

**Муниципальное автономное  
дошкольное образовательное  
учреждение  
детский сад № 373 «Скворушка»**

**Педагогический проект на тему:**  
**Современные**  
**здоровьесберегающие**  
**технологии в детском саду**





**Презентацию подготовили  
воспитатели:**

**Чепелова Вероника Викторовна  
Сугоняк Мария Владимировна**

**Срок осуществления проекта:**  
*сентябрь 2016 – февраль 2017 г.*

**Продолжительность проекта**  
*долгосрочный - 6 месяцев*



A vibrant spring scene featuring a large tree branch with pink cherry blossoms at the top. The background is a soft, hazy landscape with green hills, a bright sun, and several colorful butterflies (orange, purple, and pink) fluttering around. The text is centered in a blue, italicized font.

*«Детям совершенно так же, как и  
взрослым, хочется быть  
здоровыми и сильными, только  
дети не знают, что для этого  
надо делать. Объясни им, и они  
будут беречься»*

*Януш Корчак*

A small, stylized illustration in the bottom right corner showing a house with a red roof and a chimney, surrounded by various trees and plants in shades of pink, green, and blue.

## **ТИП ПРОЕКТА:**

**ПО СОСТАВУ УЧАСТНИКОВ – ГРУППОВОЙ  
УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА:**

- ДЕТИ ГРУППЫ «ФИАЛОЧКА»,**
- РОДИТЕЛИ,**
- ВОСПИТАТЕЛИ,**
- МЕДСЕСТРА,**
- ФИЗ. РУКОВОДИТЕЛЬ,**
- ПСИХОЛОГ.**

**ЦЕЛЬ:** ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О  
ЦЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ, (ВЫЗВАТЬ ЖЕЛАНИЕ ВЕСТИ  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.  
ОБЕСПЕЧИТЬ ОПТИМАЛЬНЫЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ)



## **ЗАДАЧИ ПРОЕКТА**

- **сохранить здоровье детей и повысить их двигательную активность и умственную работоспособность ;**
- **создать адекватные условия для развития, обучения, оздоровления детей;**
- **создать положительный эмоциональный настрой и снятие психоэмоционального напряжения;**
- **воспитывать бережное отношение к своему здоровью.**



# **ЭТАПЫ ПРОЕКТА:**

## **I ЭТАП ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ –**

**Сбор информации**

## **II ЭТАП ОСНОВНОЙ –**

**Пополнение пространственно-развивающей среды ФИЗ.уголка, коррекционный час, беседы, викторины, спортивный праздник, консультации, папки-передвижки, буклеты для родителей о здоровом образе жизни, изготовление карточек подвижных игр, подборка дыхательной, зрительной, гимнастики, гимнастики после сна, гимнастики мячиками Су-Джок, проведение часа релаксации и ароматерапии, организация выставки детских рисунков на тему «Спорт»**

## **III ЭТАП ЗАВЕРШАЮЩИЙ –**

**Проведение в феврале 2017года спортивного**



## **ХОД РАБОТЫ НАД ПРОЕКТОМ**

### **1-й этап: подготовительный**

- **Анализ исходного состояния здоровья, физического развития**
- **Анализ физической подготовленности детей, их валеологических умений**
- **Анализ навыков, а также здоровьесберегающей среды в группе.**
- **Разработка примерных конспектов занятий;**

## «Работа с родителями»

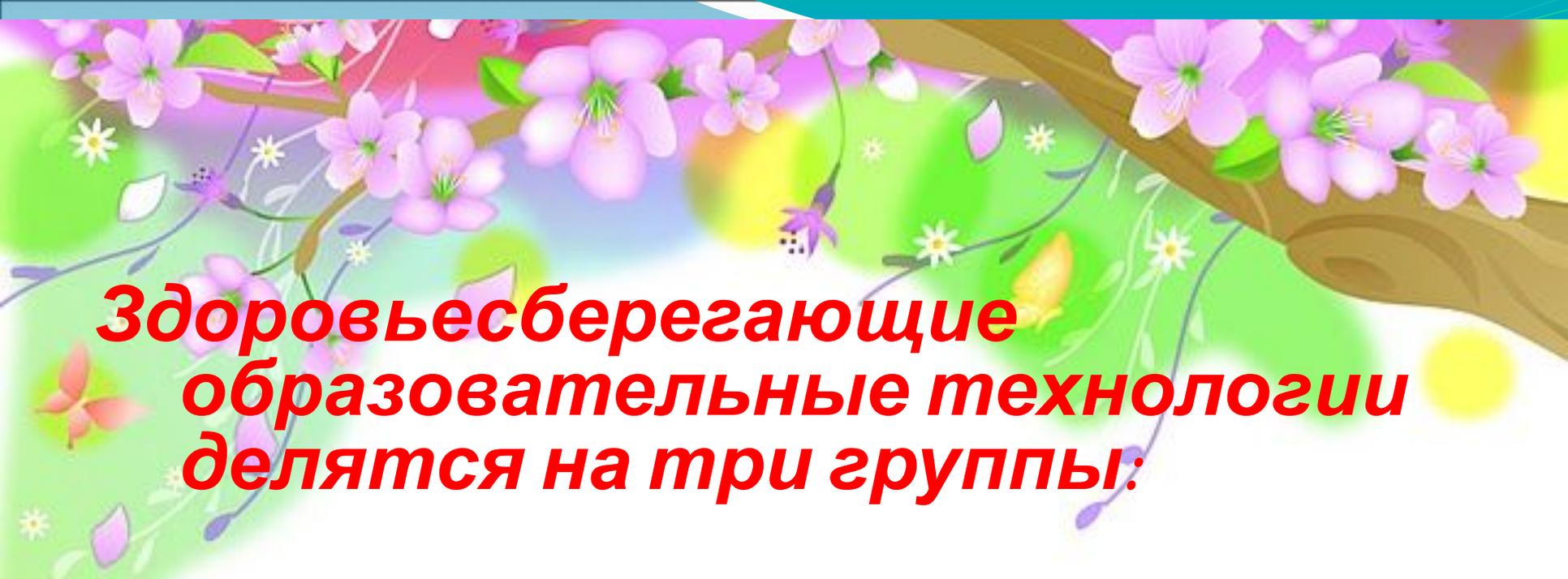
- Анкетирование;
- Индивидуальные беседы с родителями;
- Информирование о дополнительных услугах в режиме ДООУ (кружок «Крепыши», кислородный коктейль, биомороженое);
- Буклет для родителей «Здоровый образ жизни», «Правильное питание»;
- Папка-раскладушка «Как защититься от гриппа»;
- Конкурс на лучшую дидактическую игру «Спорт» своими руками;
- Конкурс на лучший атрибут в спортивный уголок.
- Викторина «Что мы знаем о спорте»



## 2-й этап: непосредственная деятельность по проекту

- **Беседа с Доктором Айболитом;**
- **Проведение экскурсий в медицинский кабинет;**
- **Беседа с врачом «Как быть здоровым»;**
- **Выставка детских рисунков «Спорт – это жизнь»;**
- **Фото стенд «Будущие ОЛИМПИЙЦЫ»;**
- **Создание «Полочки здоровья»**
- **Создание предметно-развивающей среды;**
- **Чтение художественной литературы о здоровье и гигиене;**
- **Организация здоровьесберегающего образовательного пространства**





**Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы:**

- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья**
  - 2. Технологии обучения здоровому образу жизни**
  - 3. Коррекционные технологии.**
- 

# Технологии сохранения и стимулирования

- Подвижные и спортивные игры ;
- Полоскания полости рта и горла отваром трав;
- Час здоровья после сна;
- Употребление чеснока и лука во время обеда
- Су-джок терапия;
- Релаксация;
- Ароматерапия;
- Профилактика детских страхов
- Физкультурно-оздоровительные занятия;
- Гимнастика пальчиковая;
- Гимнастика для глаз;
- Гимнастика дыхательная



# **Коррекционные технологии**

- **Сказкотерапия**
- **Музыкотерапия**
- **Релаксация**
- **Профилактика детских страхов**
- **Взаимодействие с психологом**



# Дыхательная гимнастика

- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани
- Улучшает дренажную функцию бронхов; - восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- Способствует восстановлению нормального кровотока и лимфоциркуляции
- Повышает сопротивляемость



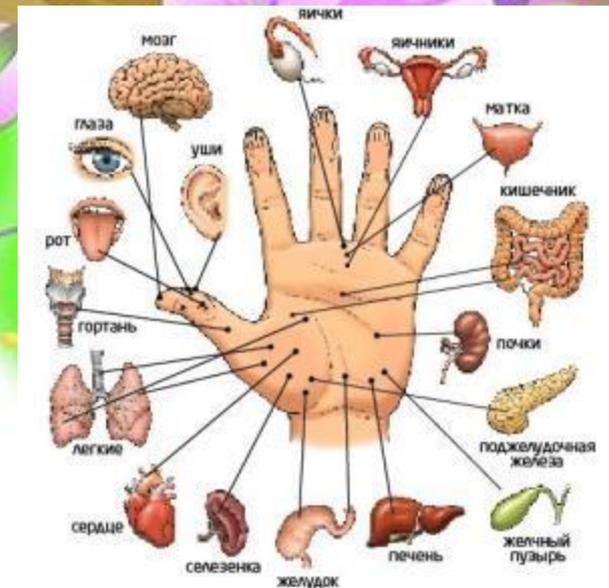
# Ароматерапия

- Ароматические вещества, такие как эфирные масла – сильнейшие антисептики, поэтому их резонно использовать в детских учреждениях.
- Во время гриппа и эпидемий ОРВИ целесообразны сосны, пихты, эвкалипта, кедра. Они оказывают антисептическое воздействие на дыхательную, и стимулирующее – на иммунную систему



# Су-Джок терапия

- Воздействует на биологически активные точки организма
- Стимулирует речевые зоны коры головного мозга
- Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом
- Развивает мелкую моторику рук



# Час здоровья



# Профилактика плоскостопия



# **Полоскание полости рта и горла отваром трав**

**Полоскание ромашкой  
назначают для профилактики  
заболеваний полости рта.**



# Точечный массаж и самомассаж



- Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье
- Является профилактикой простудных заболеваний
- Повышает жизненный тонус у детей
- Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь

# «Мы настоящие доктора»



# Гимнастика для глаз



- Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз
- Укрепляет мышцы глаз
- Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на





*Игры на  
профилактику  
детских страхов*



# Релаксация

- Учит детей расслабляться
- Способствует концентрации внимания
- Помогает снять напряжение
- Учит детей слушать музыку
- Развивает воображение
- Снимает возбуждение



# Музыкотерапия

- Музыкальная сказка перед сном повышает иммунитет детей
- Снимает напряжение и раздражительность
- Снимает сезонные боли

Музыкотерапия - одно из наиболее интересных и пока малоисследованных направлений традиционной медицины.



*«Я здоровьем дорожу,  
с витаминами дружу»*

*Кафе «Витаминка»*

*«Угадай, что это?»*

*(пробуем овощи и фрукты  
на вкус)*



# Беседа «Зачем нужно есть овощи и фрукты»



# ● Занятие с психологом



# Спортивный праздник «Мы со спортом крепко»



# Спортивная викторина «Что мы знаем о спорте» (участники викторины дети группы «Фиалочка» и группа «...»)



**Беседа с врачом , мамой  
Ярослава Артюшина , «Как  
быть здоровым»;**



# « В здоровом теле – здоровый дух»



# Оформление спортивного





# Выставка детских рисунков на тему «Спорт»





# • Оформление родительского уголка на тему: «Современные здоровьесберегающие технологии в детском саду»:

- Анкетирование
- Консультации,
- Папки-передвижки
- Буклеты



# Изготовление дидактических игр на тему «Спорт»





# **Шесть золотых правил здоровьесбережения:**

- Соблюдайте режим дня!**
- Обращайте больше внимания на питание!**
- Больше двигайтесь!**
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!**
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!**
- Желайте себе и окружающим только добра!**



A vibrant spring scene featuring a large tree branch with pink cherry blossoms and green leaves at the top. The background is a soft-focus green field with a bright yellow sun in the upper right. In the bottom right corner, there is a small illustration of a village with colorful houses and stylized trees.

**Здоровье ребенка  
превыше всего,  
Богатство земли не  
заменит его.  
Здоровье не купишь,  
никто не продаст.  
Его берегите,  
как сердце, как глаз!!!**