

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 222»

**ПРОЕКТ**

**«За здоровьем в детский сад»**

(с использованием здоровьесберегающих технологий  
стимулирования и сохранения здоровья)

Барнаул - 2024

## Проект «За здоровьем в детский сад»

### Паспорт проекта

<b>Авторы программы:</b>	
<b>Фамилия, имя, отчество</b>	Абрамова Евгения Владимировна, Щедрина Наталья Викторовна
<b>Наименование ДОУ</b>	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №222»
<b>Название проекта</b>	«За здоровьем в детский сад» (с использованием здоровьесберегающих технологий стимулирования и сохранения здоровья)
<b>Возраст</b>	Дети в возрасте от 6 до 7 лет
<b>Участники</b>	Дети, родители, воспитатель группы
<b>Срок реализации проекта</b>	5 месяцев
<b>Цель проекта</b>	Создание психолого – педагогических условий для развития у детей активного и устойчивого интереса к сохранению и укреплению своего здоровья и приобщения к здоровому образу жизни.
<b>Задачи</b>	<b>Образовательные:</b> Закреплять знания детей о собственном теле, способах сохранения здоровья, полезных продуктах и витаминах. Совершенствовать навыки здорового образа жизни. Обучать простым техникам снятия физического и эмоционального напряжения (пальчиковые игры, гимнастика для глаз, динамическая пауза, самомассаж и др.). <b>Развивающие:</b> Развивать необходимые двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья. Повышать двигательную активность.

	<p>Осуществлять профилактику умственного перенапряжения.</p> <p><b>Воспитательные:</b></p> <p>Создавать условия для проявления положительных эмоций.</p> <p>Воспитывать чувство сотрудничества.</p>
<b>Актуальность проекта</b>	<p>ФГОС дошкольного образования ставит проблему охраны и укрепления физического и психического здоровья детей на первое место в системе приоритетных задач. Известно, что в дошкольном возрасте идет интенсивное развитие органов и становление всех функциональных систем организма.</p> <p>Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня реального здоровья воспитанников детских садов, воспитание валеологической культуры для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни.</p>
<b>Новизна проекта</b>	Использование здоровьесберегающих технологий.
<b>Практическая ценность</b>	Представленные мероприятия могут использоваться в системе планирования как в совместной деятельности с детьми, так и в образовательной деятельности в ходе режимных моментов, начиная со старшей группы детского сада.
<b>Ожидаемые</b>	- повышение интереса детей к здоровому образу

<p><b>результаты реализации проекта</b></p>	<p>жизни и улучшение показателей эмоционального состояния;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;</li> <li>- повышение профессионального мастерства педагогов ДОУ в вопросах использования здоровьесберегающих технологий.</li> </ul>
<p><b>Формы работы с воспитанниками</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- артикуляционная гимнастика;</li> <li>- гимнастика для глаз;</li> <li>- «Су - джок»;</li> <li>- самомассаж;</li> <li>- кинезиологические упражнения;</li> <li>- логоритмические упражнения;</li> <li>- гимнастика после сна;</li> <li>- пальчиковая гимнастика;</li> <li>- упражнения на координацию речи с движением;</li> <li>- подвижные игры.</li> </ul>
<p><b>Формы работы с родителями</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- консультации;</li> <li>- родительское собрание «Круглый стол»;</li> <li>- совместное развлечение с детьми.</li> </ul>
<p><b>Формы работы с педагогами</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- консультации;</li> <li>- мастер-класс «Умеешь сам - научи коллегу»;</li> <li>- тренинг «В здоровом теле - здоровый дух!».</li> </ul>

**Основные этапы:**

***I этап – подготовительный (январь 2024)***

Теоретический анализ литературы по проблеме использования здоровьесберегающих технологий.

Изучение методических разработок по использованию здоровьесберегающих технологий для детей старшего дошкольного возраста.

***II этап – практический (февраль 2024 – апрель 2024)***

Составление перспективного плана работы по использованию здоровьесберегающих технологий. Реализация и внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.

### ***III этап - заключительный (май 2024).***

Подведение итогов работы в проекте, определение перспективы на будущее.

## **Перспективный план работы**

### **ЯНВАРЬ.**

1. Оценка организационных и материально – технических условий ДОУ;
2. Формирование информационного банка данных по здоровому образу жизни (анализ психолого–педагогической и методической литературы по вопросам здоровьесбережения);
3. Подбор новых, более эффективных форм работы со всеми участниками образовательного процесса.

### **ФЕВРАЛЬ.**

1. НОД по ознакомлению с окружающим миром «Человек. Части тела».
2. Гимнастика после сна. Сюжетно - ролевая игра «Поликлиника».
3. Самомассаж «Чтобы не зевать от скуки». Кинезиологические упражнения: «Колечко», «Кулак - ребро – ладонь». Загадки о здоровом образе жизни и правильном режиме дня.
4. Дидактические игры «Продолжите фразу», «Вредно-полезно», «Да и нет». Подвижные игры на улице. Рассматривание иллюстраций и книг о здоровье, спорте.
5. Консультация для родителей «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ».
6. Консультация для педагогов «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в ДОУ».

### **МАРТ.**

1. НОД по развитию речи «Наше здоровье».
2. Кинезиологические упражнения: «Перекрёстное марширование», «Ухо - нос». Чтение стихотворения А. Болубаш «О здоровье».

3. Су - джок «Шарик». Просмотр и анализ мультфильма «Смешарики» из цикла «Азбука здоровья», серии: «Здорово быть здоровым!», «Супербактерия».
4. Подвижные игры на прогулке. Заучивание пословиц и поговорок о здоровье. Работа с пластилином «Лепим спортсменов».
5. Родительское собрание «Бережём здоровье с детства или десять заповедей здоровья».
6. Мастер-класс «Умеешь сам - научи коллегу» (творческий взаимообмен практическим опытом).

### **АПРЕЛЬ.**

1. НОД по развитию речи «Здоровое питание».
2. Су - джок «Веселый мячик». Логоритмическое упражнение «Что умеют наши ножки». Коммуникативные игры: «Кто больше назовет блюд», «Что едят в сыром виде, а что в варёном?»
3. Кинезиологическое упражнение «Мельница». Сюжетно - ролевая игра «Магазин». Рисование «Мой любимый вид спорта».
4. Подвижные игры на улице. Сказкотерапия. Чтение «Сказки про маленького Тарасика».
5. Совместное развлечение с родителями «Быть здоровыми хотим».
6. Тренинг «В здоровом теле - здоровый дух!».

### **МАЙ.**

Подведение итогов работы в проекте, определение перспективы на будущее.

## **Информационное обеспечение:**

1. Аверина, И. Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ [Текст]: практическое пособие / И. Е. Аверина. - Москва: Айрис – Пресс, 2007. – 144 с.
2. Алямовская, В. Г. Физкультура в детском саду [Текст] / В. Г. Алямовская. - Москва: Чистые пруды, 2005. – 124 с.
3. Борисова, Е. Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками [Текст] / Е. Н. Борисова. - Москва: Глобус, 2009. – 144 с.
4. Волошина, Л. Н. Организация здоровьесберегающего пространства [Текст] / Л. Н. Волошина // Дошкольное воспитание. - 2004. - №1. - С.114-117.
5. Деева, Н. А. Игровые здоровьесберегающие технологии: психогимнастика, зарядка для глаз, пальчиковые игры, физкультминутки. ФГОС ДО [Текст] / Н. А. Деева. – Москва: Учитель, 2017. – 61 с.
6. Змановский, Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми [Текст] / Ю. Ф. Змановский. - Москва: Медицина, 1989. - 128 с.
7. Змановский, Ю. Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях [Текст] / Ю. Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. – 1993. - № 9. - С. 23-25.
8. Змановский, Ю. Ф. Здоровый дошкольник [Текст] / Ю. Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. - 1995. - № 6. - С. 11-17.
9. Кожухова Н. Н., Рыжкова Л. А., Самодурова М. М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст]: учебное пособие под редакцией С. А. Козловой. – Москва: Инфра, 2019. – 508 с.
10. Копылова, Т. Г. Сценарии праздников в детском саду [Текст] / Т. Г. Копылова. - Москва: Аквариум, 2001. – 398 с.
11. Крупенчук, О. И. Научите меня говорить правильно! [Текст]: пособие по логопедии для детей и родителей / О. И. Крупенчук. – Санкт – Петербург: Литера, 2021. - 208 с.
12. Лопухина, И. С. Логопедия, 550 занимательных упражнений для развития речи [Текст]: пособие для логопедов и родителей / И. С. Лопухина. – Москва: Аквариум, 1995. – 385 с.

13. Монтень, М. Опыты. Избранные произведения [Текст] / М. Монтень. - Москва: Голос, 1992. - 384 с.
14. Пензулаева, Л. И. Оздоровительная гимнастика, комплексы упражнений [Текст] / Л. И. Пензулаева. – Москва: Синтез, 2016. – 60 с.
15. Харченко, Т. Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников [Текст] / Т. Е. Харченко. - Санкт-Петербург: Детство - Пресс, 2021. – 96 с.
16. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь [Текст] / В. В. Цвынтарный. - Санкт-Петербург: Лань, 2002. – 86 с.
17. Шушакова, Е. Ю. Праздничные сценарии для детского сада [Текст] / Е. Ю. Шушакова. - Москва: Айрис – пресс, 2008. – 105 с.