

Проект по здоровьесбережению

Тема: «В здоровом теле – здоровый дух!»

Цель: выявление механизмов и методов внедрения здоровьесберегающих технологий, с помощью которых можно организовать физическое воспитание в ДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; приобщение детей к здоровому образу жизни.

Оздоровительные задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, пальчиковых игр, массажа, закаливания;
- формирование правильной осанки, гигиенических навыков.

Образовательные задачи:

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему оздоровительной работы.

Воспитательные задачи:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;
- расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире;
- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.

Реализация проекта: четыре недели.

Ожидаемые результаты:

- снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;
- активная помощь и заинтересованность родителей в организации работы по оздоровлению детей.

1 этап. Выбор темы.

2 этап. Работа с детьми.

- Беседы: «Как стать Геркулесом», «От простой воды и мыла, у микробов тают силы».
- Познавательное чтение: «Разговор о правильном питании», «Букварь здоровья».
- Занимательные игры: «Игры с прищепками», «Игры со скрепками», «Игры со счётными палочками», «Пальчиковые игры», «Пазлы» (моторика).
- Выставка детских рисунков: «Дети и спорт».
- Дидактические игры: «Пирамида здоровья», «Вредно – полезно».
- Коллаж: «Полезные продукты».
- Фотовыставка: «Как мы едим».

Участие родителей в проекте.

- Консультации для родителей: «Первый шаг на пути к здоровью – закаливание», «Дыхательная гимнастика в оздоровлении детей».
- Составление вместе с детьми сказок по соблюдению правил гигиены: «Путешествие мыльных пузырей», «Сказка про зубную щётку» с рисунками.
- Подбор информации в книгах по теме проекта, поиск иллюстративного материала для составления коллажа «Полезные продукты».
- Написание отзывов о проекте.

Практическая ценность проекта.

- Создание картотеки пальчиковых игр с учётом возрастных особенностей детей.
- Обновление игр для моторики «Игры с прищепками», «Крупинка к крупинке».
- Оформление бюллетеня «Забота о здоровье детей – дело общее».
- Разработка и выпуск конспектов бесед, деловых игр по валеологии.

Результаты проекта:

В процессе реализации проекта была создана благоприятная здоровьесберегающая среда, позволяющая расширить знания детей о способах укрепления своего здоровья.

Пропаганда валеологических знаний среди родителей способствовала тому, что они больше стали уделять внимание своему здоровью и здоровью своих детей.