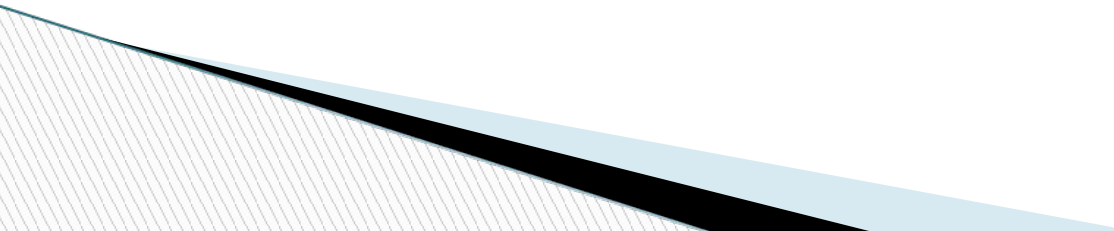


***ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
«ХОТИМ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ!»
для реализации в старшей группе №3
«Золотой ключик» МКДОУ № 199 «Сказка»***

Прилепко Л.Л.



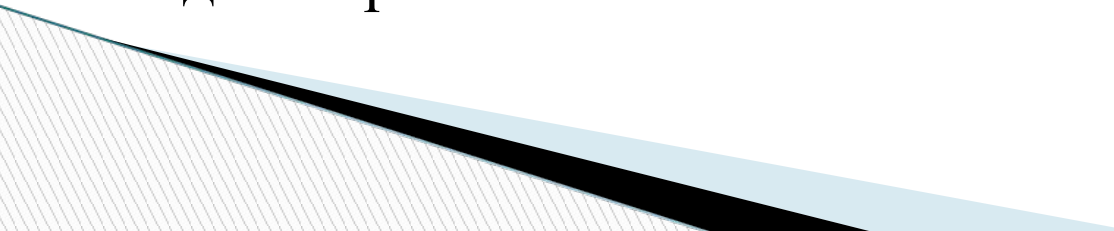
Тип проекта:

❑ По доминирующему методу:
практико-ориентированный.

❑ По характеру контактов:
открытый проект, реализующийся в контакте с семьей, учреждениями культуры, общественными организациями.

❑ По количеству участников:
групповой.

❑ По продолжительности:
долгосрочный

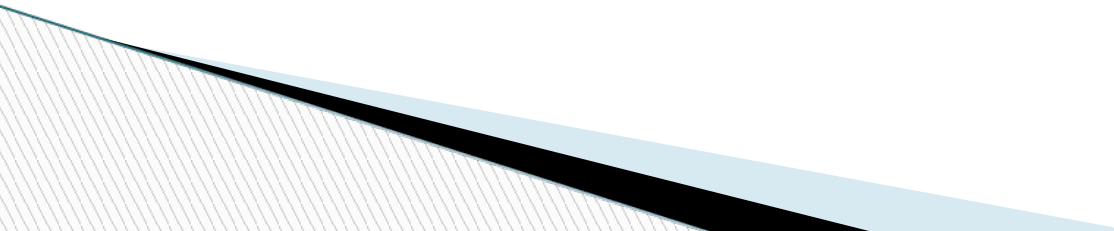


Проблема:

Низкий индекс здоровья у детей дошкольного возраста, недостаточность развитие культуры здорового образа жизни в семье.

Актуальность:

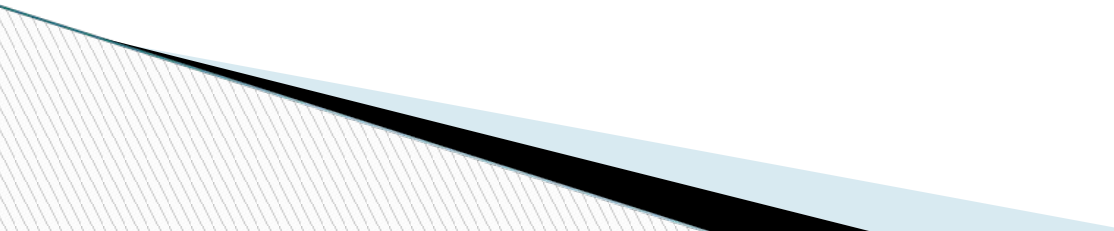
Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Если учесть, что этот период является основополагающим в становлении личности человека, то становится очевидной актуальность формирования у дошкольников, хотя бы элементарных представлений о здоровом образе жизни



Цель :

Обеспечить преемственность и согласованность в оздоровлении, физическом развитии и приобщении детей к здоровому образу жизни в семье и ДООУ.

Задачи :

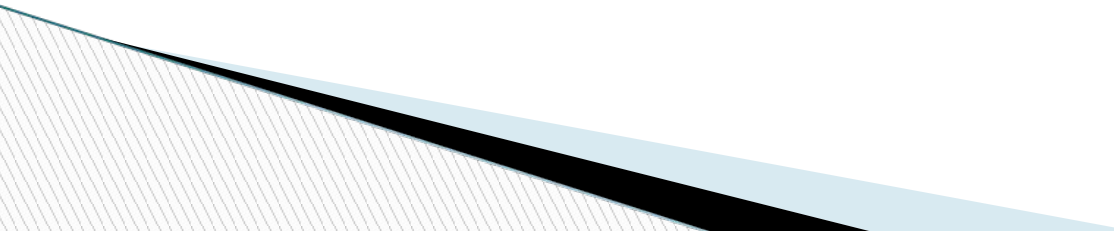
- ❑ Формировать у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни.
 - ❑ Формировать привычку к здоровому образу жизни.
 - ❑ Создать совместно с детским садом и семьёй условия по воспитанию физически здорового ребёнка.
- 

Гипотеза:

Если включить детей в осмысленную деятельность, в процессе которой они смогли бы самостоятельно следить за своим здоровьем и привить детям привычку к здоровому образу, то улучшится их здоровье и физическое развитие.

Предполагаемый результат:

Повышение индекса здоровья и уровня физического развития детей.



Подготовительный этап

Диагностика

Составление перспективного плана

Анкетирование родителей, индивидуальные беседы.

Родительское собрание

Условия для реализации поставленных задач:

- создание нормативно-правовой базы (законодательные документы федерального, окружного, муниципального уровней и локальные акты Учреждения, программа «Здоровичок»).
- кадровое обеспечение (врач, мед/сестры, физ инструктор),
- обучение кадрового потенциала через – семинары, курсовую переподготовку, конкурсы, работу школы молодого педагога, самообразование (применение здоровье-сберегающих технологий в процессе образования).
- материально-техническая база (оборудован медицинский блок, пищеблок с современным технологическим оборудованием, работает столовая, имеются спортивный зал, музыкальный зал, спелеопещера, комната природы, территория детского сада оборудована спортивной и прогулочными площадками, имеется огород).

Формы работы с детьми

- Режимные моменты (наблюдения, рассматривание, беседы)
- Совместная образовательная деятельность (традиционная, тематическая, сюжетная, игровая)
- Игровая деятельность (дидактические, настольно-печатные, сюжетные игры)
- Развлечения
- Подвижные игры
- Прогулки (наблюдения, игры)
- Чтение худ. литературы
- Совместная деятельность со взрослыми
- Самостоятельная деятельность

Формы работы с родителями

- Пополнение уголка здоровья.
- Индивидуальные беседы
- анкетирование
- Памятки по формированию здорового образа жизни.
- Родительское собрания «Формирование КГН и развитие самоконтроля при выполнении правил и норм личной гигиены» и т.д
- Конференция «За здоровьем в детский сад»
- Консультации на тему: «Запреты или вседозволенность»; «Закаливание детей»; «Значение семейного досуга как средство укрепления здоровья детей»; «Сон и его организация»
- Фотовыставки «Игры детей» и т.д.
- Конкурс рисунков «Папа, мама, я – спортивная семья»
- Родительское собрание по итогам реализации проекта на тему: «Воспитание основ здорового образа жизни у дошкольников»

Организация работы с детьми:

- 1. Утренняя гимнастика – проводится в спортивном зале с соблюдением всех требований к её организации, включая элементы упражнений, направленных на профилактику укрепления осанки и плоскостопия.
- 2. Физкультурные занятия – основная форма физической культуры в нашем ДООУ, способствующая развитию всех сторон организма дошкольника.
- 3. Совместная деятельность взрослого и ребёнка вне занятий. Продолжить участие в развлечениях, праздниках, спорт. играх, подвижных играх, участие в «Неделе здоровья» и т.д.
- 4. Особое внимание уделить режиму дня – проведение закаливающих процедур (после дневного сна), способствующих укреплению здоровья, снижению заболеваемости. Закаливающие мероприятия как важная составляющая часть физической культуры содействует созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни, укрепляет организм, повышает иммунитет /
- 5. Цикл занятий по валеологии с элементами экспериментирования, способствующий формированию у детей стремления к здоровому образу жизни (Перспективный план»)

Двигательная активность	Мероприятия
Утро	1. Утренняя/корректирующая гимнастика 2. Спелеопещера 3. Кислородный коктейль
НОД	1. Перед НОД –пальчиковая гимнастика 2. Динамическая пауза , Физминутки. 3. Гимнастика для глаз 4. После НОД - упражнения на релаксацию
Прогулка	1. Двигательная активность (упражнения, игры) 2. Подвижная игра 3. Дыхательная гимнастика
Перед сном	1. Полоскание зева 2. Обширное умывание (Мытье рук и лица прохладной водой) 3. Чтение сказки
После пробуждения	1. Гимнастика пробуждения 2. Активная гимнастика 3. Элементы самомассажа 4. Босохождение по массажным дорожкам 5. Дыхательная гимнастика
После полдника. вечер	1. Подвижные игры

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1	Закаливающие мероприятия: 'прием детей на улице 'проветривание помещений 'воздушные ванны 'гимнастика после сна 'дорожки здоровья 'обширное умывание 'сон без маек 'ходьба по дорожкам здоровья
2	Обеспечение здорового ритма жизни 'щадающий режим (адаптационный период); 'гибкий режим
3	Гигиенические и водные процедуры: 'умывание; 'мытье рук; 'игра с водой (в летний период);
4	Свето-воздушные ванны: 'проветривание помещений; 'прогулки на свежем воздухе; 'обеспечение температурного режима и чистоты воздуха
5	Питание: 'Замена блюд на основании справки (аллергия, хронические заболевания)
6	Свето – и цветотерапия: 'обеспечение светового режима; 'цветовое и световое сопровождение среды и образовательного процесса
7	Музтерапия: 'музыкальное сопровождение режимных моментов; 'музыкальное оформление фона занятий; 'музыкально – театральная деятельность 'вокальное и хоровое пение
8	Психогимнастика, игры по снятию психоэмоционального напряжения: 'игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; 'игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций; 'коррекция поведения
9	Просветительская работа: 'уголки здоровья 'выставки детских рисунков и семейных работ, посвященных формированию здорового образа жизни

Бюджет и ресурсы:

Кадровые

- ❑ Привлечение партнеров: педагогов ДООУ, узких специалистов, специалистов других организаций, родителей, спонсоров

Финансы (бюджет)

- ❑ Расходные материалы (бумага, канцтовары, краска для принтера ,тренажеры, спортивные товары, макеты человеческого тела, информационные плакаты), транспортные расходы, расходы на обучение
- 