

Проект «Сибирячок»

Оздоровительная работа с детьми 3-4 лет по профилактике заболеваний

Автор проекта: Цыганкова О.А.

Куськал А.А.

Ст. воспитатель Портнова Н.В.

Цель проекта:

профилактика заболеваний, повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешних факторов, формирование ответственного отношения к собственному здоровью у детей и их родителей.

Задачи проекта:

1. Организовать в группе профилактическую, оздоровительную работу.
2. Разработать для детей в детском саду оптимальный двигательный режим, отобрать программное содержание и методики по проведению профилактической работы с детьми.
3. Качественная организация двигательной деятельности детей в детском саду.
4. Расширять и обогащать опыт родителей по способам и правилам сохранения здоровья детей.
5. Повышение сопротивляемости организма к инфекционным заболеваниям. Улучшать психоэмоциональное состояние детей в группе.

Система профилактики включает в себя:

- Соблюдения режима дня группы;
- Прогулки на свежем воздухе (3-4 часа)
- Самомассаж;
- Комплекс дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой;
- Использование су-джок терапии;
- Элементы гидрогимнастики;
- Оформление письменных консультаций, информационных стендов для родителей;
- Беседы по валеологии;
- потребление фитонцидов (чеснока и лука);
- кварцевания группы;
- хождение по «дорожкам здоровья».

Этапы реализации	Формы работы	Ответственные за проведения мероприятий
Подготовительный (сентябрь-ноябрь)	Изучение методической литературы, подбор методов и содержания работы, оформление папки-передвижки для родителей «Методы профилактики заболеваний у детей дошкольного возраста». Проведение учета посещаемости детьми детского сада. Составление плана работы по реализации проекта. Подбор упражнений, изготовление картотек, оснащение необходимым оборудованием	Воспитатели группы Ст.воспитатель
Основной (декабрь-май)	Оздоровление воспитанников через подобранные упражнения и методики: дыхательная гимнастика по А.Н.Стрельниковой- ежедневно; Элементы су-джок терапии – 3 раза в неделю; Самомассаж – 2 раза в неделю; Элементы гидрогимнастики- 2 раза в неделю; Валеология – 1занятие, каждые 2 недели.	Воспитатели группы
Заключительный (апрель-май)	Проведение оценки уровня оздоровления детей (анкетирование родителей, учет посещаемости детей), обобщение опыта работы по теме проекта, определение перспектив работы, подготовка презентации для педагогов ДОУ. Фотовыставка «Мы занимаемся спортом!»	Воспитатели группы

Ожидаемые результаты-

- 1.Снижение уровня заболеваемости
- 2.Расширение знаний о «здоровье» у детей и взрослых, влияние на состояние здоровья образа жизни.
- 3.Умение использовать полученные знания для самооздоровления.

Практическая значимость:

Проект предназначен для работников ДООУ. Разработанный и собранный материал может быть эффективно использован педагогами для профилактики заболевания детей, повышение уровня их физического, нервно-психического развития.

ЭЛЕМЕНТЫ СУ-ДЖОК ТЕРАПИИ



ГИДРОГИМНАСТИКА



дыхательная гимнастика по методике А. Н. Стрельниковой



валеология



самомассаж



релаксация



Спасибо за внимание!

