

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 129  
муниципального образования  
Люберецкий муниципальный район Московской области*

# Проект «Небольшая- ценности здорового образа жизни»



Авторы : Сульдина Д. А.  
Яцкова О. А

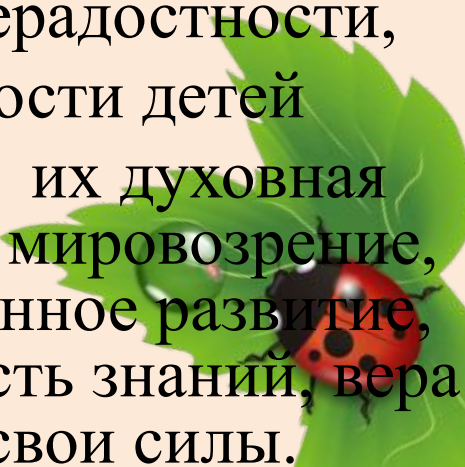



# В.А.Сухомлинский

«Забота о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил...

Это, прежде всего забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и «венцом» этой гармонии является радость творчества»

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



A colorful illustration featuring four children and a yellow character. In the top left, a yellow, round character with a smiling face and a blue arm is waving. Below it, three children with blonde hair and pigtails are peeking over a large, light-yellow, rounded rectangular sign. The child in the center is a boy with a blue shirt, flanked by two girls. A small yellow teddy bear is visible behind the girl on the right. The background is a solid orange color with a white dashed border around the sign.

Для грамотного подхода к решению задач по здоровьесбережению, составлен долгосрочный проект «Ценности здорового образа жизни»

# Актуальность



В связи с ухудшающимся уровнем здоровья воспитанников, существует необходимость организации с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания.



# Цель:


Воспитание психофизически здорового, интеллектуально развитого, социально активного ребенка.


# Задачи:

- - сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье детей;
- - формировать начальные представления о здоровом образе жизни;
- - обеспечить психофизическое благополучие детей и формировать сознательное отношение к собственному здоровью;
- - создать развивающую предметную среды ДООУ, благоприятную атмосферу;
- - развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- - воспитывать желание быть здоровым;
- - формировать у родителей и воспитанников ответственность за сохранение и укрепление здоровья;
- - воспитывать добрые чувства, эмоциональную отзывчивость, умения различать эмоциональные состояния и настроения окружающих людей.



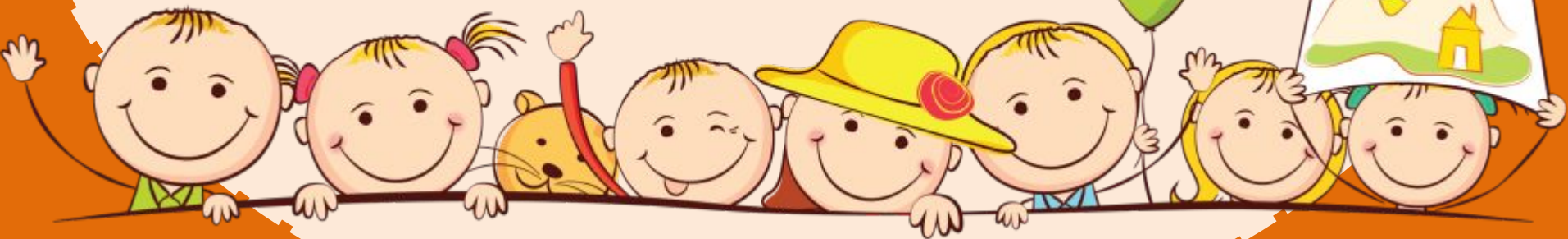
# Ожидаемые результаты

- 
- - организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе;
  - - снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;
  - - сформированность гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни (умения соблюдать режим дня, знания о правильном питании и витаминах и т.п.);
  - - активная помощь и заинтересованность родителей в организации работы по оздоровлению детей.



# Проект реализуется через следующие разделы

- укрепление материально – технической базы ДОУ
- работа с детьми
- работа с педагогами
- работа с родителями







# Работа с детьми

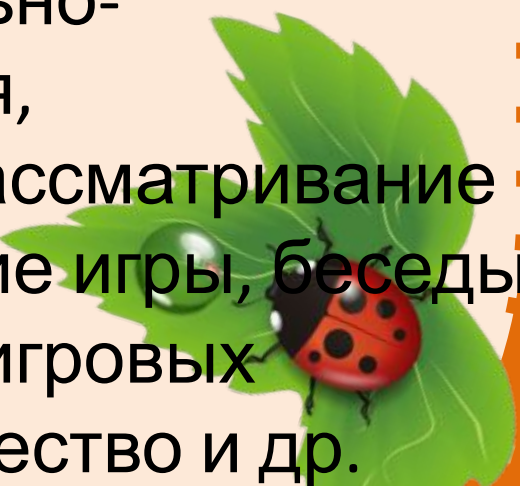
- Диагностика;
- полноценное питание;
- система закаливания;
- организация двигательной активности;
- создание условий организации оздоровительных режимов;
- создание представлений о здоровом образе жизни.





# Виды деятельности

игровая, продуктивная, музыкально-художественная, познавательная, конструктивная деятельность; рассматривание иллюстраций, книг; дидактические игры, беседы с детьми, решение проблемных игровых ситуаций, художественное творчество и др.



# Здоровьесберегающие технологии,

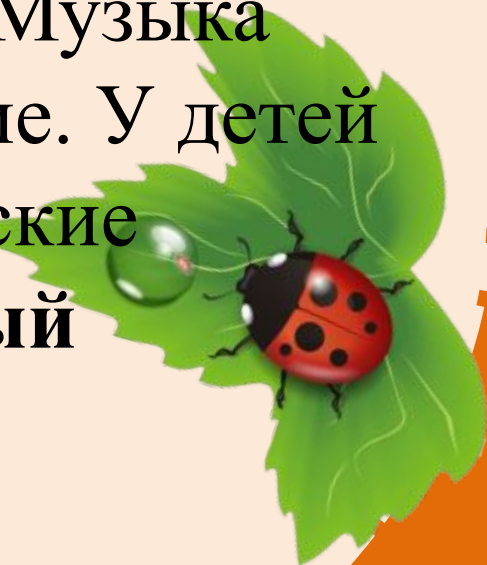
## используемые в ДОУ

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Занятия из серии «Здоровье»
- Самомассаж
- Активный отдых
- Коммуникативные игры



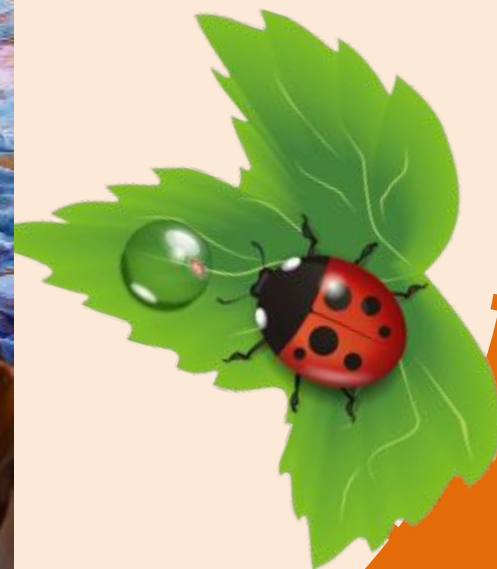
# Утренняя гимнастика


**Проводится** ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки. **Ответственный исполнитель:** воспитатели.



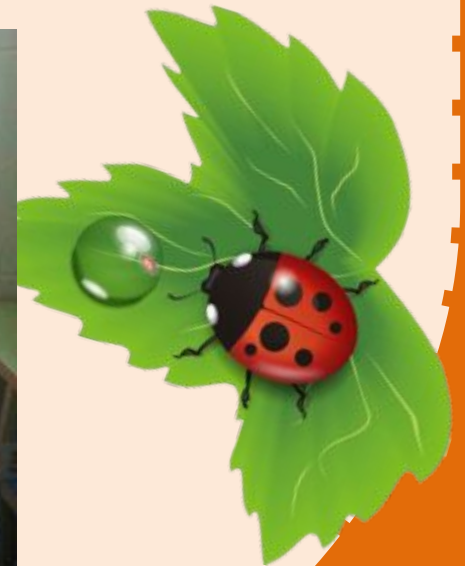


# Бодрящая гимнастика





**Да здравствует  
мыло душистое!!!**



# Методические


# рекомендации по

# оздоровлению

- Привитие дошкольникам чувства ответственности за свое здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Обучение дошкольников приемам личной самодиагностики, регуляции
- Беседы.
- Психологические тренинги.





A bright yellow sun with a smiling face, blue eyes, and rosy cheeks, positioned in the top left corner of the slide.

# Взаимодействие с родителями

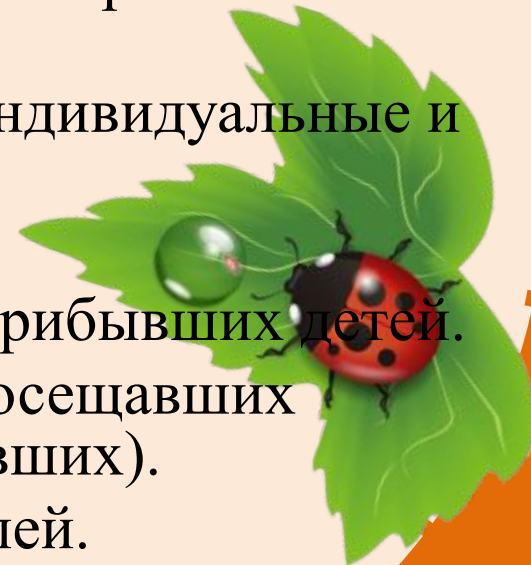
Детский сад и семья – вот две основные социальные структуры, которые главным образом определяют уровень здоровья ребенка.



# Работа с родителями

Рекомендуется использовать следующие формы работы с родителями:

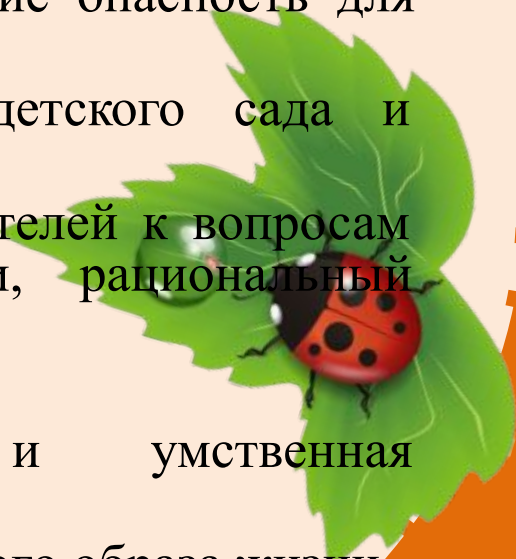
- 1) Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
- 2) Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- 3) Дни открытых дверей.
- 4) Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших детей.
- 5) Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
- 6) Совместные занятия для детей и родителей.
- 7) Организация совместных дел.



# Результаты

## реализации проекта

- Снизилось количество наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
- Снизились поведенческие риски, представляющие опасность для здоровья.
- Повысилась заинтересованность работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- Повысилось внимание дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
- Снизилось психоэмоциональное напряжение.
- Повысилась двигательная активность и умственная работоспособность.
- Сформировались необходимые знания для здорового образа жизни.

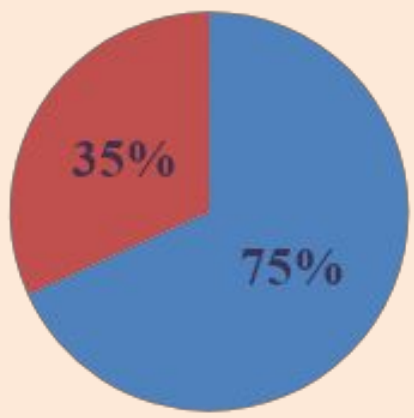




□ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □

■ начало года  
■ конец года



## Деятельность

### Проведены:

- мониторинг здоровья воспитанников;
- обследование жилищно-бытовых условий;
- анкетирование родителей;
- диагностическое обследование


### По результатам созданы :

- Комплекс физкультминуток, утренней и бодрящей гимнастики

### Планируем создать:

- «Паспорт здоровья группы».
- «Дневник здоровья воспитанника».





**Будьте здоровы и  
всегда помните  
слова Сократа:**


*"Здоровье не всё, но всё  
без здоровья - ничто"*



# Литература

- Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» - М., «Скрипторий 2003», 2010.
- Лободин В.Т., Федоренко А.Д., Александрова Г.В. «В стране здоровья» - М., «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2011.
- Музова О.В «Физкультурно-оздоровительная работа  
Комплексное планирование по программе под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. Младший, средний, старший дошкольный возраст»- Волгоград, Учитель, 2011.
- Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников»- М., Гном, 2003.
- Шебеко Н.В. «Вариативные физкультурные занятия в детском саду»- М., Изд-во Института Психотерапии, 2003.
- Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» - М., «Сфера», 2008.
- 



A colorful illustration of four children and a teddy bear. In the top left, a smiling yellow sun with a face waves. Below it, a girl with blonde pigtails and red hair ties looks over the sign. In the center, a boy with blonde hair and a blue shirt smiles. To his right, a girl with blonde pigtails and pink hair ties looks over the sign. A small yellow teddy bear is visible between the boy and the girl on the right. At the bottom left, another child's head is visible, also looking over the sign. The sign is a large, light yellow, rounded rectangle with a dark brown border. The background is a solid orange color.

**Спасибо за  
внимание !**