

*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

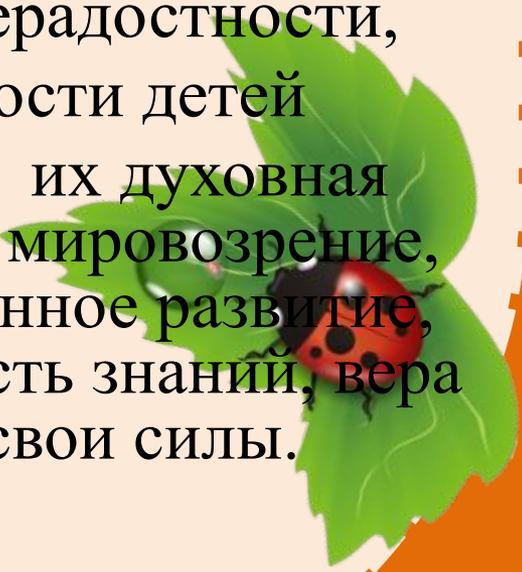


# В.А.Сухомлинский

«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.



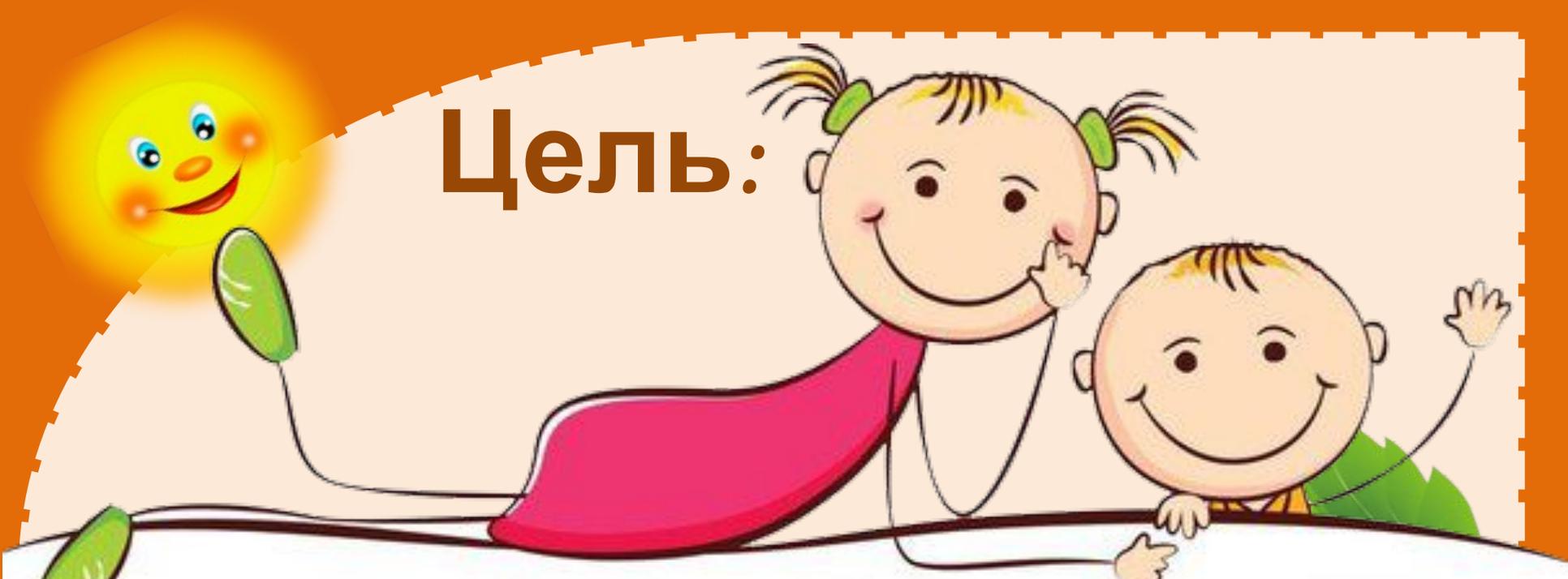
A colorful illustration featuring four children and a yellow character. At the top left, a yellow character with a smiling face and a blue arm is waving. Below it, three children with blonde hair and pigtails are peeking over a large, light-yellow, rounded rectangular sign. The child in the center is a boy, and the two on either side are girls. A small yellow teddy bear is visible behind the boy. 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.



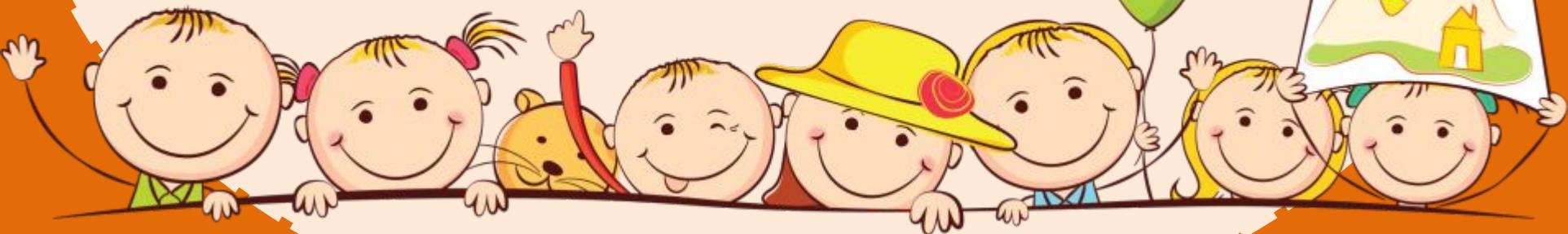
# Ожидаемые результаты

- 
- - 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

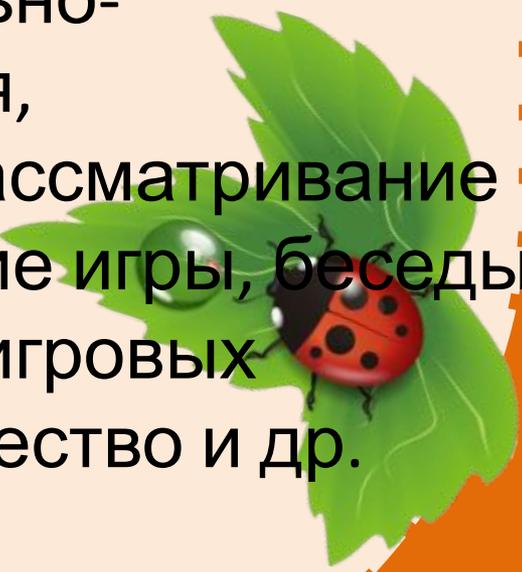
- Диагностика;
- полноценное питание;
- система закаливания;
- организация двигательной активности;
- создание условий организации оздоровительных режимов;
- создание представлений о здоровом образе жизни.





# 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

4. Технологии обучения здоровому образу жизни:

- 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.

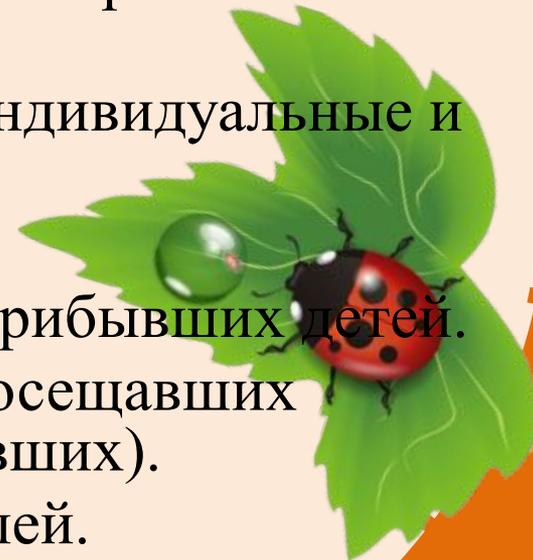




# Работа с родителями

Рекомендуется использовать следующие формы работы с родителями:

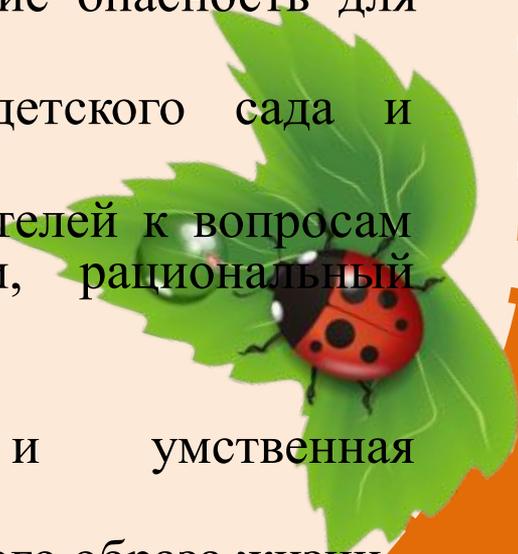
- 1) Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
- 2) Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- 3) Дни открытых дверей.
- 4) Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших детей.
- 5) Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное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

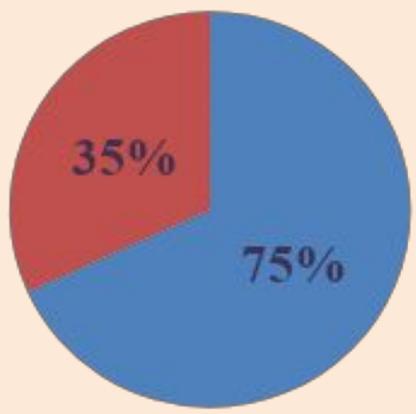




□ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □

■ 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 peeking out from behind the sign. 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 !**