

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад Радужный» п. Зональная станция Томского района

ПРОЕКТ

«Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении. Я здоровым быть могу - сам себе я помогу».

Выполнили: Воспитатели группы № 4 «Пчелки»

Шевырина Е.В., Колчина Г.С.

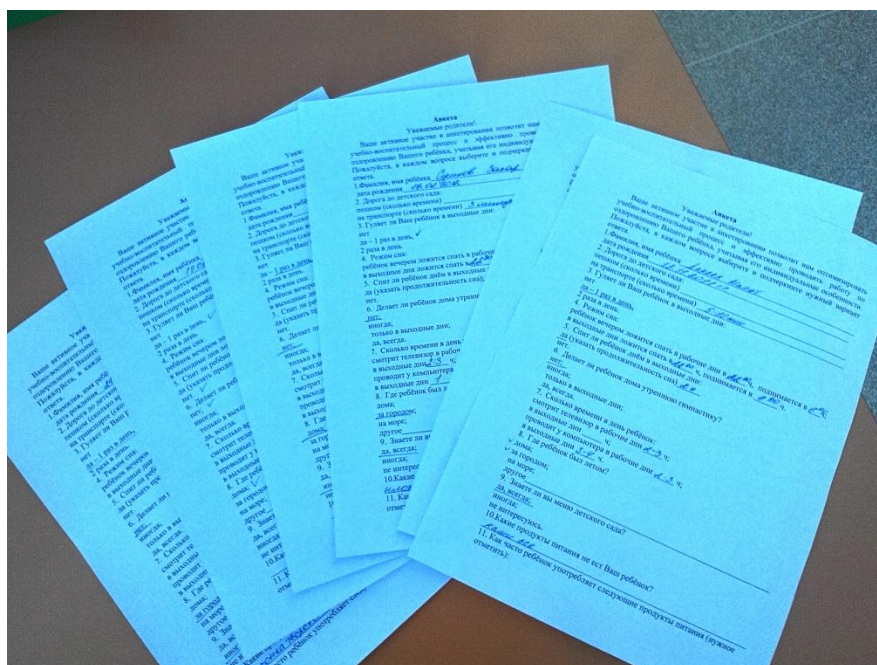
Этапы проекта:

1. Подготовительный.

- 1) Разработка и проведение диагностики на выявление знаний о здоровье и здоровом образе жизни. Составление плана совместной работы с детьми, педагогами и родителями.
- 2) Сбор информации о здоровьесберегающих технологиях.
- 3) Оформление папок-передвижек для родителей по теме проекта, подборка фотографий, литературы. Беседы с родителями о необходимом участии их в проекте, о серьезном отношении к образовательному процессу в ДОУ.

2. Основной этап.

- 1) Провести анкетирование родителей.



2) Познакомить детей с литературными произведениями:

- И. Семёнова «Учусь быть здоровым, или Как стать Неболейкой»;
- К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр»;
- Вадим Коростылев «Королева Зубная щетка»;
- А. Барто «Я расту»;
- Н. Лоткин «Тихий час»,
- В. Лебедев-Кумач «Закаляйся! »,
- В. Сулов «Про Юру и физкультуру»,
- С. Михалков «Про мимозу»,
- Е. Кан «Наша зарядка».

3) Провести беседу с детьми: «Я здоровым быть могу, сам себе я помогу».

4) Оформить оборудование и атрибуты к сюжетно - ролевой игре «Мы Доктора».



5) Оформить картотеки дидактических игр, спортивных и подвижных игр, утренней гимнастики, бодрящей гимнастики, дыхательной гимнастики, самомассажа.



6) Провести занятие: «Поможем зайчику быть здоровым». Закрепить знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха, настроения.

7) Оформить газету: «Я здоровым быть могу, сам себе я помогу»

8) Провести: подвижные игры, утреннюю гимнастику, дыхательную гимнастику, самомассаж, закаливание (воздушные ванны, умывание прохладной водой)

Дыхательная гимнастика:



«Воздушный гольф»



«Вулкан»



«Воздушный снег»

Утренняя гимнастика:





Подвижные игры:





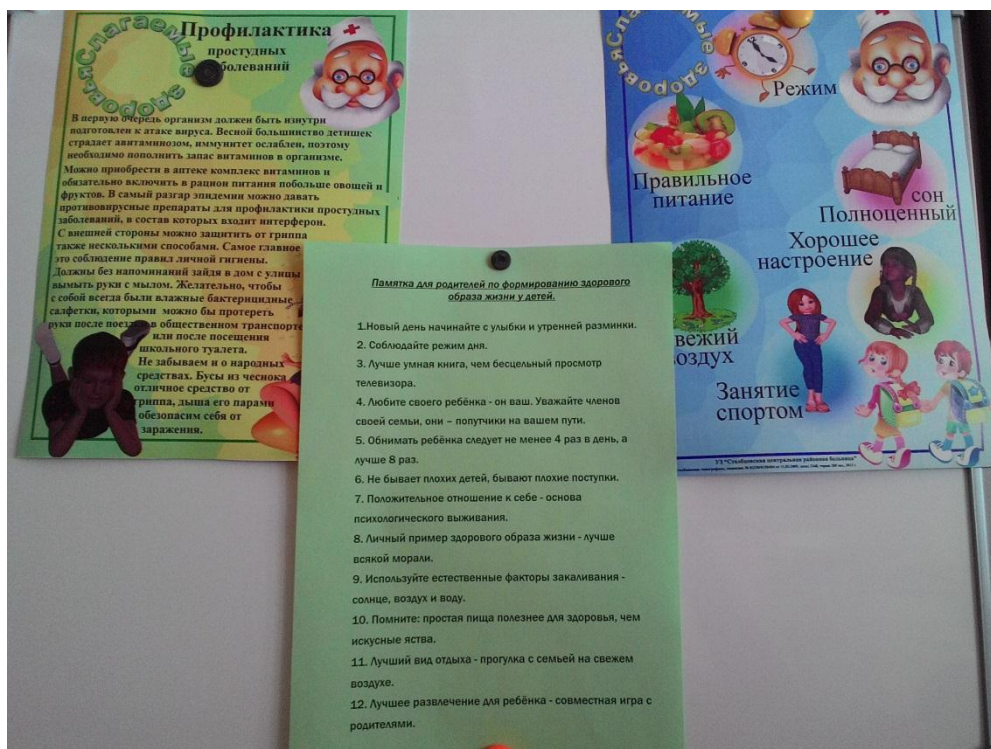
Само́масса́ж:



Закаливающие процедуры:



9) Составить консультацию для родителей на тему «Здоровый образ жизни ваших детей».



10) Подготовить памятку для родителей «Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей».

11) Привлечь родителей к изготовлению средств по сохранению и укреплению здоровья (чесночные кулоны, тарелочки с чесноком).





12) Изготовление и применение массажного коврика.



3. Заключительный этап.

1) Провести анализ деятельности.

2) Планирование работы исходя из потребностей родителей, детей, на основании результатов, проделанной работы.

3) Подготовить обмен опытом на педсовете на тему «Новые инициативы педагогов по оздоровительной работе с детьми, взаимодействие с семьей».

Ожидаемые результаты:

- Улучшение показателей физического развития, эмоционального состояния.
- Благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников (снижение числа случаев заболеваний в течение года);
- Совершенствование навыков самостоятельности у детей;
- Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни;
- Повышение уровня физической подготовленности.
- Нахождение взаимопонимания с родителями по вопросу здоровьесбережения и ведения здорового образа жизни.

Продукт проекта:

1. Изготовление массажного коврика
2. Изготовление чесночных кулонов
3. Изготовление картотек
4. Изготовление атрибутов из бросового материала для дыхательной гимнастики.