

Автор проекта: Порсина Наталья Викторовна, инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории

Тема проекта: "Здоровьесберегающие технологии в ДОУ в летний период"

Организация - исполнитель: Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад №5 «Ивушка» Чистоозерного района Новосибирской области, ул.Урицкого,4. т. 8 (383) 68- 91-393

Интегрируемые образовательные области: физическое развитие, социально – коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие

Вид проекта: Познавательно - оздоровительный, краткосрочный

Продолжительность проекта: с 23.07.19 по 26.08.19

Чтоб быть всегда здоровым,
Нужно бегать и скакать,
Больше спортом заниматься,
И на улице гулять!

Актуальность темы: Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. По ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ. Здоровьесберегающие технологии это один из видов современных инновационных технологий, которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в ДОУ.

До 7 лет каждый ребёнок проходит совершенно неповторимый цикл развития: идёт упорядочение работы всех систем организма, закладка личностных качеств, характера. Вот почему так важно именно в этот период формировать основы навыка здорового образа жизни, в том числе и занятий спортом, физкультурой. Семья и детский сад – те социальные структуры,

которые в основном укрепляют и сохраняют здоровье ребенка. В реализацию проекта включены все участники образовательного процесса, а именно: воспитатели, медики, родители и, конечно, сами дети.

Цель проекта: Создание целенаправленной системы работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников посредством здоровьесберегающих технологий в ДОУ

Задачи:

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, массажа, закаливания;
- формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия

Образовательные задачи:

- формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- прививать привычку повседневной физической активности;
- создать условия для реализации потребности детей в двигательной активности;
- развивать физические качества, необходимые для полноценного развития личности (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость, глазомер, равновесие);
- выявить интересы, склонности и способности детей в двигательной деятельности и реализовать их через систему спортивно-оздоровительной работы;
- формировать начальные представления о здоровом образе жизни, развить интерес к физической культуре и спорту;
- продолжать приобщать родителей к совместной работе и объединять совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию воспитанников;
- расширять и обогащать опыт родителей по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни через просветительскую работу;

Воспитательные задачи:

- воспитать потребность в здоровом образе жизни; помочь выработать привычку соблюдению режима, потребности в физических упражнениях и играх;
- воспитывать умение бережного отношения к своему организму;
- воспитывать дружеские чувства;

- воспитывать интерес к физкультуре и спорту;
- воспитывать волевые качества личности: смелость, решительность, выдержку, настойчивость и другие.

Ожидаемые результаты:

- У детей укрепится физическое и психическое здоровье;
- Усовершенствуются функции организма, повысятся его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям по средствам движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания;
- Сформируется правильная осанка и не будет плоскостопия;
- Сформируются жизненно необходимые двигательные умения и навыки ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- Привилась привычка к повседневной физической активности;
- Создадим в ДОО условия для реализации потребности детей в двигательной активности;
- Разовьются физические качества, необходимые для полноценного развития личности (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость, глазомер, равновесие);
- Выявятся интересы, склонности и способности детей в двигательной деятельности и они смогут реализовать их через систему спортивно-оздоровительной работы;
- Сформируются начальные представления о здоровом образе жизни, разовьётся интерес к физической культуре и спорту;
- Родители приобщатся к активной совместной работе, и объединим совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию детей;
- Расширится и обогатится опыт родителей по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
- Воспитается потребность в здоровом образе жизни и выработается привычка к соблюдению режима, потребности в физических упражнениях и играх;
- Будут бережно относиться к своему организму;
- Детский коллектив будет сплочённый и дружный;
- Привьётся интерес к физкультуре и спорту;
- Воспитаются волевые качества личности: смелость, решительность, выдержка, настойчивость

Участники проекта:

- ✓ Инструктор по физической культуре Порсина Н.В.

- разрабатывает и проводит мероприятия по реализации проекта;

- привлекает родителей к сотрудничеству в работе над проектом;
- исполняет проект, разрабатывает НОД, праздники, развлечения, подбирает комплексы здоровьесберегающих технологий

✓ Администрация детского сада №5 «Ивушка»

Заведующая Таскаева Н.Д., старший воспитатель Ганихина С.М.

-оказывают методическую помощь;

- осуществляют контроль выполнения проекта

- ✓ Дети 3-7 лет – непосредственные участники проекта.
- ✓ Родители получают дополнительную информацию через просветительскую деятельность в течении работы над проектом.

Этапы реализации проекта:

1 этап. Подготовительный.

- ✓ Определение педагогом целей и задач, содержание проекта, прогнозирование результата.
- ✓ Интервьюирование детей по теме: "Что такое здоровье"
- ✓ Подбор и анализ научно – популярной и методической литературы.
- ✓ Создание технической базы для оздоровления ребёнка.

2 этап. Основной.

- ✓ Организуется совместная деятельность с детьми по проведению различных мероприятий по физической культуре.
- ✓ Знакомство с различными видами массажа, самомассажа, пальчиковой гимнастики, музыкально - ритмическими упражнениями, дыхательной гимнастикой, стретчингом, упражнениями на фитболах, тренажерах, логоритмикой, игроритмикой, релаксацией, психогимнастикой
- ✓ Игровая деятельность детей по физической культуре
- ✓ Цикл мероприятий по здоровьесбережению детей
- ✓ Консультации родителям на стендах, папках- передвижках, сайте ДОУ.
- ✓ Оформляется предметно – развивающая среда.

3 этап. Заключительный.

- Презентация проекта «Физкультура и здоровье рядом идут»

- Наметить пути дальнейшей работы в этом направлении.
- ✓ Игровая деятельность: игры с правилами, игры с сюжетными игрушками, игровые упражнения, музыкально – ритмические игры, квест – игра, логоритмика, игроритмика
- ✓ Двигательная деятельность: физические упражнения (ОРУ, основные движения, физические упражнения), подвижные игры, соревнования, реализация проекта, пальчиковые игры, закаливание, занятия по физической культуре, утренняя гимнастика, физкультурные праздники и развлечения, физминутки
- ✓ Музыкальная деятельность: импровизация, фоновая музыка, музыкально – ритмические движения,
- ✓ Коммуникативная деятельность: ситуативный разговор, свободное общение педагога с детьми, диалог, монолог, дыхательная гимнастика, разные виды массажа.

Методы и приёмы:

- ✓ Наглядные: показ предметов, способа действий, использование ТСО
- ✓ Словесные: рассказ, беседа, художественное слово.
- ✓ Практические: планирование выполнения заданий, постановка заданий, анализ результатов, оперативное стимулирование, контроль и регулирование, определение причин недостатков
- ✓ Информационно - рецептивные : рассматривание, образец воспитателя
- ✓ Репродуктивные: приём повтора
- ✓ Имитации: приём игры, наблюдение за реальным предметом, опора на словесный образец
- ✓ Упражнений

Обеспечение проекта:

- ✓ *Материально – техническое:* музыкальный центр, компьютер, принтер, канцелярские принадлежности, проектор.
- ✓ *Научно – методическое:* методическая литература.
- ✓ *Информационная:* материалы интернета, художественная литература, энциклопедии.

Продукты деятельности:

- ✓ Картотека здоровьесберегающих технологий
- ✓ Мешочки для профилактики плоскостопия
- ✓ Изготовление атрибутов для игровой деятельности.

- ✓ Консультации для родителей: "Психологические особенности дошкольников в поведении на дорогах", "Как научить ребёнка прыгать на скакалке"
- ✓ Фотогазета "В здоровом теле - здоровый дух"
- ✓ Пёрышки для выполнения дыхательной гимнастики
- ✓ Комплекс музыкальной разминки "Насекомые"
- ✓ Разработка квест - игры "Опасные предметы"

Календарный план реализации проекта

Виды деятельности	Задачи	Участники	Ответственные	Дата
І этап –подготовительный				
Интервьюирование детей "Что такое здоровье?"	Активизировать мыслительную деятельность детей, поощрять их творческие замыслы, находки и решения; обогащать речевую матрицу литературными словами и оборотами.	Дети ДОУ	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию.	22.07. 2019
ІІ этап - основной				
Неделя познания				
День воздушных шаров				
Беседа "Воздушный шар и игры с ним"	Обогащать опыт ребенка, насыщать этот опыт новыми знаниями и сведениями об окружающем. Развивать игровую деятельность, свободное общение со взрослыми и детьми.	Дети 2 младшей группы "Любознайки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	23.07. 2019
НОД по физической культуре "Игры с воздушным шариком"	Учить детей выполнять упражнения с воздушными шарами, держа их двумя руками. Учить детей бросать шарики вверх и ловить их двумя руками, ходить по кочкам и прыгать через обручи на 2х ногах с шариками. Развивать координацию движений, используя игротерапию	Дети 2 младшей группы "Любознайки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	
НОД по физической культуре "Весёлые эстафеты"	Укреплять здоровье детей. Учить детей выполнять упражнения с воздушными шарами, держа их двумя руками. Развивать ловкость, слаженность действий, внимание. Совершенствовать	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	

	навыки бега. Воспитывать чувство коллективизма. Показать, что дыхание является способом релаксации и обретения спокойствия. Научить «вдыхать» и «выдыхать».			
День мыльных пузырей				
Беседа "Пять причин заниматься дыхательной гимнастикой"	Дать элементарное представление о пользе безопасности органов дыхания. Раскрыть пользу дыхательной гимнастики	Дети старших групп "Звёздочки" и "Гномики"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	24.07. 2019
НОД по физической культуре "Смешные пузыри"	Развивать физические качества, интерес к экспериментальной деятельности, обогащать двигательный опыт. Формировать потребность в двигательной активности. Учить соблюдать правила в играх. Создать благоприятное эмоциональное состояние у детей.	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию,	24.07. 2019
НОД по физической культуре "Озорные пузырьки"	Развивать сенсорные качества, самостоятельность, инициативность, смелость. Обогащать опыт детей в играх с водой. Формировать познавательный интерес к воде, способствовать развитию двигательной активности и в физическом совершенствовании. Создать благоприятное эмоциональное состояния у детей	Дети старшей группы "Гномики"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию,	24.07. 2019
Прогулка на улице "Праздник мыльных пузырей"	Познакомить со способами выдувания пузырей; доставить удовольствие и положительные эмоции от совместного общения, обогащать опыт сотрудничества, дружеских взаимоотношений со сверстниками, развивать двигательную активность детей, дыхательную систему, навыки ориентировки в пространстве, воспитывать чувство уверенности в себе.	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	24.07. 2019

День часов				
Утренняя гимнастика: Ритмика для малышей Е. Железнова «Часики», «Часики» из мультфильма «Фиксики», комплекс ОРУ «Часы»	Способствовать укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности; развивать у детей двигательную, слуховую, долговременную память, создать радостный эмоциональный подъём, воспитывать привычку к ежедневным физическим упражнениям.	Дети младшей группы "Любознайки", средней группы "Теремок", старших групп "Гномики" и "Звёздочки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	25.07. 2019
НОД по физической культуре "Часики"	Упражнять детей в ходьбе и беге, развивать ритм и темп движений; формировать правильную осанку во время ходьбы; приобщать к регулярным занятиям физической культурой	Дети младшей группы "Любознайки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	25.07. 2019
НОД по физической культуре "Часы" (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне и врассыпную; совершенствовать умение в ходьбе по гимнастическому бревну; закрепить умение в прыжках на двух ногах; развивать ловкость, быстроту, чувство ритма и образно – игровых представлений; охрана и укрепление здоровья детей	Дети старшей группы "Гномики"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	25.07. 2019
День юного исследователя				
Сюжетно – игровое занятие «Вот поезд наш едет» на прогулке	Использовать знакомые движения в различных игровых ситуациях; упражнять в равновесии, лазании любым способом, ходьбе и беге колонной; воспитывать интерес к окружающему миру; формировать привычку к ЗОЖ	Дети младшей группы "Любознайки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	26.07. 2019
Физкультурное занятие на прогулке «Вместе нам никогда не скучно»	Воспитывать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; учить детей играть вместе, не толкая, и не обижая друг друга; формировать умение выполнять физические упражнения в парах побуждать детей бегать в разных направлениях; учить бегать и останавливаться по	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	26.07. 2019

	сигналу; воспитывать потребность к здоровому образу жизни			
Физкультурный праздник «Путешествие на планету мячей»	Приобщать детей к играм с мячом; учить выполнять правила игры. Развивать ловкость, выносливость, быстроту, меткость. Воспитывать настойчивость, волю, уверенность в своих силах, взаимопомощь. Укреплять здоровье детей.	Дети старшей группы "Гномики"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	26.07.2019
Неделя безопасности				
НОД по физической культуре "Пожарные учения"	Активизировать внимание, память, двигательную активность; развивать физические качества: ловкость, быстроту, смелость; внимание, мелкую моторику, дыхательную систему; упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре, в приземлении на полусогнутые ноги при прыжках, в лазании под дугу; учить детей снимать напряжение; расширять знания детей о работе пожарных.	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	29.07.2019
НОД по физической культуре "Юные пожарные"	Развивать выносливость, ловкость, силу воли; упражнять в равновесии, прыжках на фитболе, ползание в замкнутом пространстве (тоннели); закреплять знания детей об опасных ситуациях, причинах возникновения пожара и правилах поведения при пожаре; способствовать самоконтролю	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	29.07.2019
Ситуативный разговор "Что делать, если на пожаре много дыма, и чтобы он не принёс сильного вреда организму?"	Научить детей делать самостоятельно очищающую дыхательную гимнастику при сильном задымлении; совершенствовать диалогическую форму речи	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	29.07.2019
Безопасность на улицах				

Размещение информации на стенде ДОУ для педагогов и родителей "Психологические особенности дошкольников в поведении на дорогах"	Повышение компетентности в вопросах обучения детей безопасному поведению на дорогах города, посёлка		Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	30.07.2019
НОД по физической культуре "Путешествие на паровозике"	Учить детей ходьбе с высоким подниманием колен; профилактика плоскостопия; укреплять мышцы ног и туловища; развивать координацию движений; воспитывать желание заботиться о своём здоровье и о здоровье других; закрепить умение выполнять движения согласно заданию	Дети младшей группы "Любознайки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	30.07.2019
НОД по физической культуре "Весёлое путешествие" с использованием ИКТ	Развивать речевое дыхание, общую и мелкую моторику, ловкость, быстроту реакции, координацию движений, логическое мышление, память, воображение; учить согласовывать речь с движением; воспитывать чувство ответственности на дорогах, сопереживание к жителям волшебной страны; формировать умения решать проблемные ситуации	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	30.07.2019
Создание картотеки "Игры по ПДД"	Систематизировать игры по ПДД в одном месте; Пополнение библиотеки инструктора		Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	30.07.2019
Безопасность в природе				
Интегрированное физкультурное занятие «Домашние животные»	Развивать общую и мелкую моторику, содействовать развитию координации движений, вниманию, коммуникативности; формировать умение делать выбор и отвечать за него; закреплять знания детей о правилах общения с домашними животными; способствовать умению управлять своей эмоциональной сферой; укреплять здоровье детей;	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	31.07.2019
Прогулка в парк. Акция "Правила поведения в парке"	Формировать у детей представление о том, что парк – это сообщество растений,	Дети старшей группы	Порсина Н.В. инструктор по физическому	31.07.2019

	насекомых, животных, в парке можно играть, заниматься тренировками, дышать свежим воздухом для укрепления здоровья. Развивать выносливость, ловкость, внимание. Воспитывать экологическую культуру.	"Звёздочки"	воспитанию, Бабюк Н.И. воспитатель	
Безопасные предметы				
НОД по физической культуре "В гостях у зайки"	Воспитывать устойчивый интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, способствовать укреплению здоровья детей; закреплять умение ходить и бегать в колонне друг за другом, ходить на носочках, ходить по гимнастической скамейке, упражнять в ползании на четвереньках, подлезании под веревку, в умение выполнять определенные упражнения, согласовывая свои движения с движениями других детей.	Дети младшей группы "Любознайки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию, Рожнова В.В. воспитатель	1.08. 2019
Квест - игра "Опасные предметы"	Расширять кругозор детей. Развивать речь, память, мышление, восприятие, мелкую моторику пальцев рук, ловкость, быстроту, желание участвовать в совместных подвижных играх. Закрепить умение совмещать слова и действия в игре. Формировать знания о сохранении своего здоровья.	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	1.08. 2019
Безопасность при общении с животными				
Физкультурное занятие с элементами логоритмики "Насекомые на лугу"	Обогащать знания детей о насекомых, используя игровые методы и приемы. Формировать умение детей в прыжках на фитбольных мячах, в ходьбе в присяде под дугами. Развивать чувства ритма и координации речи с движением, ориентировку в пространстве, выразительность движений, положительный эмоциональный тонус. Развивать и расширять	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	2.08. 2019

	лексический запас воспитанников. Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Воспитывать у детей бережное отношение к насекомым.			
НОД по физической культуре "Домашние птицы" (на воздухе)	Способствовать развитию внимания, координации движений, творческого воображения. Упражнять в ходьбе по уменьшенной опоре, сохраняя равновесие; развивать навык прыжка на двух ногах из обруча в обруч, положенных друг за другом; развивать у детей речевое дыхание, формируя сильный плавный ротовой выдох; закрепить игры с речевым сопровождением; воспитывать умение слушать сигналы, дисциплинированность, умение находиться в коллективе сверстников.	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	2.08. 2019
НОД по физической культуре "Кошка и котята" (на воздухе)	Формировать правильную осанку; развивать координацию движений; учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед; воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности. учить детей бегать легко на носках, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, менять движения по сигналу воспитателя. Укреплять здоровье, создать положительные эмоции у детей.	Дети 2 младшей группы "Любознайки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	2.08. 2019
Создание музыкально - ритмической разминки "Насекомые"	Развивать слуховое восприятие, внимание, фонематический и музыкально-ритмический слух; отрабатывать координацию движений на уровне мелкой и общей моторики; воспитывать любовь к музыкальным		Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	2.08. 2019

	упражнениям.			
Неделя здоровья и спорта				
Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья				
Интегрированное занятие по валеологии "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!" с использованием ИКТ	Формировать представление о здоровом образе жизни; формировать знания о том, что природа является источником здоровья. Развивать умения точно выполнять движения в соответствии с текстом, координацию движений, ловкость, гибкость, дыхательную и сердечно – сосудистую системы. Воспитывать желание следить за своим внешним видом и аккуратности	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	5.08. 2019
В гостях у Айболита				
Физкультурный досуг "Путешествие в город Здоровья"	Формировать первичные навыки здорового образа жизни; закрепить умение двигаться в колонне по кругу друг за другом; развивать двигательную активность формировать правильную осанку; воспитывать интерес к занятиям физической культуре.	Дети 2 младшей группы "Любознайки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	6.08. 2019
Спортивное развлечение "Дружим с витаминами"	Закрепить с детьми знания о пользе витаминов в овощах и фруктах. Развивать двигательную активность, выносливость, скоростные качества, внимание. Воспитывать дружеские взаимоотношения в коллективе. Прививать привычку к ЗОЖ	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	6.08. 2019
День подвижных игр				
Игры с мячом	Формировать у детей интерес к занятиям с мячом; развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку, активность в играх с мячами; воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр; приучать к выполнению по сигналу	Дети средней группы "Теремок"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	7.08. 2019

"Скакалочка - превращалочка" (на воздухе)	Учить с детьми правила пользования скакалкой, прыгать через неё; совершенствовать движения, скорость реакции; развивать ловкость, сердечно-сосудистую систему; воспитывать уважение друг к другу, умение делиться скакалкой. Разучить игры со скакалкой: «Удочка», «Будущие спортсмены», «Скакалка – музыкальная»	Дети старшей группы "Звёздочки"	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	7.08. 2019
Консультация на сайт "Как научить ребёнка, прыгать на скакалке"	Познакомить родителей с этапами подготовки детей к прыжкам на скакалке; рассказать о пользе прыжков на скакалке для всего организма ребёнка.	Родители детей ДОУ, педагоги	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	7.08. 2019
Мы - спортсмены				
НОД по физической культуре "Мы спортсмены"	Учить прыгать в длину с места с активным взмахом руками вперёд и с отталкиванием обеими ногами, выражать положительные эмоции при выполнении физических упражнений, выразительно передавать в движении образы спортсменов; закрепить умение катать обруч, не теряя его; совершенствовать навыки ходьбы и бега, умения договариваться со сверстниками во время игр;	Дети младшей группы "Любознайки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию	8.08. 2019
День здоровья				
Спортивный праздник "День здоровья"	Повысить у детей интерес к физической культуре и здоровому образу жизни; активизировать двигательную активность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве; воспитывать любовь к спорту, физической культуре; развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах; создавать радостное эмоциональное настроение	Дети младшей группы "Любознайки", средней группы "Теремок", старших групп "Гномики" и "Звёздочки" 2	Порсина Н.В. инструктор по физическому воспитанию, Ганихина С.М. старший воспитатель, Невтыра О.Г. музыкальный руководитель, Ламанова Г.И. воспитатель, Зыкова Т.Ф. воспитатель	9.08. 2019
Выпуск газеты "В здоровом теле - здоровый дух"	Пропаганда воспитания здорового ребёнка; привлечение внимания к		Порсина Н.В. инструктор по физическому	9.08. 2019

Выводы:

Этот проект", с моей точки зрения, способствует укреплению здоровья ребёнка, развивает его физические качества, воспитывает привычку к здоровому образу жизни через различные физкультурные занятия, мероприятия.

На момент завершения работы над проектом

- У детей укрепилось физическое и психическое здоровье;
- Усовершенствовались функции организма, повысились его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям по средствам движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания;
- Сформирована правильная осанка и не будет плоскостопия;
- Сформированы жизненно необходимые двигательные умения и навыки ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- Привилась привычка к повседневной физической активности;
- Улучшились в ДОО условия для реализации потребности детей в двигательной активности;
- Развиваются физические качества, необходимые для полноценного развития личности (быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость, глазомер, равновесие);
- Выявлены интересы, склонности и способности детей в двигательной деятельности и они могут реализовать их через систему спортивно-оздоровительной работы;
- Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни, развивается интерес к физической культуре и спорту;
- Родители приобщаются к активной совместной работе, и объединяем совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию детей;
- Расширился и обогатился опыт родителей по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
- Воспитана потребность в здоровом образе жизни и выработана привычка к соблюдению режима, потребности в физических упражнениях и играх;
- Бережно относятся к своему организму;
- Детский коллектив стал сплочённый и дружный;
- Привился интерес к физкультуре и спорту;

- Воспитаны волевые качества личности: смелость, решительность, выдержка, настойчивость

Список литературы:

Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ 2010г. Москва
Творческий центр

Муллаева Н.Б. Конспекты – сценарии 2006г. Санкт- Петербург, «Детство-
пресс».

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для
занятий с детьми 3 – 7 лет. - М.: Мозаика – синтез, 2014.

Степаненкова, Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. – М.: Мозаика-
Синтез, 2010.

Саулина Т.Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения.
Издательство М.: Мозаика – синтез, 2015

Широкова Г.А. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном
учреждении. Росто на Дону, 2009

Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения.
Авторы составители: М.А. Павлова, Н.В. Лысогорская. Издательство
"Учитель", Волгоград, 2009

Журналы:

Ребёнок в детском саду №6 2012г стр. 39, Физкультурные досуги.
Свинцинская Р. В.

Интернет ресурсы

<http://www.kinderok.ru/detskij-sad/budni/pyat-prichin-zanimatsya-dyhatelnoy-gimnastikoy-s-detmi.html>

1. Приказ Минобрнауки России от 23.11.2009 № 655 «Об утверждении и введении в.
2. Степаненкова, Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2010.
3. 4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2008.- 160с.
4. - Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов ДУ /М.А. Рунова – М, Мозаика-Синтез, 2000 г./
5. **Здоровьесберегающие технологии**
6. Основной базой для своей воспитательно-образовательной деятельности считаю учет индивидуального уровня подготовленности детей. Два раза в год я провожу диагностические тесты в виде контрольных двигательных заданий, которые предлагаются детям в игровой и соревновательной форме.
7. **Оценка уровня индивидуальной подготовленности предполагает выполнение диагностических заданий:**
8. 1. Бег на 30 м со старта (определение скоростных качеств).
9. 2. Прыжок в длину с места (определение скоростно-силовых качеств).
10. 3. Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).
11. 4. Бросок мешочка с песком правой и левой рукой на дальность (определение скоростно-силовых качеств ребенка).
12. 5. Прыжок в высоту с разбега (только для старших дошкольников, определение скоростно-силовых качеств).
13. Анализ полученных данных позволяет мне скорректировать дальнейшую работу, включая соответствующие задания для развития гибкости, скоростных и скоростно-силовых качеств дошкольников как в общем, так и в индивидуальном порядке.
14. Дошкольники с удовольствием и радостью посещают мои занятия по физической культуре. Я твердо убеждена, что счастливый ребёнок – это здоровый ребёнок, поэтому забота о здоровье детей – одна из главных задач в моей работе. Поэтому широко использую в своей деятельности здоровьесберегающие технологии, целью которых является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.
15. К ним относятся
16. **технологии сохранения и стимулирования здоровья:**
17. оздоровительный бег, [стретчинг](#), [веселый тренинг](#),

18. динамические паузы; сюжетные и бессюжетные подвижные игры,
19. народные подвижные игры, спортивные игры; релаксация;
20. гимнастика пальчиковая; [гимнастика для глаз](#);
21. гимнастика дыхательная; элементы йоги и восточной гимнастики,
22. оздоровительная аэробика, гимнастика корригирующая;
23. оздоровительные процедуры в водной среде.
24. **технологии обучения здоровому образу жизни:**
25. физкультурное занятие, [утренняя гимнастика](#),
26. коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», [игровой массаж и самомассаж](#), точечный самомассаж.
27. Как средство коррекции поведения использую психогимнастику и народные подвижные игры («Улитка», «Змейка», «Молчанка»)
28. Все технологии я сочетаю с технологией музыкального воздействия.
29. Использование указанных оздоровительных технологий в игровом варианте способствует тому, что обучение и оздоровление происходит с легкостью, упражнения и оздоровительные техники остаются в памяти ребенка надолго.
30. Каждая из указанных технологий имеет оздоровительную направленность, а здоровьесберегающая деятельность формирует у дошкольника стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.
31. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у детей и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.
32. Стараюсь применять эффективные формы работы по оздоровлению детей с использованием как традиционных, так и нетрадиционных методов, и способов оздоровления детей: