

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 1 «Улыбка»

«Как победить инсульт знают даже дети»

Автор: Творческая группа
МБДОУ детского сада
№ 1 «Улыбка»
Филясова Л.Е. – заведующий
Нужнова Н.Н. – старший
воспитатель
Сухова А.В. - воспитатель
Инкина Е.В. – воспитатель
Проняева М.С. - воспитатель

Здоровье ребёнка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не продаст,
Его берегите, как сердце, как глаз.
(Ж. Жаббаев)

Актуальность.

Сохранение и укрепление здоровья детей XXI века — одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др. Одной из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования в связи с введением ФГОС - также стало сбережение и укрепление здоровья дошкольников, выбор образовательных технологий, соответствующих возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье детей.

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основа основ достижения любых успехов. Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведёт человек. Современный человек не имеет права считать себя образованным, не освоив культуры здоровья, т.е. умение жить, не вредя своему организму, не принося ему пользу.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Мы, педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России и особенно детей дошкольного и школьного возраста. Ее решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его с детских лет.

Тем более, что здоровье детей ухудшается год от года. Ученые утверждают, что у нас абсолютно здоровы только 3 %. В настоящее время существует тенденция снижения здоровья детей и в нашем ДООУ. (диаграмма) Причин роста патологии множество: врожденные отклонения, несбалансированное питание, плохая экология, снижение двигательной активности, всякого рода перегрузки.

В числе основных сдерживающих факторов, как и во всей России, стоят поздняя обращаемость граждан за медицинской помощью, а также недостаточная мотивация и ответственность граждан за сохранение собственного здоровья. Особенно фактор позднего обращения граждан за медицинской помощью актуален при заболеваниях, являющихся основными причинами смертности (инфаркты, инсульты, инфекционные, онкологические заболевания).

Проблема профилактики инсульта имеет не только медицинское, но и важнейшее социальное значение, так как инсульт является одной из наиболее частых причин смертности и инвалидности. Инсульт несет тяжелые моральные, социальные и экономические последствия. Профилактика инсульта основывается на коррекции факторов его риска и включает как лекарственные, так и нелекарственные средства. К наиболее значимым корригируемым факторам риска относят курение, злоупотребление алкоголем, артериальную гипертензию, атеросклероз сосудов, повышение уровня холестерина в крови, сахарный диабет. Одним из факторов риска является возраст. А это значит, что развитие инсульта опасно для людей пожилого возраста, для дедушек и бабушек. Как правило, чаще рядом с дедушками и бабушками находятся внуки. И именно внуки могут быть с бабушкой или дедушкой рядом при развитии инсульта, а это означает, что никто иной как внук или внучка сможет оказать им помощь.

В результате этого в детском саду нами разработан проект и система действий по приобщению детей к ЗОЖ с использованием здоровьесберегающих технологий. Проект направлен на создание здоровьесберегающих условий в ДОУ, обеспечение эмоционального благополучия детей и гармонизацию детско-родительских отношений. Предложенный проект способствует решению проблем в здоровьесберегающем развитии дошкольников посредством организации совместной деятельности педагогов, воспитанников, их родителей и социума.

Цель: Создание оптимальных условий для охраны и укрепления физического и духовного здоровья детей и взрослых; формирование привычки здорового образа жизни, ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью своих близких.

Задачи:

1. Формировать и развивать представления детей о здоровом образе жизни, его составляющих, воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.
2. Информировать детей и их родителей об инсульте, его причинах, основных факторах риска и мерах профилактики.
3. Формировать чувства ответственности за здоровье старшего поколения (бабушки и дедушки); способствовать формированию ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
4. Пополнить развивающую предметно-пространственную среду
5. Разработать и систематизировать тематические и практические материалы.
6. Повысить уровень профессионального мастерства педагогов

Участники проекта: Заведующий ДОУ, дети старшего дошкольного возраста, педагоги, родители, ГБУЗ НО «СЦРБ»

Вид проекта: практико-ориентированный, познавательный.

Формы реализации:

- Организованная образовательная деятельность;
- Самостоятельная деятельность детей.
- Индивидуальная работа с детьми;
- Игровая, досуговая, свободная деятельность;
- Взаимодействие с родителями;
- Взаимодействие с социальными партнерами

Методы и приёмы:

- Наглядные (показ движений, слуховые и зрительные ориентиры, помощь педагога, наглядные пособия, демонстрация иллюстраций, схем выполнения упражнений, показ презентаций по теме)
- Словесные (объяснение, беседы, рассказ, пальчиковые игры и др.)
- Практические
-

Этапы реализации проекта:

1 этап: Подготовительный: Август –сентябрь 2017

Цель: Анализ и создание условий для реализации проекта, изучение возможностей и потребностей всех участников образовательного процесса в необходимости формирования

представлений о здоровом образе жизни, об инсульте, его признаках и умении действовать при его обнаружении.

- Определение цели и задач проекта;
- Определение методов работы;
- Подбор и изучение методической литературы;
- Проведение работы с родителями детей(анкетирование)
- Разработка плана взаимодействия участников проекта;
- Анализ предметно – развивающей среды.
- Организация взаимодействия со специалистами социума .

2 этап:

Практический октябрь 2017 – апрель 2018 г.

Цель: реализация на практике мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни; об инсульте.

- Деятельность в соответствии с перспективным планом ;
- Выступления на педагогическом совете, семинарах, пренингах.
- Проведение индивидуальных и групповых консультаций для родителей и педагогов ДОУ;
- Оформление наглядной информации по теме проекта;
- Проведение общих родительских собраний

3 этап: Итоговый, диагностический – май 2018 года.

Цель: проведение анализа организации работы по сохранению и укреплению здоровья детей, формирования у них представлений о здоровом образе жизни, ознакомлению с инсультом.

- Анализ, обобщение, распространение результатов проекта;
- Подведение итогов реализации проекта.
- Презентационные мероприятия.

Объемы и источники финансирования.

№	Средства	Источники финансирования	Сумма
1	Изготовление буклетов	ГБУЗ НО «СЦРБ»	
2	Оплата педагогам	Стимулирующий фонд	

Перспективный план реализации проекта

Направления	Содержание
1 этап: Подготовительный. Август	
Работа с педагогами	Создание творческой группы по разработке и реализации проекта Знакомство с нормативно-правовыми документами (федеральными, региональными), регламентирующими деятельность ДОУ по данной теме. Знакомство с методическими разработками и опытом коллег по данной теме.
Взаимодействие с	Анкетирование родителей «Растём здоровыми». Цель: формировать

родителями	понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни.
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Заключение соглашения и разработка плана взаимодействия
Совершенствование РППС	Анализ условий необходимых для реализации проекта и определение проблемных зон актуальности инновационного проекта.
Сентябрь	
Взаимодействие с родителями	Акция «Я сердечко сберегу» Выпуск памяток для родителей на тему «Первые признаки инсульта и алгоритм действий в случае беды».
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Рекомендации по выпуску буклетов и памяток для родителей.
Работа с детьми	Просмотр презентации «Как люди защищают свое здоровье». Цель: формировать представление о ценности здоровья, желание вести здоровый образ жизни. Экскурсия в медицинский кабинет ДООУ. Цель: познакомить с работой медицинской сестры, с помещением и оборудованием медицинского кабинета.
Совершенствование РППС	Разработка основного содержания ООД, сюжетно-ролевых, дидактических игр для активизации самостоятельной игровой деятельности детей. Разработка презентации «Как люди защищают свое здоровье».
Взаимодействие с родителями	Общее родительское собрание «Здоровье в наших руках»
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Участие в общем родительском собрании «Здоровье в наших руках»
Работа с детьми	Беседа «Вот какой я!» с использованием иллюстраций. Цель: познакомить детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма: я умею бегать, прыгать, петь, смотреть, слушать, кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям; вызвать интерес к дальнейшему познанию себя. Д/и «Что внутри нас». Цель: продолжать знакомить детей с внутренними органами человека; закреплять знания о строении человека, о функциях внутренних органов; развивать познавательный интерес детей, обеспечивая возможность самостоятельной, интересной познавательно-исследовательской деятельности
Совершенствование	Разработка презентации «Тело человека». Изготовление иллюстраций «Части тела».

РППС	
Ноябрь	
Взаимодействие с родителями	Анкетирование родителей «Знаете ли вы об инсульте». Цель: выявить знания родителей о первых признаках инсульта; о факторах риска развития инсульта.
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Консультация для педагогов врача-невролога «Что мы знаем об инсульте»
Работа с детьми	Просмотр презентации «Тело человека». Цель: закреплять знания детей о строении, работе, особенностях своего организма, правилах ухода за ним, развивать внимание, память Валеологическая д/и «Органы человека». Цель: формировать у детей представления о расположении внутренних органов (сердце, печень, желудке, почках, легких) в организме человека; побуждать детей называть органы и располагать их так, как они находятся в организме человека; расширять представления у воспитанников о необходимости и значимости сердца и других органов в жизнедеятельности человека. Игровая ситуация «Как распознать инсульт?». Цель: выявить знания детей об инсульте, умение распознавать его симптомы и измерять давление; умение при определении инсульта вызвать скорую помощь
Совершенствование РППС	Изготовление д/и «Органы человека». Изготовление пособия «Как распознать инсульт»
Декабрь	
Взаимодействие с родителями	Выставка рисунков совместно с родителями «Полезные и вредные привычки». Цель: формирование представлений об окружающей среде, о том, что полезно и что вредно для здоровья.
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Совместное изготовление буклетов для родителей: «Инсульту – нет»

Работа с детьми	Беседа «Витамины, полезные продукты и здоровый организм». Цель: рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека; объяснить их значение для здоровья человека; помочь понять, что здоровье зависит от правильного питания: еда должна быть не только вкусной, но и полезной. Решение проблемной ситуации «Как узнать, что у человека инсульт». Цель: способствовать освоению детьми умений, через игровые и проблемные ситуации узнавать признаки инсульта.. Д/и «Витамины». Цель: формировать у детей элементарные знания о пользе витаминов, их влиянии на детский организм и взрослый организм. Дидактическая игра «Полезная и вредная еда». Цель: закреплять представления детей о том, какая еда полезная, а какая – вредная для организма; подвести их к пониманию противоречия: мне нравится эта еда, а моему организму это полезно?
Совершенствование РППС	Изготовление д/и «Витамины»
Январь	
Взаимодействие с родителями	Буклет для родителей «Неврологи советуют». Цель: систематизировать информацию и рекомендации по предупреждению возникновения инсульта среди своих родных и знакомых. Консультация «Учим ребенка вызывать службы экстренной медицинской помощи». Цель: дать рекомендации родителям, как при помощи игровой ситуации можно познакомить детей с номером телефона «03», научить вызывать «скорую медицинскую помощь» (запомнить свое имя, фамилию и домашний адрес).
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Активная форма обучения с приглашением врача-невролога «Детям об инсульте»
Работа с детьми	Д/и «Что любит здоровый организм?» Цель: прививать привычку к здоровому образу жизни. Игровая ситуация: «У бабушки заболело сердце». Цель: создать условия для расширения представлений об оказании помощи взрослым
Совершенствование РППС	Изготовление памятки «Правила здорового сердца». Изготовление д/и «Как распознать инсульт»
Февраль	
Взаимодействие с родителями	Памятка для родителей «Как сохранить здоровье». Цель: способствовать возникновению желания заботиться о своем

	организме Консультация для родителей «Научите своего ребенка вызвать скорую помощь» Цель: педагогическое просвещение родителей по вопросам охраны жизни и здоровья детей.
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Экскурсия на станцию скорой помощи.
Работа с детьми	Беседа «Служба «03» - на страже». Цель: познакомить дошкольников с работой скорой помощи, формировать умение рассказывать по предложенным картинкам, развивать умение делиться впечатлениями из личного опыта. Игровая ситуация «Вызов скорой помощи». Цель: закрепить на практике умения вызывать скорую помощь, воспитывать желание заботиться о больных близких людях. Игровая ситуация «Как защитится от болезней?». Цель: закреплять знания детей о влиянии окружающих факторов на здоровье. Игра «Когда грозит опасность». Цель: закрепление знаний детей о необходимых действиях в случае опасности; формировать умение называют опасную ситуацию и набирают необходимый номер телефона, называют свое имя, адрес, говорят, что случилось.
Совершенствование РППС	Изготовление картинок для беседы «Служба «03» - на страже». Изготовление атрибутов для игровой ситуации «Вызов скорой помощи».
Март	
Взаимодействие с родителями	Консультация «здоровый образ жизни в детском саду и дома»
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Предоставление наглядной информации на тему здорового образа жизни.
Работа с детьми	Д/и «Волшебные часы». Цель: формировать представления детей о режиме дня и необходимости соблюдения режимных моментов для сохранения и укрепления собственного здоровья; закреплять умение детей рассказывать о режиме дня, пояснять и доказывать свою точку зрения; формировать умение находить закономерностей и в последовательном порядке.
Совершенствование РППС	Разработка картотеки игр по формированию здорового образа жизни. Изготовление д/и «Волшебные часы»
Апрель	
Взаимодействие с родителями	Изготовление папки – передвижки «Признаки инсульта». Цель:
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	7 апреля Всемирный день здоровья. Акция «Живи долго». Флешмоб «Будьте здоровы» на территории ГБУЗ НО «СЦРБ».
Работа с детьми	Беседа «Об инсульте знают даже дети». Цель: систематизировать представления дошкольников о первых признаках инсульта. Игра «Скорая помощь». Цель: закрепить у детей знания и практические

	умения по оказанию первой помощи. Рассматривание альбома «Здоровый образ жизни в стихах, пословицах, поговорках, загадках, считалках». Цель: способствовать закреплению понятия «Здоровый образ жизни»; воспитывать желание заботиться о своем организме.
Совершенствование РППС	Разработка дидактического пособия «Об инсульте знают даже дети». Папка - передвижка «Признаки инсульта». Оформление альбома «Здоровый образ жизни в стихах, пословицах, поговорках, загадках, считалках».
3 этап: Итоговый, диагностический Май	
Работа с педагогами	Итоговый анализ деятельности МИП, оформление отчётных материалов. Подготовка конечного продукта проекта – обобщение и систематизация методических материалов по проекту, подготовка к тиражированию в педагогическом сообществе.
Взаимодействие с родителями	Подведение итогов проекта. Обобщение результатов деятельности по теме проекта.
Взаимодействие с ГБУЗ НО «СЦРБ»	Совместная подготовка публикации в СМИ об итогах реализации проекта.
Работа с детьми	Викторина «Страна сердца». Цель: создать игровую ситуацию, поддерживать положительный эмоциональный настрой детей; закрепить знания детей о работе человеческого сердца; совершенствовать навыки использования полученных знаний в специально созданных условиях; воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Квест-игра «Анатомический театр». Цель: закрепить в игре названия жизнеобеспечивающих органов человека, вспомнить, для чего они нужны, их главные функции; упражнять в выборе полезных и вредных, опасных для жизни и здоровья человека предметов, ситуаций.
Совершенствование РППС	Подготовка конечного продукта проекта – обобщение и систематизация методических материалов по проекту, подготовка к публикации в педагогическом сообществе.

Литература:

1. И.А. Анохина «Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни»: методические рекомендации.- Ульяновск: УИПКПРО, 2007.
2. Л.В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие».- М.: ТЦ Сфера, 2008.
3. О.В. Узорова, Е.А. Нефёдова «Пальчиковая гимнастика».
4. Акбашева Т. Ф. « Антистрессовая пластическая гимнастика»
5. Уманская А. А. «Точечный самомассаж»
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии. – М.: АРКТИ, 2003.
7. Чупаха И.В. и др., Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе (текст): научно-практический сборник. – Москва: Илекса, Народное образование, 2003. – 400с.
8. Алямовская В.Г. «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении»
9. Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду» М.: Сфера, 2003 – 88 с.
10. Зимонина В.А. «Воспитание ребёнка–дошкольника. Расту здоровым» М.; ВЛАДОС, 2003-304 с
11. Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников»
12. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»
13. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез, 2002.
14. К.К. Утробина «Занимательная физкультура для детей 5-7 лет
15. Неусыпова Н.М., Милованов М. А. «Секреты здоровья»
16. О. Ф. Горбатенко, Т.А. Кордаильская «Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ» (для старших дошкольников)
17. Е.Н. Вареник «Физкультурно – оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет»
18. Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим» - М.: ТЦ Сфера, 2004.

Сайты:

1. Социальная сеть работников образования - <http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/03/04/fizkulturnye-prazdniki-i-razvlecheniya-v-detskom-sadu>
2. ДЕТСКИЙ сад - <http://detsad-kitty.ru/>
3. МААМ. RU - <http://www.maam.ru/obrazovanie/zanyatiya-po-fizkulture>