.

**II этап:** Основной.

**III этап:** Завершающий.

***Подготовительный этап работы (организационный)***

Определение темы **проекта**, цели, задачи.

1. Подобрать дидактический материал, наглядные пособия (картинки, иллюстрации, **игровые** задания и упражнения.

2. Привлечение внимания родителей к проблеме.

3. Консультирование родителей по теме **проекта**.

Инструктор по физической культуре 1. Подобран дидактический материал, наглядные пособия, иллюстрации с изображением видов **самомассажа**.

***Основной этап работы (практический)***

1. Реализация **проекта** через разные виды совместной деятельности педагога с детьми.

**Основные методы работы с дошкольниками:**

• словесный: обращен к сознанию детей, помогает осмысленно поставить двигательную задачу, раскрыть содержание и структуру упражнения;

• наглядный: создает зрительное, слуховое мышечное представление об упражнении;

• практический: закрепляет на практике знания, умения и навыки, способствует созданию мышечных представлений об упражнении;

• игровой: способствует быстрому запоминанию этапов упражнения, поднимает эмоциональный настрой ребенка.

**Виды развивающего массажа:**

Самомассаж лица, самомассаж кистей и пальцев рук, аурикулярный самомассаж *(массаж ушных раковин)*, массаж спины, самомассаж ног.

**Формы работы с родителями:**

1. Подготовка консультации для родителей *«Игровой самомассаж для дошкольников****»***

2. Оформление папки – передвижки «Игровой самомассаж»

***Заключительный этап работы***

1. Оформление результата **проекта в виде презентации**.

2. **Вопросы к родителям:**Какие вы приобрели новые знания и умения? Что оказалось полезным для вас? Кто из Вас может поделиться опытом использования здоровьесберегающих технологий дома со своими детьми?

 3.Подготовка буклетов для родителей *«Игровой самомассаж-пробуем вместе****»*.**

**Итог проекта:**Очень надеюсь, что информация, которую получили дети и родители, а так же педагоги, окажется полезной и, что данные рекомендации будут использоваться дома. Любые формы работы с детьми в данном направлении, какие бы мы не применяли на практике это прекрасно, но личный пример родителей в любом деле важнее всего! Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители!

**Список используемой литература:**

1. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий/авт.-сост. М.А.Павлова, М.В.Лысогорская, канд.психол.наук.-Волгоград:Учитель, 2014.
2. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников/авт.-сост.Л.Н.Волошина, Е.В. Гавришова, Н.М. Елецкая, Т.В.Курилова.-Волгоград:Учитель, 2013.
3. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим. Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. Москва. Сфера.2004.
4. Картушина М. Ю. Логоритмические занятия в детском саду. Москва. Сфера.2005.
5. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ.-СПб.:ООО «Издательство «Детство – Пресс», 2012.
6. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения/авт.-сост.О.Н.Арсеневская.-Изд.2-е.-Волгоград:Учитель 2013.