



## Проект

**«Здоровый образ жизни  
в ДОУ и семье»**

## **Этапы реализации проекта:**

### **1 этап- Подготовительный**

**Цель:** Изучение возможностей и потребностей педагогического коллектива и родителей по оздоровлению детей.

#### **Задачи:**

Проанализировать характер лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий;

Изучить возможности качественной реализации мероприятий в системе образовательного процесса;

Изучить потребности родителей и возможные ресурсы детского сада в оздоровлении детей;

Осуществить отбор критериев мониторинга эксперимента

## **2 этап**

**Цель:** Создание условий для психологического комфорта и сохранения здоровья детей.

### **Задачи:**

Создать и поддерживать условия для творческой работы педагогов;

Разработать комплексы утренней гимнастики

Разработать комплексы гимнастики пробуждения

Разработать комплексы дыхательной гимнастики

Разработать занятия с включением здоровьесберегающего компонента

### 3 этап

**Цель:** Совершенствование результатов проекта.

**Задачи:**

- Содействовать развитию физических, творческих, возможностей детей;
- Развивать познавательную активность дошкольников;
- Активно вовлекать в работу родителей по формированию навыков здорового образа жизни;

**Содержание 3 этапа:**

- ✓ Итоговый мониторинг;
- ✓ Обобщение опыта педагогов;
- ✓ Презентация проделанной работы;
- ✓ Выпуск методических рекомендаций для педагогов и родителей.

## Формы и методы работы:

### Работа с детьми

#### *ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА*

- Утренняя гимнастика
- Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья», воздушное контрастное закаливание, точечный массаж
- Утренняя гимнастика под музыкальным сопровождением.
- Ежедневные прогулки с двигательной активностью детей
- В течение проекта



## Работа с родителями

### Задачи:

Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми;

Расширять знания родителей о физических умениях и навыках детей;

Способствовать созданию активной позиции родителей в совместной оздоровительной деятельности в ДОУ;

Заинтересовать родителей в укреплении здорового образа жизни в семье.

Содержание деятельности с родителями



Простой и действенный рецепт:  
чтобы ребенок был здоров, его нужно целовать и обнимать!