

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска
детский сад №52 «Самолётик»

Долгосрочный проект «Мы здоровье бережём!»



Авторы: Угрюмова О.В.
Сагдарова Э.Р.
Матвиенко Е.В.
Гоголева И.А.



Аннотация проекта

Наименование проекта – «Здоровьесберегающие технологии в детском саду».

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Здоровье дошкольников волнует всех родителей детей в возрасте от 0 до 7 лет. Ведь именно в этом возрасте врачи и педагоги обращают внимание на любые отклонения в психическом и физическом состоянии детей. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем. Фундамент здоровья создаётся именно в дошкольном возрасте, именно на этом должны сосредоточить внимание врачи, педагоги, родители.

Целью проекта: формирование у дошкольников основ здорового образа жизни через единый комплекс здоровьесберегающей деятельности ДОУ.

Реализация проекта предусматривает следующие этапы: 01.02.2021.- 05.2021

Ожидаемый результат –в результате реализации проекта предполагается, что у детей сформируются основы к здоровому образу жизни.

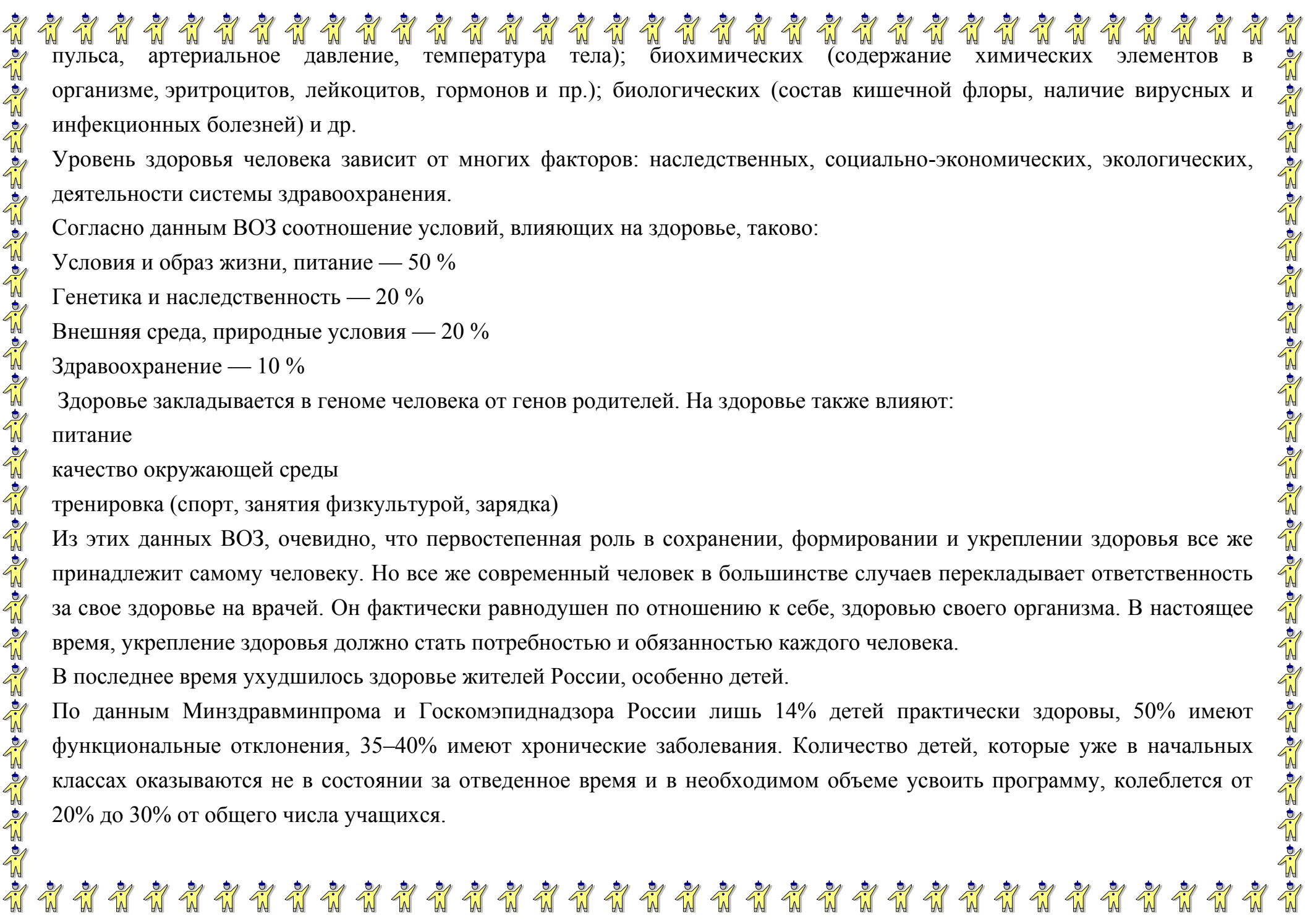
Участники проекта – воспитанники всех возрастных групп, воспитатели, родители.

Актуальность проекта и постановка проблемы

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья ребенка. Исследования последних лет констатируют ухудшение здоровья населения России. Увеличивается смертность, падает рождаемость.

По мнению ВОЗ, в медико-санитарной статистике под здоровьем на индивидуальном уровне понимается отсутствие выявленных расстройств и заболеваний, а на популяционном — процесс снижения уровня смертности, заболеваемости и инвалидности.

Здоровье человека является качественной характеристикой, складывающейся из набора количественных параметров: антропометрических (рост, вес, объём грудной клетки, геометрическая форма органов и тканей); физических (частота



пульса, артериальное давление, температура тела); биохимических (содержание химических элементов в организме, эритроцитов, лейкоцитов, гормонов и пр.); биологических (состав кишечной флоры, наличие вирусных и инфекционных болезней) и др.

Уровень здоровья человека зависит от многих факторов: наследственных, социально-экономических, экологических, деятельности системы здравоохранения.

Согласно данным ВОЗ соотношение условий, влияющих на здоровье, таково:

Условия и образ жизни, питание — 50 %

Генетика и наследственность — 20 %

Внешняя среда, природные условия — 20 %

Здравоохранение — 10 %

Здоровье закладывается в геноме человека от генов родителей. На здоровье также влияют:

питание

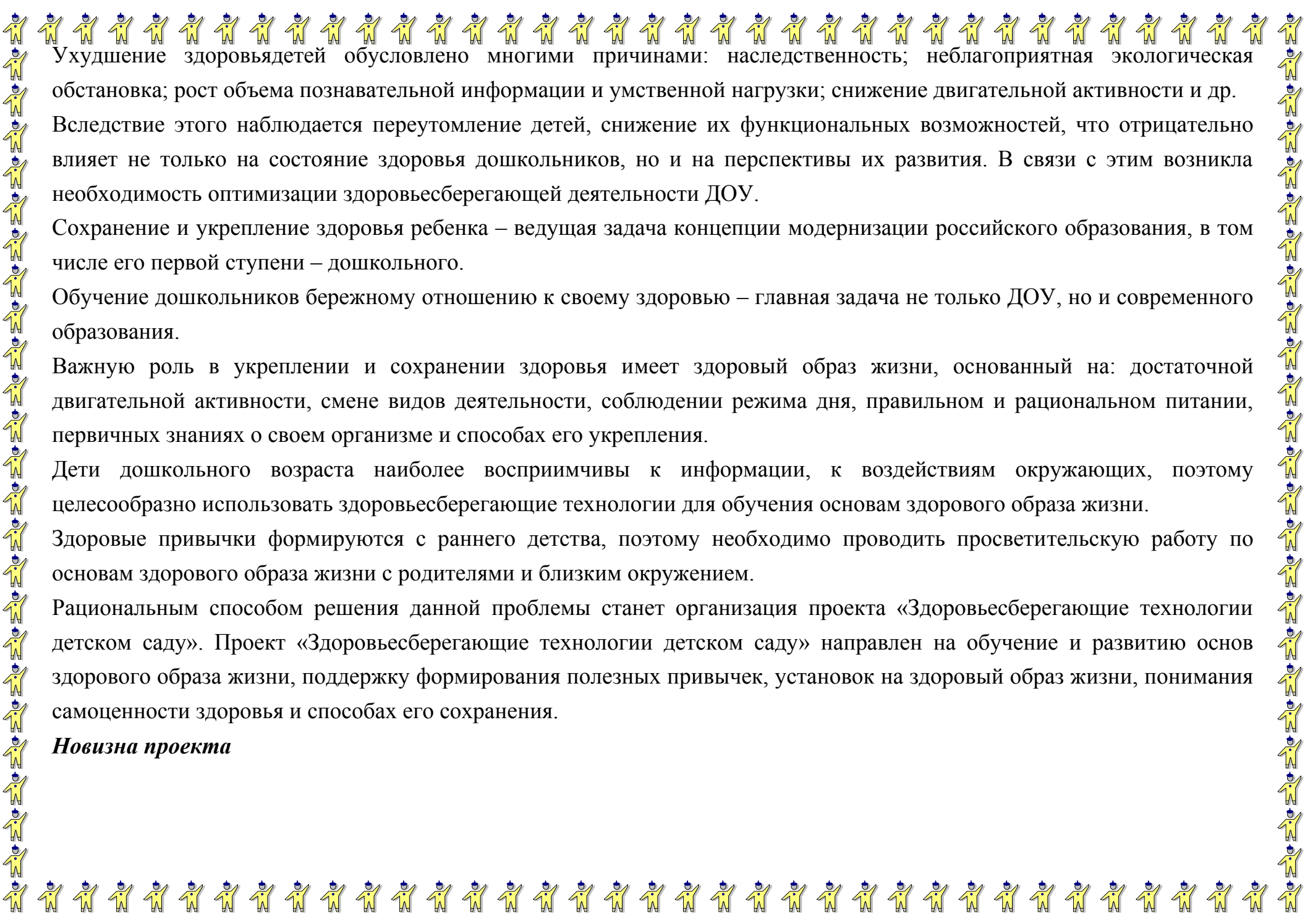
качество окружающей среды

тренировка (спорт, занятия физкультурой, зарядка)

Из этих данных ВОЗ, очевидно, что первостепенная роль в сохранении, формировании и укреплении здоровья все же принадлежит самому человеку. Но все же современный человек в большинстве случаев перекладывает ответственность за свое здоровье на врачей. Он фактически равнодушен по отношению к себе, здоровью своего организма. В настоящее время, укрепление здоровья должно стать потребностью и обязанностью каждого человека.

В последнее время ухудшилось здоровье жителей России, особенно детей.

По данным Минздравминпрома и Госкомэпиднадзора России лишь 14% детей практически здоровы, 50% имеют функциональные отклонения, 35–40% имеют хронические заболевания. Количество детей, которые уже в начальных классах оказываются не в состоянии за отведенное время и в необходимом объеме усвоить программу, колеблется от 20% до 30% от общего числа учащихся.



Ухудшение здоровья детей обусловлено многими причинами: наследственность; неблагоприятная экологическая обстановка; рост объема познавательной информации и умственной нагрузки; снижение двигательной активности и др. Вследствие этого наблюдается переутомление детей, снижение их функциональных возможностей, что отрицательно влияет не только на состояние здоровья дошкольников, но и на перспективы их развития. В связи с этим возникла необходимость оптимизации здоровьесберегающей деятельности ДОУ.

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача концепции модернизации российского образования, в том числе его первой ступени – дошкольного.

Обучение дошкольников бережному отношению к своему здоровью – главная задача не только ДОУ, но и современного образования.

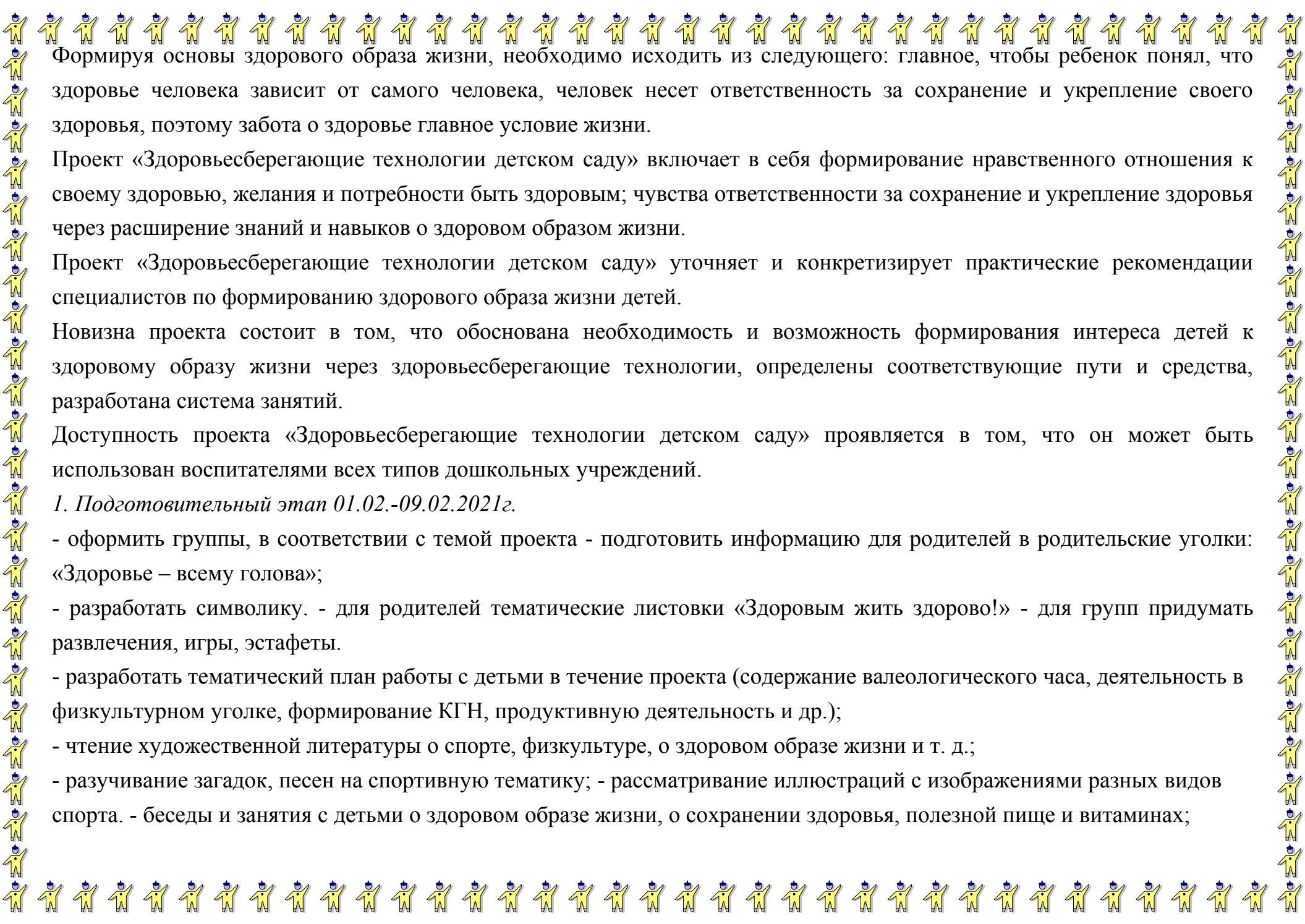
Важную роль в укреплении и сохранении здоровья имеет здоровый образ жизни, основанный на: достаточной двигательной активности, смене видов деятельности, соблюдении режима дня, правильном и рациональном питании, первичных знаниях о своем организме и способах его укрепления.

Дети дошкольного возраста наиболее восприимчивы к информации, к воздействиям окружающих, поэтому целесообразно использовать здоровьесберегающие технологии для обучения основам здорового образа жизни.

Здоровые привычки формируются с раннего детства, поэтому необходимо проводить просветительскую работу по основам здорового образа жизни с родителями и близким окружением.

Рациональным способом решения данной проблемы станет организация проекта «Здоровьесберегающие технологии в детском саду». Проект «Здоровьесберегающие технологии в детском саду» направлен на обучение и развитию основ здорового образа жизни, поддержку формирования полезных привычек, установок на здоровый образ жизни, понимания самооценности здоровья и способах его сохранения.

Новизна проекта



Формируя основы здорового образа жизни, необходимо исходить из следующего: главное, чтобы ребенок понял, что здоровье человека зависит от самого человека, человек несет ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья, поэтому забота о здоровье главное условие жизни.

Проект «Здоровьесберегающие технологии детском саду» включает в себя формирование нравственного отношения к своему здоровью, желания и потребности быть здоровым; чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья через расширение знаний и навыков о здоровом образе жизни.

Проект «Здоровьесберегающие технологии детском саду» уточняет и конкретизирует практические рекомендации специалистов по формированию здорового образа жизни детей.

Новизна проекта состоит в том, что обоснована необходимость и возможность формирования интереса детей к здоровому образу жизни через здоровьесберегающие технологии, определены соответствующие пути и средства, разработана система занятий.

Доступность проекта «Здоровьесберегающие технологии детском саду» проявляется в том, что он может быть использован воспитателями всех типов дошкольных учреждений.

1. Подготовительный этап 01.02.-09.02.2021г.

- оформить группы, в соответствии с темой проекта - подготовить информацию для родителей в родительские уголки: «Здоровье – всему голова»;
- разработать символику. - для родителей тематические листовки «Здоровым жить здорово!» - для групп придумать развлечения, игры, эстафеты.
- разработать тематический план работы с детьми в течение проекта (содержание валеологического часа, деятельность в физкультурном уголке, формирование КГН, продуктивную деятельность и др.);
- чтение художественной литературы о спорте, физкультуре, о здоровом образе жизни и т. д.;
- разучивание загадок, песен на спортивную тематику; - рассматривание иллюстраций с изображениями разных видов спорта. - беседы и занятия с детьми о здоровом образе жизни, о сохранении здоровья, полезной пище и витаминах;

2. Основной этап практический – в результате чего был реализован проект 09.02.2021г.-30.04.2021г.

1. Коммуникативная деятельность
2. Восприятие художественной литературы
3. Музыкально-художественная деятельность
4. Восприятие произведений изобразительного искусства
5. Познавательная-исследовательская и продуктивная деятельность
6. Продуктивная и восприятие произведений изобразительного искусства
7. Развитие двигательной деятельности
8. Игровая и познавательная деятельность
9. Трудовая деятельность
10. Работа с родителями

Этапы реализации проекта группы детей 1,5-3 лет

Мероприятия		
Для воспитателя	Для детей	Для родителей
Подготовительный этап составление плана совместной работы с детьми, родителями; разработка конспектов ОД;	подбор материала и оборудования для ОД, бесед, игр с детьми; подбор художественного материала	Работа с родителями: - Анкетирование родителей - консультация «Помогите ребёнку укрепить здоровье», «Культура здорового образа жизни в семье и детском саду». - Беседы с родителями по профилактике заболеваемости.
2 этап - Практический Создание буклетов	Работа с детьми: <i>Оздоровительные мероприятия (ежедневно в режимные моменты):</i>	- Советы родителям по формированию культурно-

«Как сохранить здоровье ребёнка в зимний период»
«Игры с детьми зимой»
Изготовление дид/игр
«Полезно – не полезно»,
«Фрукты – овощи», «Одень на прогулку», «Распорядок дня».

- Утренняя гимнастика;
- Динамические паузы, физминутки;
- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика (с предметами) с проговариванием стихотворных форм.

Закаливающие мероприятия (ежедневно)

- Воздушные ванны, гигиенические процедуры.
- Хождение босиком по массажным дорожкам;
- Самомассаж стоп и рук.

Профилактические мероприятия

- Витаминизация;
- Облегчённая одежда в помещении и на улице;
- Профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам и др.);
- Игры, направленные на формирование правильной осанки
- Сюжетно-ролевые игры «Семья», «Больница», «Доктор Айболит», «Собираемся на прогулку», «Игрушки у врача.»
- Дидактические игры и упражнения, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Одеваем куклу на прогулку», «Уложим куклу спать», «Купание куклы», «Накормим куклу», «Водичка, водичка », «Вымой руки», «Умывалочка», «Делаем причёску», «Серый котик умывается», «Я скажу, а ты покажи», «Определи на вкус».
- Гимнастика для глаз;
- Беседы с детьми «Разговор о правильном питании», «Я и мой организм», «Полезные продукты – овощи и фрукты», «Зачем необходима зарядка», «Правила поведения во время еды и умывания».
- Чтение художественной литературы (К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»), русской народной сказки «Про непослушные ручки и ножки», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме «ЗОЖ», «КГН»;
- Рассмотрение материала по теме «Предметы личной гигиены»,

гигиенических навыков, по проведению утренней гимнастики, и организации двигательной активности, по организации правильного питания;

- Рекомендации «Примерные рекомендации по закаливанию детей», по здоровому образу жизни.

	<p>«Если хочешь быть здоров», «Вредные привычки», «Как правильно пользоваться предметами личной гигиены».</p> <p>- Подвижные игры «Поезд.» «Зайка беленький сидит», «У медведя во бору»</p> <p>- Артикуляционная гимнастика;</p> <p>Художественно-эстетическое развитие:</p> <p>Лепка</p> <p>«Мячики», «Витамины»</p> <p>Рисование «Лесенка»</p> <p>«Яблоки на блюде»</p>	
<p>Итог проекта:</p> <p>Презентация проекта:</p> <p>выставка семейных рисунков</p> <p>«Здоровый образ жизни!»</p>	<p>- фильм – презентация о проделанной работе.</p> <p>- Обогащение уголка физической культуры</p> <p>- Выставка работ детей и родителей</p> <p>-Изготовление дидактических игр: «Сварим вкусное варенье», «Мойдодыр», «Полезно – не полезно», «Фрукты – овощи», «Одень на прогулку», «Распорядок дня».</p>	<p>-семейные поделки бросового и природного материала «Физкультурн оборудование свои руками»;</p> <p>-Изготовление альбома «ЗОЖ в наше семье».</p>

Этапы реализации проекта группы детей 3-4 лет

Этапы	Мероприятия		
	Для педагогов	Для детей	Для родителей
1 этап Подготовительный	<p>Составление плана совместной работы с детьми, родителями.</p> <p>Разработка конспектов ОД.</p> <p>3. Подбор материала и оборудования для ОД, бесед, игр с детьми.</p> <p>Изготовить пособия для занятий, дидактических игр и игровой</p>	<p>1.Познавательные беседы:</p> <p>«Как можно играть в игрушки»</p> <p>«Безопасность в группе».</p> <p>«Чистота и здоровье».</p> <p>«Как устроено тело».</p> <p>«Если ты заболел».</p> <p>«Таблетки растут на ветке».</p>	<p>1.Стеновая информация:</p> <p>«Здоровье малышей в наших руках»</p> <p>«Дыхательная гимнастика для здоровья детей»</p> <p>Памятка</p> <p>«Как сохранить здоровье ребёнка».</p>

деятельности.

4. Подбор художественного материала, стихов, загадок, песен .

5. Подготовка для родителей информационных листов по теме проекта.

6. Оформление папок - передвижек для родителей по теме проекта.

7. Беседа с родителями о необходимом участии их в проекте, о серьёзном отношении к воспитательно-образовательному процессу в ДОУ. Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования.

«О пользе витаминов»

«Что растёт на грядке»,

«Во саду ли, в огороде».

«Как стать сильным здоровым? »

«Что надо кушать, чтобы быть здоровым?»

«Здоровые зубы».

«Здоровье и болезнь»

Составление рассказов об овощах и фруктах

2.Д/и:

«Что где лежит».

«Угостим куклу чаем».

«Уложим куклу спать».

Покажем мишке, как надо одеваться, чтобы не простудиться».

«Купание куклы».

«Что хорошо, что плохо».

Правила гигиены».

«Как мы узнаём предмет».

«Кто что умеет делать»,

«Что есть у куклы?».

«Оденем куклу на прогулку».

«Если кто-то заболел».

«Кому что нужно».

«Узнай и назови овощи».

«Разложи на тарелках полезные продукты».

3.Подвижные игры

«Перелёт птиц»

«Птички и дождик»

«Два Мороза

«Мы весёлые ребята»

		<p>«Зайка»</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p> <p>Зрительная гимнастика</p> <p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Артикуляционная гимнастика</p> <p>Физкультминутки</p> <p>Настольно – печатные игры:</p> <p>Просмотр мультфильмов</p> <p>«Смешарики» (ОБЖ)</p>	
2 этап Основной	<p>1.Подготовка к непрерывной образовательной деятельности:</p> <p>«Основы гигиены»</p> <p>«Для чего нужна зарядка»</p> <p>«Что такое режим дня»</p> <p>«Почему полезно спать»</p> <p>«О вреде сладостей»</p> <p>«Что умеет наше тело»</p> <p>«На детской площадке»</p> <p>«Спорт наш друг».</p> <p>«Советы здоровья для медвежонка»</p> <p>Составление рассказов об овощах и фруктах</p> <p>Рассматривание картины</p> <p>«Катаемся на санках».</p> <p>Оформление дидактических игр.</p> <p>(февраль - март)</p> <p>Фотовыставка на тему «Мы занимаемся физкультурой»</p> <p>Изготовление альбома «Спорт».</p> <p>Создание презентаций «Зимние спортивные игры»</p> <p>«Летние спортивные игры»,</p>	<p>1.Проведение непрерывной образовательной деятельности.</p> <p>Чтение</p> <p>Потешка «Завяжу потуже шарф».</p> <p>В.Бардадым «Вот как Галю одевали».</p> <p>Г. Лагздынь «Одевали малыша».</p> <p>С.Капутикян «Пожалейте нас!»</p> <p>Э.Успенский «Мальчик стрижься не желает».</p> <p>Э.Мошковская «Митя и рубашка».</p> <p>Е.Благина «Как у нашей Ирки».</p> <p>А.Барто «Девочка чумазая»,</p> <p>Потешка «Водичка, водичка, умой мое личико».</p> <p>М.Александрова «Что взяла – клади на место!»</p> <p>А.Барто «Лошадка».</p> <p>Е. Благина «Приходите – поглядите».</p> <p>Н.Глазкова «Мальчик Петя».</p> <p>Чтение сказки К.Чуковского «Айболит».</p>	<p>1.Оказание помощи в организации и проведении мероприятий.</p> <p>2. Стендовая информация</p> <p>«Здоровье в порядке – спасибо зарядке»</p> <p>«Одежда для прогулок»</p> <p>«Игры для здоровья»</p> <p>«Здоровый образ жизни семьи»</p> <p>«Для чего нужен режим дня»</p> <p>«Формируем у ребёнка правильные привычки в еде»</p> <p>«Одежда для прогулок осенью».</p> <p>«Играем на природе»</p> <p>«Нужно детям закаляться!»</p> <p>3.Рекомендации листовки</p> <p>«Что нужно знать о питании ребёнка»</p> <p>«Как приучить ребёнка заботиться о своём здоровье»</p> <p>«Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни»</p> <p>4.Рекомендации</p> <p>«Игры и игровые упражнения для</p>

		<p>Загадки о спорте, человеке, об овощах, фруктах.</p> <p>Игры – этюды на произведения:</p> <p>Потешка «Уж я косу заплету».</p> <p>Потешка «Где мой пальчик?»</p> <p>«Мне уже четыре года»</p> <p>(фольклор)</p> <p>Игры – этюды на произведения:</p> <p>Г.Лазгдынь «Куклу кормили?».</p> <p>О.Дриз «Ну и каша!»</p> <p>Э.Мошковская «Маша и каша».</p> <p>С.Капутикян «Кто скорее допьёт?»</p> <p>Г.Лазгдынь «Просто объединье!»</p> <p>И.Токмакова «Ай да суп!»</p> <p>«Я сама»</p> <p>С/р игры</p> <p>«Больница»</p> <p>«Как мы лечим куклу Таню»</p> <p>«В гостях у матрешки»,</p> <p>Прогулки</p> <p>Экскурсия в прачечную.</p> <p>Экскурсия в медицинский кабинет.</p> <p>Эксперименты.</p> <p>«Игры с соломинкой»</p> <p>«Игры с воздушным шариком и соломинкой»</p> <p>«Уши на макушке»</p> <p>«Для чего нужен нос»</p> <p>Организация выставок детских работ.</p>	<p>обучения правильному дыханию»</p> <p>«Роль семьи в формировании здорового образа жизни у ребёнка»</p> <p>Закаливание детей в домашних условиях»</p> <p>«Помним о режиме на отдыхе летом»</p> <p>5.Привлечение родителей к созданию фотогазеты «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».</p>
3 этап	1.Проведение итоговой работы.	1.Подвижные игры на свежем	Привлечение родителей к

Заключительный

воздухе.
2. Проблемная ситуация
«Кукла Таня простудилась».
«Айболит в гостях у детей».
«Уронили Мишку на пол,
оторвали Мишке лапу».
«Будем заваривать чай».
3. Итоговое занятие
Развлечение «Будь здоров!»

созданию фотогазеты
«Спортивная семья»

Этапы реализации проекта средней группы детей 4-5 лет

Этапы	Мероприятия		
	Для педагогов	Для детей	Для родителей
1 этап Подготовительный	подбор методической литературы по данной теме; разработка конспектов занятий; подбор детской художественной литературы; подбор настольно-печатных и дидактических игр;	Подбор художественной литературы (рассказы и стихотворения об здоровье человека загадки и пословицы на тему Здоровьесберегающие технологии т. д.); подбор дидактических пособий, иллюстраций, репродукций (пейзажи, иллюстрации и натюрморты) на тему;	Консультация «Значение пальчиковой гимнастики для речевого развития ребёнка» «Полезные и вредные привычки». Стенды и папки – передвижки «Со спортом дружить- здоровым быть», Закаливание» беседа с родителями о необходимом участии их в проекте
2 этап Основной	широкое использование игрушек, кукол – овощей, спортивного инвентаря	Чтение художественной литературы: Чтение стихотворения «О зубах» Лидия Гржебовская	организация выставок детских работ: рисунков, аппликаций, поделок из природного материала, пластилина, семян; проведение индивидуальных бесед с целью создания

демонстрационного и раздаточного материала, в соответствии с темой проекта использование в работе мультимедийных презентаций изготовление пособий для занятий и декораций для развлечения изготовление дипломов оформление выставок детских и совместных работ.

«О ногтях» Андрей Усачёв
«Сказка о каше и хлебе»
«Сказка о добром самоваре»
«Мышка Аришка в цветных штанишках» А. Крапышкина
Просмотр м/ф: «Айболит», «Мойдодыр»
Рассматривание иллюстраций на тему: «Здоровый образ жизни», «Утренняя гимнастика», «Прогулка в лес», «Полезная еда»
Просмотр презентаций: «Овощи», «Фрукты», «Наше здоровье в наших руках» «Растём Здоровыми»
Беседы и занятия:
Наблюдения проводились ежедневно на прогулках, согласно перспективному планированию.
Рисование: «Зонтик для Айболита» (средняя группа),
Аппликация: «Витамины для здоровья», «Украшаем мыло».
Лепка: «Спортивный инвентарь», «Витамины в корзине»
Дидактические игры: «Назови предметы» «Скажи, что делают этими предметами»
«К какому пойдём врачу»,
«Витамины- это таблетки, которые растут на ветке»,

интереса и привлечения родителей к зала;
стендовая информация для родителей, консультация
«Влияние спорта на физическое и духовное развитие ребенка ».

		<p>«Четвертый лишний», «Послушай, запомни, повтори».</p> <p>Русские народные игры «Садовник», «У медведя во бору»</p> <p>Музыкальные игры: «На улице», «Дождик», Солнышко», «Садовники», «Зайцы», «Яблоки».</p> <p>Сюжетно – ролевые игры: «Мы спортсмены; «Больница»; «Кафе»</p> <p>Подвижные игры: «Как говорят части тела» «Найди на ощупь названную часть тела» «Лиса в курятнике» «Пробеги тихо»</p> <p>Развлечение для детей «Праздник мяча».</p>	
3 этап Заключительный	<p>1.Проведение итоговой работы.</p> <p>2. Обмен опытом с другими группами МБДОУ (показ презентации).</p>	Подготовка и проведение развлечения «Быть здоровым - это здорово».	Организация выставки детских рисунков и совместных работ взрослых и детей «Красота-это здоровье».

Этапы реализации проекта группы детей 5-6 лет

Этапы	Мероприятия		
	Для педагогов	Для детей	Для родителей

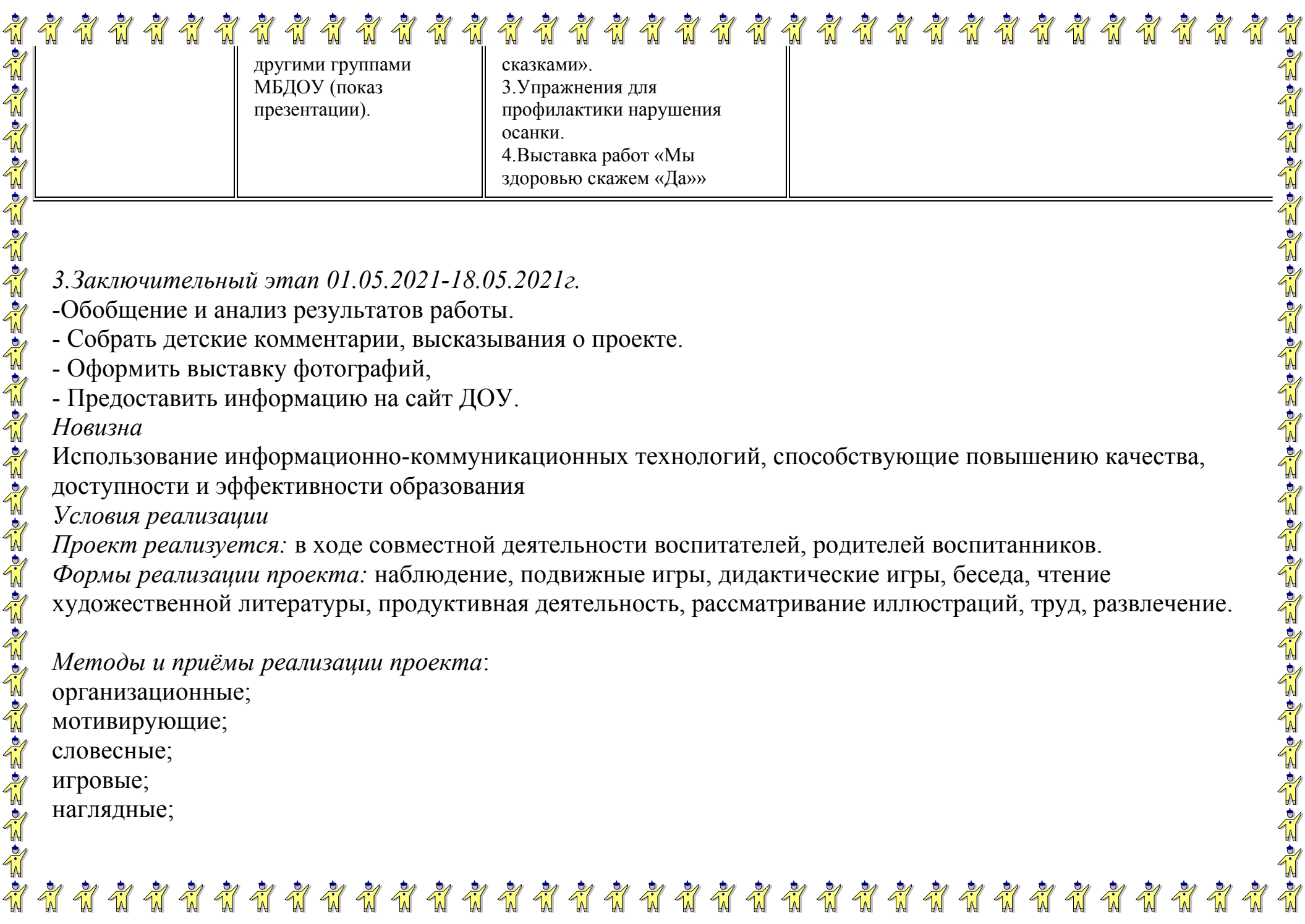
<p>1 этап Подготовительный</p>	<p>Составление плана совместной работы с детьми, родителями. Разработка конспектов НОД. 3.Изготовить пособия для занятий, дидактических игр и игровой деятельности. 4. Подбор художественного материала, стихов, загадок, песен. 5. Подготовка для родителей информационных листов по теме проекта.</p>	<p>Блиц – опрос детей «Что я знаю о своем здоровье?» Познавательные беседы: «Безопасность в группе». «Чистота и здоровье». «Как устроено тело». «Если ты заболел». «Таблетки растут на ветке». «О пользе витаминов». Д/и: «Что где лежит». «Что хорошо, что плохо». Правила гигиены». «Если кто-то заболел». «Кому что нужно».</p>	<p>Стендовая информация: «Физкультурное оборудование своими руками», «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок» Беседы с родителями по профилактике заболеваемости.</p>
<p>2 этап Основной</p>	<p>Оформление выставок детских и совместных работ. Изготовление пособий для занятий и декораций для развлечения</p>	<p>Занятия по темам: «Строение тела человека», «Айболит в гостях у детей», «Полезные и вредные продукты для человека». Презентации для детей «Здоровье всему голова», Игры - Сюжетно-ролевые игры «Больница», «У зубного врача»; Дидактические игры «Что кому нужно для работы», «Определи место для предмета». «Мы спортсмены»; «Больница»; «Кафе» Подвижные игры «Как говорят</p>	<p>Рекомендации родителям о здоровом образе жизни ребенка. Памятка «Соблюдение режима дня в саду и дома». Стендовая информация «Здоровое питание» Рекомендации для родителей «Правильное питание – здоровый малыш». Консультация для родителей «Растём здоровыми» Консультация для родителей «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья»</p>

		части тела», «Кот и мыши», «Бег в мешках». Чтение К. Чуковский «Доктор Айболита». Пение частушек, песен о здоровье. Гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, динамические паузы. Сказкотерапия «Вежливая сказка». «Вини-Пух идёт в гости» Создание книжек-малышек «Моя копилка здоровья».	
3 этап Заключительный	1.Проведение итоговой работы.	Спортивные развлечения «В сказку за здоровьем», досуг «Будь, здоров!» Выставка детских рисунков «Мы со спортом крепко дружим»; Подвижные (народные) игры на свежем воздухе.	Оформление стенгазеты «Быть здоровым – здорово!»

Этапы реализации проекта группы детей 6-7 лет

Этапы	Мероприятия		
	Для педагогов	Для детей	Для родителей
1 этап Подготовительный	1.Составления плана мероприятий.	1.Познавательные беседы «Витамины в продуктах»,	1.Стеновая информация: «Здоровье дошкольника», «Профилактика сутулости ребенка».

	<p>2.Подобрать методическую литературу, иллюстративный материал.</p> <p>3.Изготовить пособия для занятий, дидактических игр и игровой деятельности.</p> <p>4.Подбор стихов, загадок, песен, вопросов для викторины.</p>	<p>«Растения лечат», «Профилактика-залог здоровья».</p> <p>2.Д/и: «Узнай на вкус», «Волшебный мешочек», «Съедобное – несъедобное», «Что где растет?»</p> <p>3.П/и: «Кот и мыши», «Бег в мешках», «Прыгуны».</p> <p>4.Ср/и: «Овощной магазин», «Спортзал».</p>	<p>2.Полезные советы на каждый день.</p> <p>3. Памятки «Чистота – залог здоровья», «Народные игры».</p>
2 этап Основной	<p>1.Подготовка к непрерывно-образовательной деятельности: «Спорт – это здоровье» - рисование, «Здоровая еда» - лепка, «Настроение и здоровье» - развитие речи.</p> <p>2.Чтение и обсуждение рассказа К. Чуковского «Федорино горе».</p>	<p>1.Проведение непрерывной образовательной деятельности.</p> <p>2.Пение частушек, песен о здоровье.</p> <p>3.Викторина «Как быть здоровым».</p> <p>4.Чтение К. Чуковский «Доктор Айболита».</p> <p>5.Изготовление эмблемы «Режим дня».</p> <p>6. Встреча с медицинской сестрой.</p> <p>7.Пальчиковая, дыхательная, логоритмическая гимнастики. Гимнастика для глаз, после сна. Самомассаж, динамические паузы.</p>	<p>Стендовая информация «Пальчиковая гимнастика», «Артикуляционная гимнастика».</p> <p>Памятка «Соблюдение режима дня дома».</p>
3 этап Заключительный	<p>1.Проведение итоговой работы.</p> <p>2. Обмен опытом с</p>	<p>1.Подвижные (народные) игры на свежем воздухе.</p> <p>2.Сказкотерапия «Лечим</p>	<p>1.Выставка литературы о ЗОЖ.</p> <p>2.Показ презентации на родительском собрании «Здоровьесберегающие технологии в детском саду».</p>



	другими группами МБДОУ (показ презентации).	сказками». 3.Упражнения для профилактики нарушения осанки. 4.Выставка работ «Мы здоровью скажем «Да»»	
--	---	--	--

3.Заключительный этап 01.05.2021-18.05.2021г.

- Обобщение и анализ результатов работы.
- Собрать детские комментарии, высказывания о проекте.
- Оформить выставку фотографий,
- Предоставить информацию на сайт ДОУ.

Новизна

Использование информационно-коммуникационных технологий, способствующие повышению качества, доступности и эффективности образования

Условия реализации

Проект реализуется: в ходе совместной деятельности воспитателей, родителей воспитанников.

Формы реализации проекта: наблюдение, подвижные игры, дидактические игры, беседа, чтение художественной литературы, продуктивная деятельность, рассматривание иллюстраций, труд, развлечение.

Методы и приёмы реализации проекта:

организационные;
мотивирующие;
словесные;
игровые;
наглядные;



нетрадиционные

Ресурсы:

Интеллектуальные и кадровые – воспитатели.

Информационные – литература по здоровьесберегающей тематике, интернет-ресурсы.

Технические – компьютер, принтер.

Организационные – организация занятий.

Продукт проектной деятельности

В результате проектной деятельности будут разработаны следующие методические продукты:

конспекты занятий;

конспекты бесед;

выставки детских работ;

выставки детских работ сделанные совместно с родителями.

Ожидаемые результаты:

- Повышение педагогического мастерства педагогов в вопросах физического развития и валеологического воспитания, развитие большего внимания организации оздоровительной работы в группах ДОУ

- Увеличение запаса валеологических представлений, познавательных и коммуникативных умений дошкольников по теме проекта.

- Повышение заинтересованности родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка.



Приложение к проекту

Анкета для родителей «О здоровье всерьез»

Ф. И. О., образование, количество детей в семье _____

Кто из родителей занимается или занимался спортом? _____

Каким? _____

Есть ли в доме спортивный снаряд? Какой? _____

Посещает ли ваш ребенок спортивную секцию? _____

Какую? _____

Установлен ли для вашего ребенка режим дня? _____

Соблюдает ли ваш ребенок режим дня? _____

Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику? _____

Соблюдает ли ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги)? _____

Проводите ли вы дома с детьми закаливающие мероприятия? _____

Какие? _____

Кто из родителей чаще всего гуляет с ребенком? _____

Гуляете ли вы после детского сада? _____

Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни (подвижные игры, спортивные игры, настольные игры, сюжетно-ролевые игры, просмотр телепередач, конструирование, чтение книг) _____

Анкета по оценке здоровьесберегающей деятельности ДОО

Анкета для педагогов

Уважаемые коллеги! Просим вас ответить на вопросы данной анкеты. Ваши ответы помогут определить эффективность здоровьесберегающей деятельности в ДОО и разработать стратегию обеспечения здоровья участников образовательного процесса в дошкольного учреждения.

Анкетирование анонимное.

№ п/п	Содержание вопроса	Ответы	
1.	<p>Как Вы считаете, « Основная образовательная программа» вашего ДОУ в полной мере реализует задачи здоровьесберегающей деятельности ?</p> <p>(выберите вариант ответов, проставив знак «+»)</p>	Да	Нет
2.	<p>Как Вы считаете, какие подходы в организации физического воспитания в вашем ДОУ необходимо улучшить?</p> <p>(проставьте номера в порядке важности и актуальности).</p> <p>психоэмоциональный комфорт участников образовательного процесса</p>		
	- питание		

	- медицинское обслуживание			
	- двигательный режим			
	- закаливание			
	- работа с семьёй			
	- повышение квалификации кадров			
	- введение инноваций в области физического воспитания дошкольников			
	- воспитание гигиенической культуры			
	- организация двигательной деятельности			
	- воспитание ответственного и бережного отношения к своему здоровью			
4.	Какие формы	Проводятся	Проводятся	Не проводятся

		постоянно	эпизодически	
	<p>оздоровления проводите Вы в своей группе? (оцените их систематичность, проставив знак «+»)</p> <p>- гимнастика утренняя</p>			
	- занятия по физическому воспитанию			
	- свободная двигательная активность			
	- комплексы упражнений после сна			
	- закаливание			
	- босохождение в помещении			
	- индивидуальная программа оздоровления			
	- допишите другое			
5.	Какие профилактические	Проводятся постоянно	Проводятся эпизодически	Не проводятся

<p>комплексы вы проводите в группе с детьми?</p> <p>Оцените их систематичность, проставив знак «+».</p> <p>- гимнастика для глаз, повышающая работоспособность</p> <p>- дыхательная гимнастика, регулирующая функцию дыхания</p> <p>- артикуляционная гимнастика, способствующая развитию активности артикуляционного аппарата</p> <p>- корректирующая гимнастика для профилактики нарушений осанки</p> <p>- адаптационный комплекс, направленный на повышение выносливости организма</p>				

6.	Осуществление информационно-просветительской деятельности с детьми.				
	Ознакомление детей с правилами ЗОЖ и формирование навыков сохранения здоровья (отметьте нужное, проставив знак «+» напротив): - проводится регулярно и в системе (отражено в плане)	Регулярно по плану	Эпизоди чески	По ситуации	Никогда
7.	Осуществление информационно-просветительской деятельности с родителями.				
	Проведение бесед, консультаций с рекомендациями о ценностях здоровья и ЗОЖ. (отметьте нужное, проставив знак «+») - на родительских собраниях	Регулярно по плану	Эпизоди чески	По ситуации	Никогда
	- в индивидуальных беседах				
	- размещение информации в «родительских уголках»				
	-публикации в СМИ				
	- использую другие возможности (напишите) _____				
8.	Как Вы считаете, какие мероприятия более всего влияют на эффективность деятельности ДОУ по здоровьесбережению (отметьте нужное, проставив знак «+» напротив) - повышение профессиональной компетентности педагогов				
	- планирование здоровьесберегающей деятельности ДОУ				

	- контроль	
	- семинары	
	- практический обмен опытом	
	- поощрения	
	- наказания	
9.	Оцените эффективность Вашего взаимодействия с медицинским персоналом ДОУ по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников.	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10.	По десятибалльной системе оцените следующие характеристики: - состояние Вашего собственного здоровья	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	- степень Вашей утомлённости	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	-уровень Вашей мотивации к здоровьесберегающей деятельности	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	- степень увлеченности работой	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	- уровень ответственности и трудолюбия	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	- любовь к детям	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	- оценка собственной роли в состоянии здоровья воспитанников	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	- иное (не перечисленная, но значимая для Вас характеристика), дописать и оценить _____ _____	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

