

«МКДОУ Елань-Коленовский детский сад общеразвивающего вида № 1»

В стране «Здоровячков»

***Проектная деятельность в разновозрастной группе
№3 «Бабочка»***



Воспитатель Стремкова Н.С.

**Цель: повысить
эффективность
здоровьеориентированн
ой деятельности,
формирование ценности
здорового образа жизни.**



Направления работы

Лечебно-
профилактичес-
кая
деятельность

Образователь-
но-
оздоровительн-
ая
деятельность

Санитарно-
оздоровительн-
ые
мероприятия

Пути реализации

Обследование
детей
Закаливание
Оздоровление
фитонцидами
Витамиотерапия
Коррекционная
работа

Утренняя гимнастика
Двигательные
разминки
Оздоровительный
бег
Походы
Гимнастика после
дневного сна
Различные формы
Физкультурной
деятельности
Охрана психического
здоровья

Укрепление
материально-
технической базы
Выполнение
санитарно-
гигиенического
режима.

Результат: Организация здоровьесберегающей среды
Внедрение эффективных технологий и методик оздоровления.
Улучшение соматических показателей здоровья дошкольников.

Задачи :

Оздоровительные

- 1 Сохранять и укреплять здоровье детей.
- 2 Содействовать правильному физическому и психическому развитию детского организма.
- 3 Повышать умственную и физическую работоспособность

Развивающие

- 1 Развивать двигательные способности детей и физические качества.
- 2 Формировать навыки правильного выполнения упражнений.

Образовательные

- 1 Обогащение знаний детей о своём организме, здоровье, о путях его укрепления, сохранения, ответственного отношения.

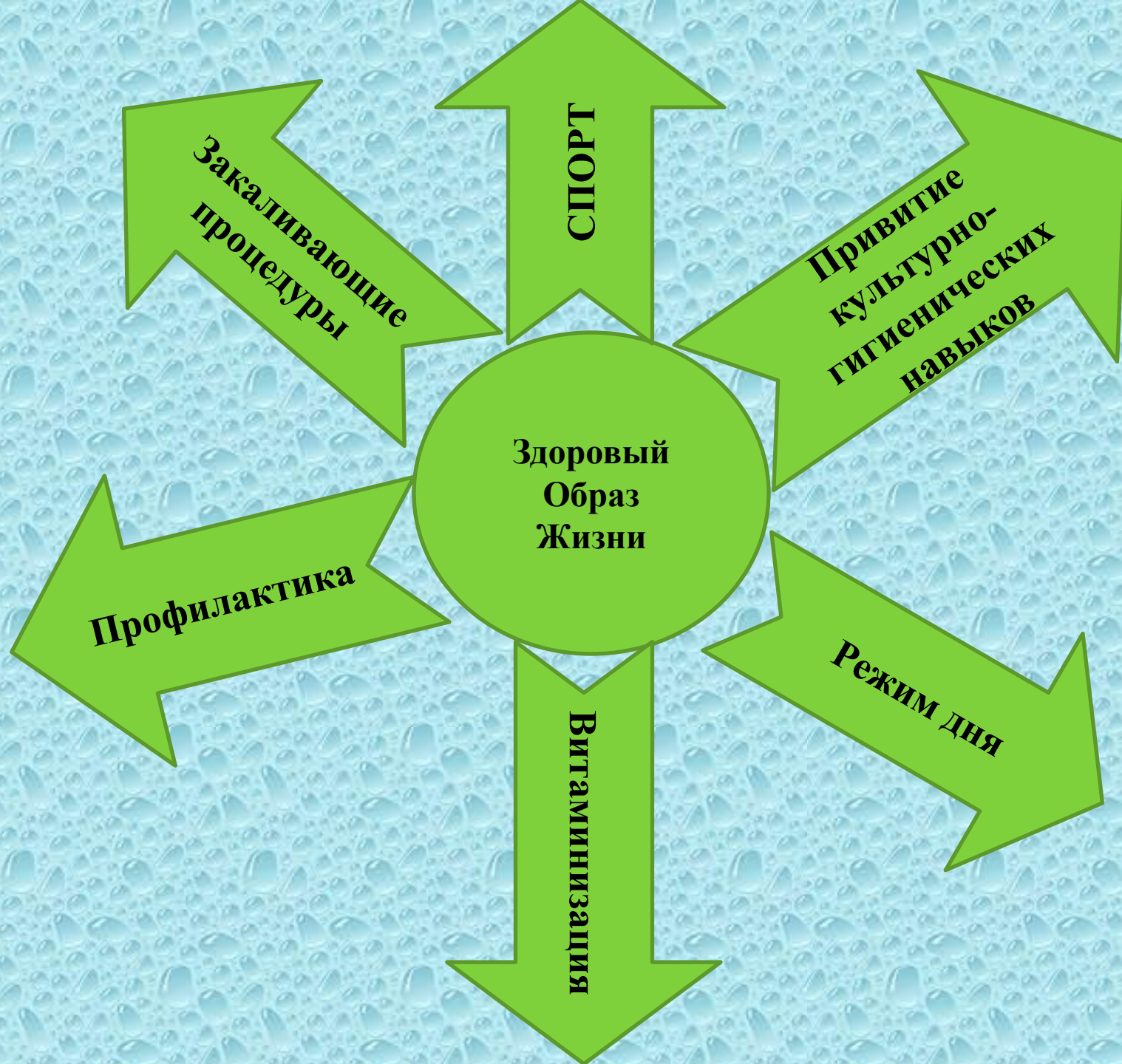
Воспитательные

- 1 Воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности детей.
- 2 Воспитание чувства уверенности.

Здоровье - это состояние полного физического и социального благополучия человека.

Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Здоровьесберегающий процесс - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей дошкольного возраста и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьеобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.



Привитие культурно-гигиенических навыков

*Рано утром каждый день
Умываться нам не лень
Зубы, волосы, ногти и уши
Почистим, помоем мы и посушим
С мылом, расческой, шампунем и пастой
Будешь ты чистым, пушистым, гривастым.*



ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

*Постоянно нужно есть
Для зубов для ваших
Фрукты, овощи, омлет,
Творог, простоквашу.*



ВИТАМИНИЗАЦИЯ

*У малыотки-дочки,
Аленькие щечки.*

*Потому что, витамины
Каждый день в меню Ирины.*

*Сок в стакане и компот
Регулярно дочка пьет.*

*У Ирины на лице
Витамины А, В, С.*



Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников.

К ним относятся:

- **развитие физических качеств;**
- **двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;**
- **закаливание (соблюдение температурного режима в течение дня, соблюдение сезонной одежды во время прогулок, учитывая индивидуальное состояние здоровья детей, мытье прохладной водой рук по локоть...);**
- **дыхательная гимнастика;**
- **массаж и самомассаж;**
- **профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки;**
- **воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье .**



Формы организации здоровьесберегающей работы:

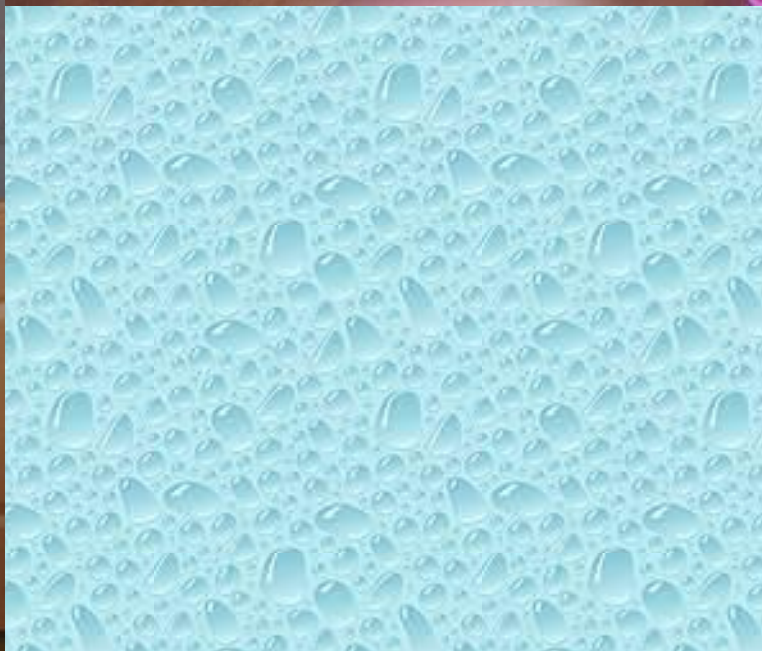
- физкультурные занятия проходят 3 раза в неделю (20 мин.).



- **самостоятельная двигательная деятельность детей; звуковая гимнастика**
- **подвижные игры** – игры с элементами бега, прыжков, лазанья – способствуют укреплению многих систем организма (сердечной, дыхательной, опорно - двигательной) развитию двигательной активности.
- **динамические паузы** (физкультминутки, рекомендуются в качестве профилактики при утомлении. Проводятся во время занятий, 2-5 мин.)
- **утренняя гимнастика** (традиционная)

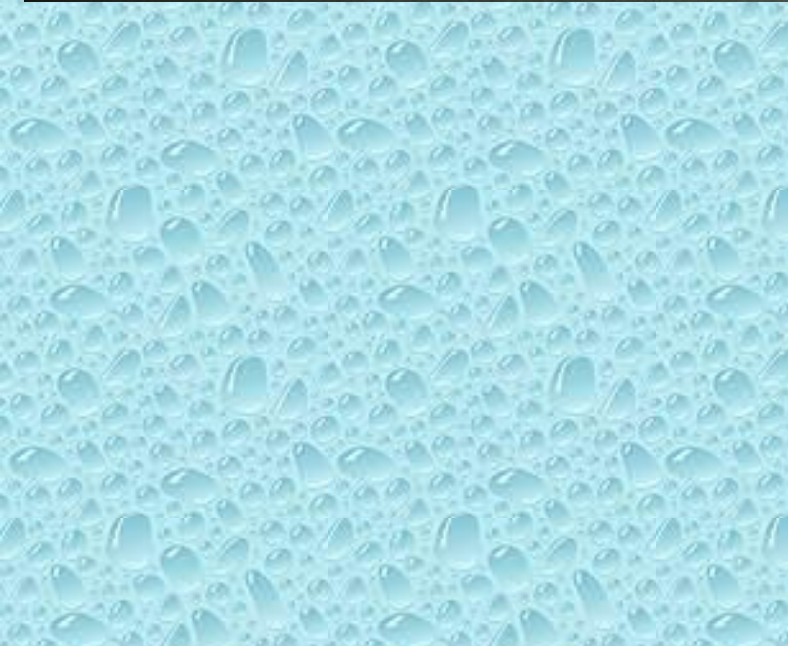
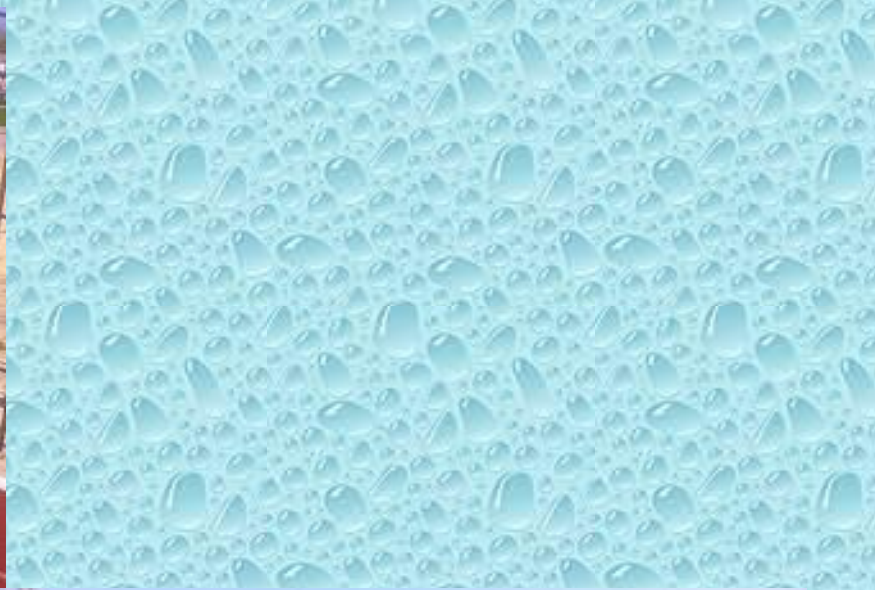


- **пальчиковая гимнастика** – для развития мелкой моторики рук, способствующей развитию, мозговых центров речи.



Прогулки.





- **Дорожка здоровья** (проводится ежедневно до и после дневного сна босиком);



**Температура воздуха в спальне детского сада
никогда и ни при каких обстоятельствах не
должна превышать 22 °С.**



- **Элементы игрового массажа, самомассажа.**



- **Дыхательная гимнастика** – гимнастика, способствующая правильному развитию дыхания, умение регулировать частоту, глубину вдохов и выдохов. Развивать умение с помощью дыхания сохранять и укреплять свое здоровье.

Рисунок на окне

Ребенок выдыхает на стекло или зеркало так, чтобы оно затуманилось, после чего пальцем рисует на нем заданную фигурку.

Снегопад

Сделать «снежинки»- маленькие комочки ваты или бумаги. Просим малыша устроить снегопад – класть «снежинки» на ладонь и сдувать их.

Бабочки

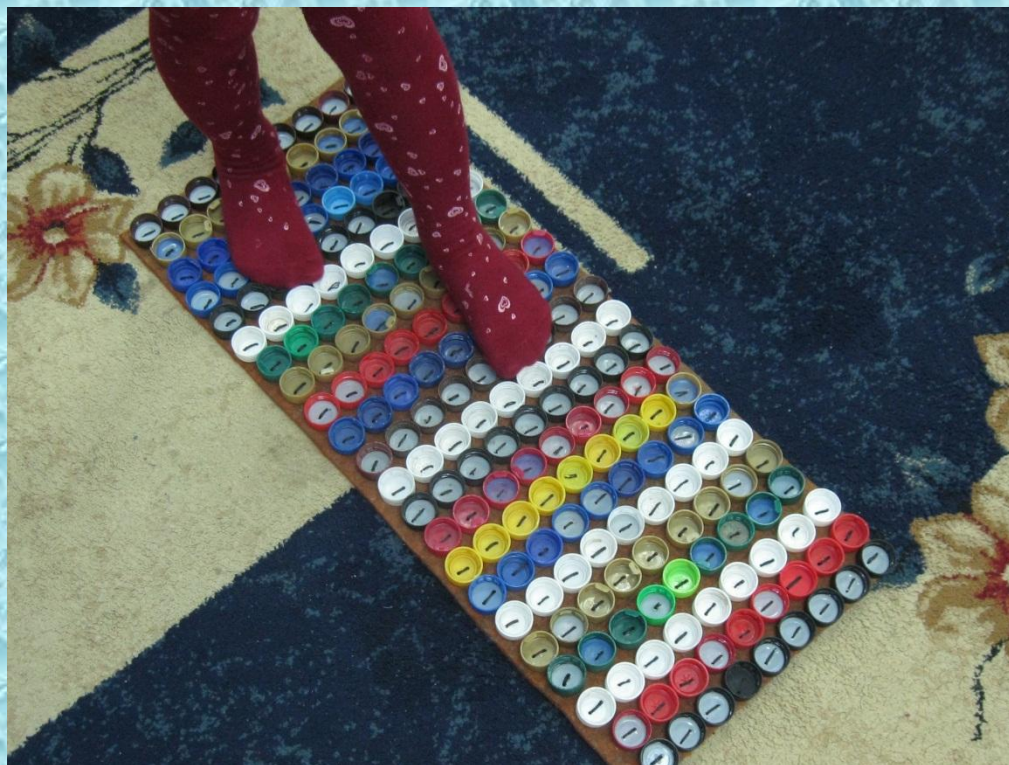
Вырезать из бумаги маленьких бабочек и повесить их на нитках. Предложить ребенку дуть на бабочек так, чтобы они летали



Зрительная гимнастика – для глаз, помогает укреплять мышцы глаз, развивать остроту, боковое зрение, восприятие. Проводится в любое свободное время.



- **Профилактика** сохранения правильной осанки и плоскостопия – с помощью традиционного и нетрадиционного спорт инвентаря.



Наряду с традиционными технологиями в ДОУ используются и нетрадиционные.

- **Технологии музыкального воздействия** – вставляются в различных формах физкультурно-оздоровительной работы, в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий - для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.



- **Ритмопластика**- развивает чувство ритма, музыкальный слух и вкус, умение правильно и красиво двигаться, умение чувствовать и передавать характер музыки, укрепляет различные группы мышц и осанку.



- **Сказкотерапия –используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.**



**Двери в сказку
открываем,
В мир волшебный
попадаем!**

Десять золотых правил здоровья сбережения:

- *Соблюдайте режим дня!*
- *Больше двигайтесь!*
- *Обращайте больше внимания на питание!*
- *Спите в прохладной комнате!*
- *Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!*
- *Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!*
- *Гоните прочь уныние и хандру!*
- *Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!*
- *Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!*
- *Желайте себе и окружающим только добра!*

. Организованная образовательная деятельность оздоровительно-педагогического характера проводится систематически и комплексно

• Результат:

- У детей сформированы навыки здорового образа жизни.**
- Улучшены соматические показатели физической подготовленности детей.**
- Сформирована гигиеническая культура, наличие потребности в здоровом образе жизни.**
- Сформирована активная жизненная позиция.**
- Заметно снижен процент заболеваемости детей.**
- Повышена компетентность родителей в вопросах здоровья и физического развития.**
- Развита активность родителей в жизнедеятельности группы.**

- **ОСНОВНОЙ ПРИЧИНОЙ УСПЕШНОЙ РАБОТЫ В ДАННОМ НАПРАВЛЕНИИ МОЖЕТ ЯВЛЯТЬСЯ ТОЛЬКО НАЛИЧИЕ СИСТЕМНОСТИ.**

- **Творческих всем успехов!**

