Проект « Я здоровье берегу»

Участники проекта : дети, родители, педагоги старших групп № 1, 2

Цели проекта:

    Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей
    воспитание культурно-гигиенических навыков
    формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Прогнозируемый результат:

Снижение заболеваемости, формирование осмысленного отношения к здоровью, как важной жизненной ценности.

Усилия педагогического и технического персонала ДОУ направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в работе нашего дошкольного учреждения. Одним из средств решения  этих задач становятся здоровьесберегающие и здоровьеформирующие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

Сохранение и развитие здоровья детей осуществляется по нескольким направлениям:

Оздоровительная работа с детьми

Основные задачи :

    охрана и укрепление здоровья дошкольников
    совершенствование физического развития
    повышение сопротивляемости и защитных свойств организма
    улучшение физической и умственной работоспособности

Средства укрепления физического здоровья

    прием детей на воздухе
    утренняя гимнастика
    закаливающие процедуры
    развитие движений
    гигиена режима
    профилактика заболеваемости

Формирование новых направлений

    основы представления о строении собственного тела
    формирование понятия о том, что полезно и что вредно для организма
    выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умение определять свое состояние и ощущения

Воспитание потребностей в здоровом образе жизни

    привитие стойких культурно-гигиенических навыков
    обучение уходу за своим телом, навыками оказания элементарной помощи
    формирование привычки ежедневных физических упражнений

Комплекс закаливающих мероприятий

    полоскание горла прохладной водой
    мытье рук до локтя, обливание ног
    воздушные ванны после сна
    ходьба по массажным дорожкам
    облегченная одежда, соблюдение сезонной одежды на прогулке, учитывая индивидуальное состояние здоровья
    соблюдение температурного режима в течение дня
    правильная организация прогулки, ее длительность

Формы организации физического воспитания

    физкультурные занятия в группе и на воздухе
    физкультминутки
    дыхательная гимнастика
    спортивные игры
    физкультурные досуги
    праздники
    утренняя гимнастика
    индивидуальная работа с детьми

Гигиена режима

    выполнение санитарных требований к помещению, участку
    рациональное построение режима дня
    охрана жизни и здоровья детей
    санитарно-просветительская работа
    физкультурно-оздоровительные мероприятия в течение дня

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ

    Физкультурные занятия
    Динамические паузы
    Подвижные и спортивные игры
    Бодрящая гимнастика
    Релаксация
    Пальчиковая гимнастика
    Гимнастика для глаз
    Дыхательная гимнастика
    Самомассаж

Технологии обучения здоровому образу жизни в ДОУ

    Физкультурные занятия
    Проблемно-игровые тренинги, игротерапия
    Коммуникативные игры
    Дидактические игры
    Занятия по ознакомлению с окружающим, серия «Здоровье»
    Самомассаж

Коррекционные технологии

    Арттерапия
    Сказкатерапия
    Релаксация
    Психогимнастика

Работа с родителями

    Родительские собрания
    Совместные физкультурные праздники
    Открытые занятия по физкультуре
    Индивидуальные беседы с родителями

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформирует  у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает  результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

*Этапы проекта:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименования этапов | Мероприятия | Сроки | Планируемый результат | Ответственные |
| Подгото-вительный | 1.Мастер-классы для педагогов по использованию здоровьесберегающих технологий в режимных моментах. 2.Групповая работа – цикл занятий, посвященных воспитанию потребности в здоровом образе жизни | Октябрь-март | Повышение компетентности педагогов во владении здоровьесберегающими технологиямиДети имеют элементарные представления о составляющих здорового образа жизни | Инструктор по физическому воспитаниюВоспитатели |
| Основной | 2.Конкурс детского рисунка « Со здоровьем мы дружны»Выступление на родительском собрании «» | Октябрь | Экспозиция детских рисунков в МБДОУ | Педагог изо |
| Основной | 3.Спортивный досуг «Папа, мама, я-спортивная семья» | Ноябрь | Открытое мероприятие в МБДОУ | Физрук |
| Основной | 5.Конкурс семейных коллажей «Что полезно для здоровья» | Декабрь | Выставка коллажей в МБДОУ | Воспитатели |
| Основной | 4.Презентация «История Олимпийских игр» | Январь-февраль | Совместное досуговое мероприятие подготовительных и старших групп ДОУ | Педагог изо |
| Заключительный | 6.Спортивное соревнование «Малая Олимпиада» | Март | Открытое мероприятие на базе детского спортивного клуба | Зам. зав. по УВР |