

- Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
 - Китовский детский сад

Презентация к проекту

Тема: Минутки здоровья



Подготовила: Воспитатель первой квалификационной категории
Васильева Марина Вячеславовна



Проблема.

Высокая простудная заболеваемость в группах.

Низкая работоспособность после дневного сна.



Цель проекта:

Создать бодрое и радостное настроение у детей после пробуждения, а так же повысить уровень здоровья воспитанников путем применения инновационных здоровьесберегающих технологий после дневного сна.

Участники проекта:

дети младшего дошкольного возраста, педагоги, родители воспитанников

Авторы проекта: Васильева Марина
Вячеславовна

Тартина Елена Венеровна



Характеристика проекта

По виду - оздоровительный

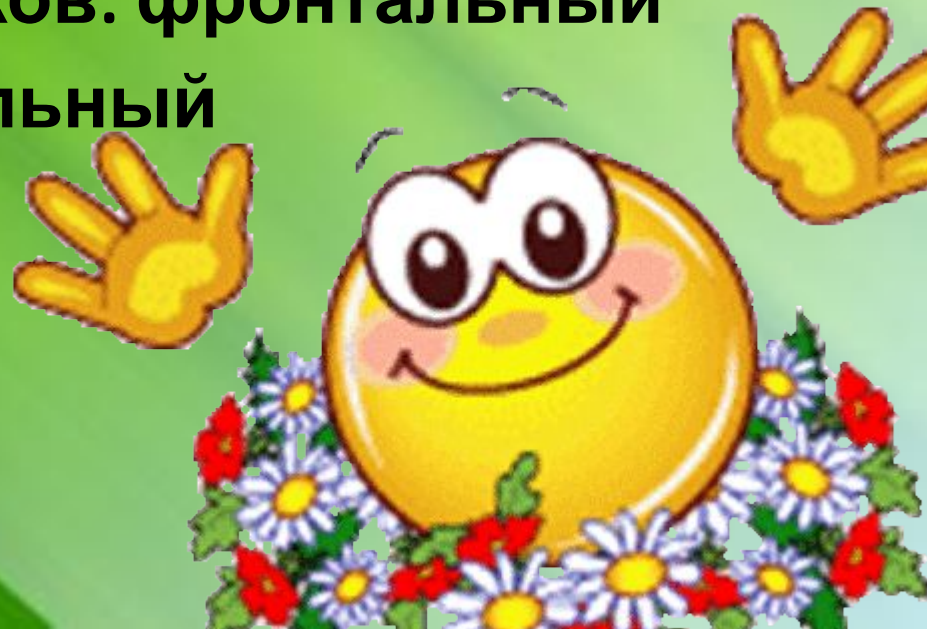
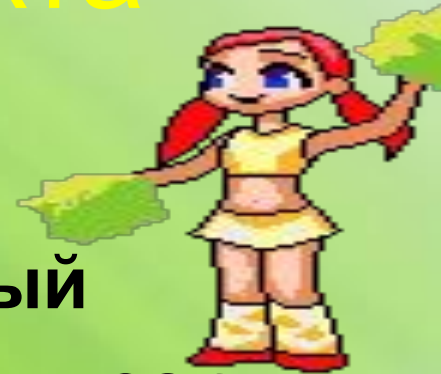
По продолжительности: долгосрочный

По содержанию: социально – педагогический

По характеру контактов: в рамках ДОУ

По количеству участников: фронтальный

По форме - образовательный



Задачи:

Оздоровительные задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами бодрящей гимнастики, дыхательной гимнастики, массажа, самомассажа, закаливания, профилактики плоскостопия;
- формирование правильной осанки, гигиенических навыков.



Образовательные задачи:

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание условий для постепенного пробуждения детей

Воспитательные задачи:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- выработка привычки к соблюдению режима, потребность в гимнастике после дневного сна;
- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности



Ожидаемый результат:

- формирование у детей навыка «активного просыпания»;
- повышение интереса к физическим упражнениям, управлению собственным телом;
- просвещение родителей и организация совместной работы по формированию у воспитанников имиджа здорового образа жизни;
- сближение с семьями воспитанников;
- обобщение и распространение результатов работы среди педагогических работников ДОУ;
- снижение уровня заболеваемости

Перспектива – продолжение работы в данном направлении в средней группе



1 этап – подготовительная работа (сентябрь)

1. Заседание творческой группы
2. Анкетирование родителей на тему «О здоровье всерьез»
3. Подбор и изучение литературы по теме
4. Оформление нетрадиционного спортивного оборудования.
5. Анализ заболеваемости детей на начало учебного года.
6. Разработка комплексов гимнастики после дневного сна, включая упражнения на профилактику плоскостопия и нарушения осанки, подбор игровых массажей стоп и лица, самомассажей, подбор комплекса дыхательной гимнастики.



2 этап – Практический (октябрь – апрель)

Сотрудничество с семьей:

- Выпуск консультации «На зарядку становись»
- Ширма «Гимнастика для профилактики плоскостопия»
- Папка-передвижка «Чтобы расти здоровым»
- Оформление фотостенда «Развиваясь с каждым днем – мы здоровыми растем»
- Изготовление массажных ковриков и дорожек, ковриков для ходьбы и упражнений дома и в детском саду.
- Выставка нетрадиционного спортивного оборудования



2 этап – Практический (октябрь – апрель)

Работа с детьми:

- Овладение гимнастикой пробуждения и дыхательной гимнастикой
- Обучение детей навыкам самомассажа
- Ежедневные физические упражнения с использованием нестандартного оборудования для профилактики плоскостопия
- Использование художественного слова, способствующего повышению интересов детей к данной деятельности



3 этап – Заключительный (май)

- Сравнительный анализ заболеваемости на начало и конец учебного года
- Презентация проекта на родительском собрании «Здоровье в наших руках»
- Обмен опытом работы участников проекта на педагогическом совете
- Выражение благодарности родителям



Стрейч -
гимнастика

Ходьба по
корректирующим
дорожкам

Игровой стретчинг

Профилактика
плоскостопия

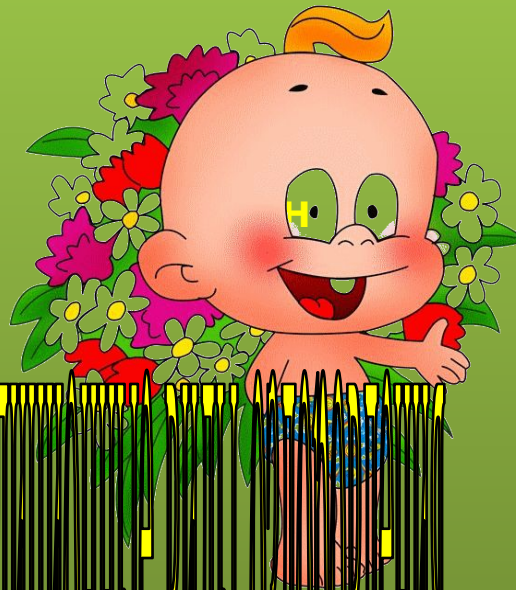
Взаимомассаж

Босоножье

Массаж тела, рук,
ног

Точечный массаж

Обширное
умывание



Стрейч - гимнастика

Вот и проснулись.
Где были? В сказке?
Выспались щечки,
Выспались глазки,
Выспались ушки,
Выспались ножки,
Доброе утро,
милые крошки!



Ходьба по корректирующим дорожкам



**По дорожкам мы шагаем,
Наши мышцы развиваем**



Профилактика плоскостопия

**Ваше здоровье –
в ваших ногах**



Профилактика плоскостопия

Ваше здоровье –
в ваших ногах



Профилактика плоскостопия

Ногу на ногу кладем,
И стопу свою берем,
Чтобы ножки нам размять
Мы их будем растирать



Массаж тела, рук, ног

Эй, ребята, все ко
мне,
Кто стоит там в
стороне?
А ну, быстреей лови
кураж
И начинай игру
массаж



Массаж тела, рук, ног





Точечный массаж



**Ищем пальчиком кружочек,
Нажимаем на звоночек,
Девять раз вращаем влево,
Выгоняем вирус смело.
Девять раз вращаем вправо,
Удирает вирус. Bravo!**

Нетрадиционное оборудование



- Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
 - Китовский детский сад

Презентация к проекту

Тема: Минутки здоровья



Подготовила: Воспитатель первой квалификационной категории
Васильева Марина Вячеславовна

спасибо за внимание!

