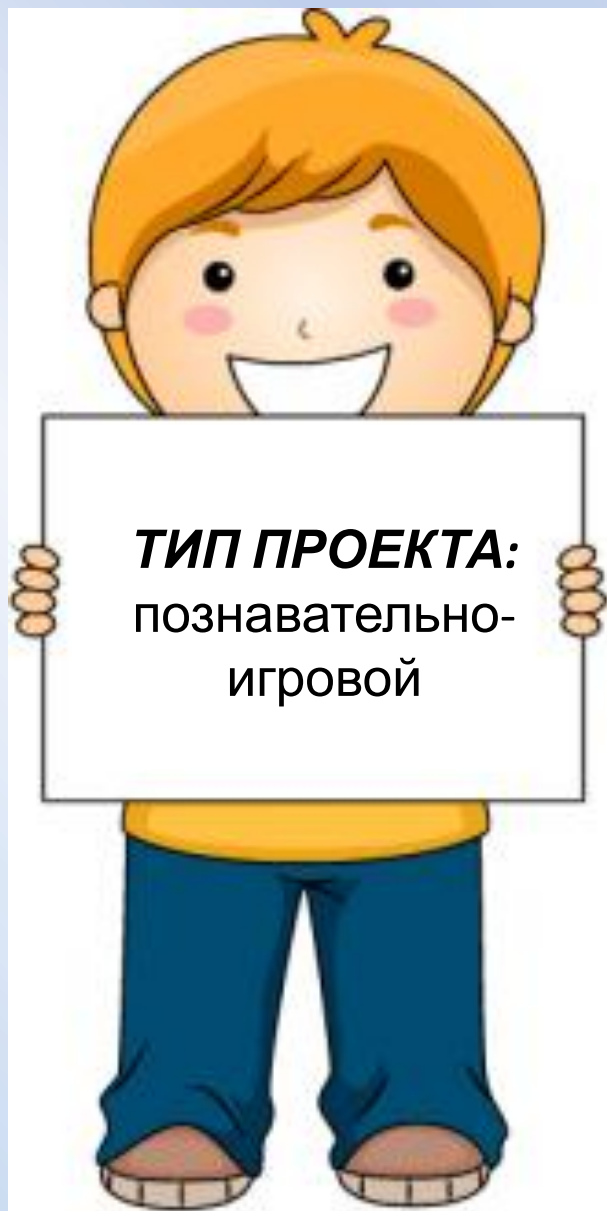


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД «СКАЗКА» Г. ВУКТЫЛ, РЕСПУБЛИКА КОМИ

# ПРОЕКТ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ «НАШЕ ЗДОРОВЬЕ – В НАШИХ РУКАХ!»



*Воспитатели:  
Иванова О.О., Бондаренко Н.А.  
1-я младшая группа  
МБДОУ «Детский сад «Сказка»  
г. Вуктыл*



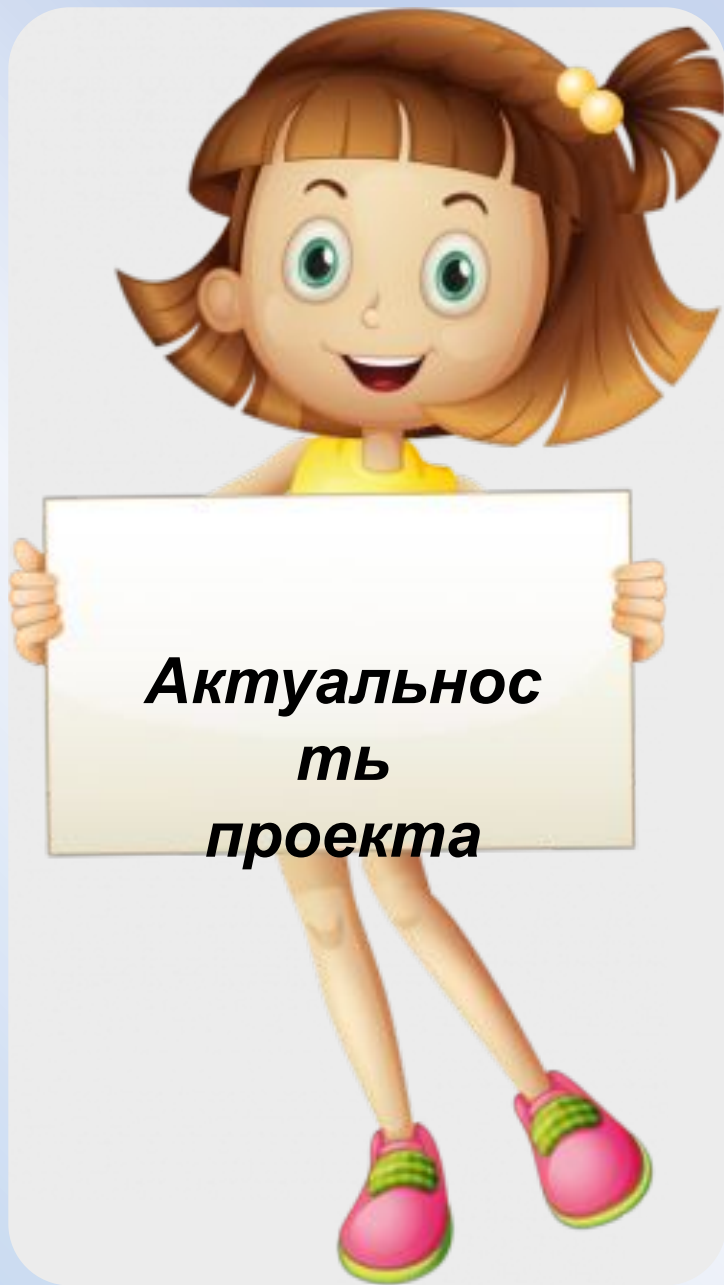
**ТИП ПРОЕКТА:**  
познавательно-  
игровой



**СРОКИ  
РЕАЛИЗАЦИИ:**  
с 01.10.2017 –  
30.11.2017



**УЧАСТНИКИ ПРОЕК  
ТА:**  
педагоги,  
дети первой  
младшей группы,  
родители  
**ВОСПИТАННИКОВ.**



**«Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя, от жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».**

Охрана жизни **(В.А. Сухомлинский)** физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. С самого раннего детства необходимо уделять особое внимание формированию и укреплению здоровья ребенка, с целью создания основ потребности и привычки здорового образа жизни; создавать воспитательное условие для детей, которое стало бы возможностью выработки единого стиля поведения и стратегии воспитания здорового образа жизни ребенка.



Одним из средств решения поставленных задач являются здоровьесберегающие технологии, без которых не обходится педагогический процесс.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования, поддержания обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, родителей и педагогов.



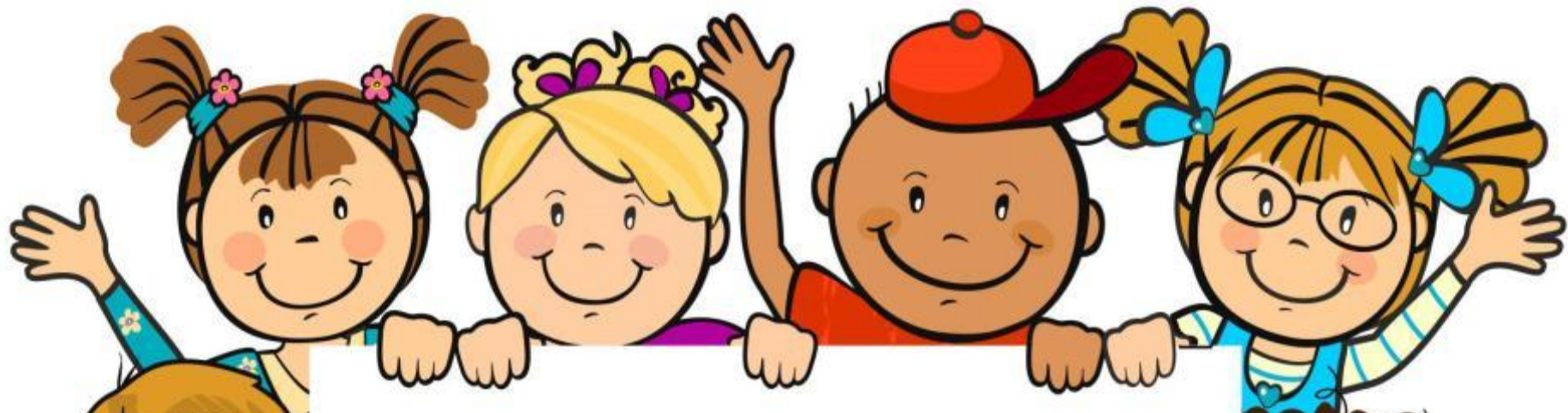


### ***Цели проекта:***

- Формирование у детей младшего дошкольного возраста первоначальных основ здорового образа жизни.
- Сохранение и укрепление здоровья детей через использование здоровьесберегающих технологий.
- Формирование компетентности и активной родительской позиции в вопросах здоровьесбережения детей.



- Формировать знания, умения и навыки детей, необходимые для сохранения и укрепления здоровья.
- Воспитывать у детей привычку к аккуратности и чистоте, прививать культурно – гигиенических навыки и простейшие навыки самообслуживания.
- Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через использование здоровьесберегающих технологий.
- Создать здоровьесберегающую среду в группе.
- Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми, о полезной и вредной пищи, о соблюдении навыков гигиены.
- Познакомить родителей с технологиями и мероприятиями, которые применяются в нашей группе для формирования у детей знаний о ЗОЖ.
- Рассказать о влиянии данных технологий на здоровье детей.



### ***Гипотеза:***

Здоровье детей будет сохраняться, укрепляться и развиваться, а физические качества будут эффективно совершенствоваться при условии, что будет разработана система работы с детьми и их родителями по физическому воспитанию и оздоровлению с использованием здоровьесберегающих технологий.







### ***Ожидаемый результат:***

- У детей будут привиты культурно-гигиенические навыки и простейшие навыки самообслуживания, привычка к аккуратности и чистоте.
- Возникнет интерес и потребность в ежедневных беседах о здоровом образе жизни и о значимости полезной пищи для здоровья человека.
- Сохранение и укрепление здоровья через систему комплексной физкультурно – оздоровительной работы и систематическом применении в пищу лука и витаминотерапии.
- Повысится интерес и активность родителей к вопросам воспитания здорового ребёнка и мотивации к здоровому образу жизни.
- Пополнение здоровьесберегающей среды в группе, обеспечивающей комфортное пребывание ребёнка в ДООУ.







### *Подготовительный этап:*

- ❖ Определение педагогом темы, целей и задач, содержание проекта, прогнозирование результата.
- ❖ Подбор наглядно – дидактических пособий, демонстрационного материала, методической, художественной и научной литературы по теме проекта.
- ❖ Разработка комплексно - тематического плана работы,
- ❖ конспектов занятий, бесед, картотек игр и упражнений.
- ❖ Разработка методических рекомендаций и консультаций для родителей по формированию здорового образа жизни детей .
- ❖ Подготовка семейной гостиной.
- ❖ Подготовка развлечения.

## Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе



**Основной этап реализации  
проекта:**

**Работа с  
детьми**

**Утренняя  
гимнастика**





## Гимнастика пробуждения



(Разработана  
картотека)

*Дорожка  
здоровья*





## Подвижные игры



(Разработана  
картотека)



**Пальчиковая  
гимнастика**



**(Разработана  
картотека)**

## Дыхательная гимнастика



(Разработана  
картотека)



## Самомассаж репейниками



*Я мячом круги катаю,  
Взад-вперед его гоняю.  
Им поглажу я ладошку,  
А потом сожму немножко.*





*Прогулки в зимнем саду*



## Игры в спортзале





## ***Работа по воспитанию культурно гигиенических навыков***

- Формируем привычку следить за своим внешним видом, умение правильно пользоваться мылом, мыть руки, лицо; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться одноразовой салфеткой при насморке.

### ***Мыльные перчатки***



*Намочили мы ладошки,  
Их намылили немножко.*

*В белой пене пузырьки  
Лопаются – погляди!*



**Лодочк**

**и**

*В лодочки-  
ладошки  
Воду наберем,  
Носик, лобик,  
щечки  
Дружно  
сполоснем.*



*Полотенчиком пушистым  
Каждый пальчик вытрём  
чистый!*



## *Работа по воспитанию культурно гигиенических навыков*

- Формируем начальные представления о ценности здоровья, о том, что здоровье начинается с чистоты тела.
- Формируем потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности и чистоты в повседневной жизни.





- Формируем навыки поведения за столом: пользоваться правильно ложкой, не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать за столом, не разговаривать с полным ртом.



*На наших чистых  
ручках  
Микробов больше  
нет.  
Теперь мы можем  
смело  
Принять обед!*

