

Тема родительского собрания:
"Здоровьесберегающие технологии в детском образовательном учреждении"

Цель: познакомить родителей с современными здоровьесберегающими технологиями, применяемыми в нашем ДОУ.

Задачи:

1. Показать применение технологий в ходе работы с детьми старшего дошкольного возраста.
2. Дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

План проведения.

Вступительное слово воспитателя.

Показ презентации «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста с использованием элементов игрового стретчинга».

Подведение итогов собрания. Принятие решения.

Ход собрания.

Выступление инструктора по физической культуре Графовой И.Н.

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности не только творческие, гармонично развитые, активные, но и здоровые.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе и нашего дошкольного учреждения. Такой ребенок обладает хорошей со-противляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и детей.

Так что же взрослые могут сделать, для того чтобы приобщить детей к здоровому образу жизни? Это мы с вами постараемся выяснить во время нашей встречи.

Сейчас хотелось бы предложить Вам посмотреть презентацию по теме «Физ-

культурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста с использованием элементов игрового стrectчинга».

Просмотр презентации.

1 слайд:



Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника в воспитательно-оздоровительной работе МБДОУ д/с №66 через систему игрового стrectчинга.

Задачи:

- оптимизировать рост и развитие опорно-двигательного аппарата;
- совершенствовать физические способности;
- развивать психические качества;
- учить простейшим приемам эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении.

2 слайд



Наша цель на сегодня, познакомить Вас, уважаемые родители, с современной здоровьесберегающей технологией А.Г. Назаровой «Игровой стrectчинг»; показать применение технологии в ходе работы с детьми дошкольного возраста; дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

3 слайд



- 1. Наглядность
- 2. Доступность
- 3. Систематичность
- 4. Закрепление навыков
- 5. Индивидуальный подход
- 6. Сознательность

4 слайд



- ✓ Занятия игровым стrectчингом по программе доп. образования Кружок «Здоровый малыш»
- ✓ «Игровой стrectчинг» на занятиях по физ. воспитанию
- ✓ Элементы игрового стrectчинга в подготовке детей к конкурсам
- ✓ Диагностика физического развития детей 2 раза в год

5 слайд



- Упражнения выполняются без воздействия со стороны, т. к. человеческое тело само по себе достаточно универсально.
- Каждое упражнение повторяется 4-6 раз (в зависимости от возраста). Подбирается инструментальная музыка с ярко выраженным ритмом. Начиная рассказывать сказку, одновременно разыгрывая ее.
- Игра состоит из нескольких фрагментов, в которое вплетены упражнения на статическую растяжку мышц, прыжки, стимуляцию точек на стопе, расслабление для восстановления дыхания, и длится 20 минут со старшими, а с малышами, столько, сколько он сам захочет.

6 слайд

Структура занятия

1. Вводная часть. Задача: подготовить организм ребенка к выполнению более сложных упражнений в основной части.
2. Основная часть. Обучение новым упражнениям, закрепление старых.
3. Заключительная часть. Задача восстановление организма после физических нагрузок и переход к другим видам деятельности.

7 слайд

Работа с педагогическим коллективом

- ✓ Консультации для педагогов по методике «игровой стретчинг для детей»
- ✓ Практические семинары с педагогами
- ✓ Разработка системы планирования
- ✓ Серия практических занятий с воспитателями «Попробуй сам и стань лучше»
- ✓ Проведение мониторинго-физического состояния детей

Спасибо за внимание!

Итог собрания.

Мы рассказали вам сегодня много интересного. Надеемся, что информация окажется для вас полезной. И в завершении работы нашего круглого стола мне бы хотелось напомнить, о том, что любые формы работы с детьми в данном направлении, какие бы мы не применяли на практике это прекрасно, но личный пример родителей в любом деле важнее всего! Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители! Всем удачи! Благодарим за внимание!

Консультация для родителей «Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой»

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в развитии оздоровления дошкольников.

Основными задачами дыхательных упражнений на музыкальных занятиях являются:

- 1 укрепление физиологического дыхания детей (без речи)
- 2 формирование правильного речевого дыхания (короткий вдох - длинный выдох)
- 3 тренировка силы вдоха и выдоха
- 4 развитие продолжительного выдоха

Работа над дыханием проводится перед пением или является самостоятельным видом деятельности. Я предлагаю вам разучить и использовать самим несложные упражнения А. Стрельниковой.

Александра Николаевна Стрельникова – оперная певица, театральный педагог. Совместно со своей матерью она разработала принципы дыхательной гимнастики для расширения диапазона голоса, улучшения тембра, а в последствии и для оздоровления. В 1972 году было зарегистрировано авторское право на « Способ лечения болезней, связанных с потерей голоса» Принцип гимнастики А.Н. Стрельниковой – короткий и резкий вдох носом в сочетании с движениями, сжимающими грудную клетку. Это вызывает физиологическую реакцию всего организма, обеспечивающую широкий спектр позитивного воздействия.

**При выполнении упражнений
необходимо соблюдать определенные правила:**

1. вдох – громкий, активный, просто шумно на всю комнату шмыгать носом, как бы нюхая)
2. выдох – абсолютно пассивный, уходит через нос или через рот, кому как удобно. О выдохе думать вообще запрещено. Воздух должен сам уходить после каждого вдоха
3. каждое упражнение должно разучиваться до автоматизма

В дыхательной гимнастике Стрельниковой короткие шумные вдохи носом делаются одновременно с движениями: хватаем - нюхаем, кланяемся-нюхаем, поворачиваемся – нюхаем.

Комплекс дыхательной гимнастики (по А.Н. Стрельниковой)

«Ладошки»

Стихотворение для разучивания, выполняется упражнение без стихотворения.

Ладушки ладошки,
Звонкие хлопошки.
Мы ладошки все сжимаем,
носом правильно вдыхаем.
Как ладошки разжимаем,
То свободно выдыхаем.

Дети стоят ровно и прямо. Ноги чуть шире плеч, руки согнуты в локтях, ладошки повёрнуты к «зрителю».

На счет «раз» - хватательные движения ладошками (сжимаем их в кулаки) и одновременно вдох.

На 4 счета делаем подряд 4 коротких вдоха - выдоха. Отдыхаем 3-5 секунд и продолжаем. Норма 4 раза по 4 вдоха - выдоха.

«Погончики»

Вот погоны на рубашке,
Темный кожаный ремень.
Я теперь не просто мальчик –
Я военный летчик!

И.п. – то же. Руки в кулаках, кулаки прижаты к животу на уровне пояса.

На счет «раз» с силой толкаем кулаки вниз и выпрямляем пальчики – вдох. Возвращаемся в исходное положение.

«Насос» (Накачиваем шины)

По шоссе летят машины –
Все торопятся, гудят.
Мы накачиваем шины,
Дышим много раз подряд.

Дети стоят слегка наклонившись, голова опущена вниз. Руки «накачивают насос» – движение вниз - вдох. И.п. – выдох.

«Кошка» (приседание с поворотом)

Мягонько ступают ножки,
Язычком ест вместо ложки,
Ты погладь её немножко –
Сразу замурлычет кошка.

И.п. как в 1 упр. На счет «раз» поворачиваем верхнюю половину тела вправо, слегка приседаем, кисти рук делают хватательное движение – вдох. Выдох – И.П. на счет «два» движение в другую сторону.
Норма: 4 раза по 4 вдоха – выдоха.

«Обними плечи!»
(вдох на сжатие грудной клетки «Соедини локти!»)

Ах, какой хороший я,
Как же я люблю себя!
Крепко обнимаю
Носиком вдыхаю!

И.п. – руки согнуты в локтях, подняты на уровень груди и разведены в стороны, правая рука ниже левой.
На счет «раз» обнимаем себя так, чтобы локти сблизились.
Меняем положение рук.
Норма: 4 раза по 4 вдоха – выдоха.

« Большой маятник! («Игрушка – невалышка»)

Наклонилась невалышка,
Но упасть – не упадет.
Даже если кт мой Яшка
Невалышку в бок толкнет.
В бок толкнет игрушку он
И в ответ услышит звон.
Интересно очень Яшке:
Что внутри у невалышки?

Это комплексное упражнение, состоящее из двух простых: « Насос» и « Обними плечи».

На счет «раз» слегка наклоняемся вниз, спина круглая, голова опущена, кисти рук тянутся в колени – вдох. Выдох – возвращаемся назад.
На счет «два» - запрокидываем голову назад, «обнимаем себя» – вдох . Возвращаемся назад - выдох.

**Конспект ОД в средней группе
с использованием технологии
М.Н. Поповой «Навстречу друг другу»,
«Прогулка по лесу»**

Цель: помочь родителям в установлении эмоционального контакта с ребёнком, расширении диапазона их общения. Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия, обогатить двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Воспитывать эмоциональное сближение родителей и ребёнка.

Задачи:

1. Помочь родителям и детям ощутить радость, удовольствие от встречи друг с другом, от совместной двигательно - игровой деятельности;
2. Способствовать развитию у родителей и детей умения настраиваться друг на друга, чувствовать партнера для успешности в совместной двигательной и интеллектуальной деятельности;
3. Расширять у детей двигательный опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, смелость, выносливость;
4. Развивать у детей психические процессы: внимание, память. Мышление, воображение, речь;
5. Способствовать эмоциональному сближению родителя с ребенком.

Оборудование: шишки, мелкие игрушки; гимнастическая скамейка, мат; маски для игры, ленточки, картинки с изображением зверей.

Ход занятия:

Инструктор входит в зал вместе с детьми, где уже находятся родители спиной к детям. Ребята, посмотрите и угадайте где ваши родители, подбегите к ним. (Родители поворачиваются, подкидывают вверх своего ребенка и держа на руках, прижимают к себе). Давайте представим. Что мы с вами гуляем по лесу, светит солнышко, поют птички. У нас с вами прекрасное настроение. (Родители, взявшись за руки со своими детьми гуляют). В лесу растут разные по высоте деревья. Давайте покажем, какие растут *большие деревья*. Родители потягивают за вытянутые вверх руки ребенка, ребенок встает на носочки. А могут встретиться после сильного ветра *упавшие деревья*. Мы будем через них перешагивать и переползать. (Родитель садится на пол и приподнимает туловище, ребенок проползает под спиной родителя), затем родитель берет за руку ребенка и помогает ему перепрыгнуть через ноги. А что можно найти под елочкой? (*Шишки*). Вот мы и соберем их. Родитель держит ребенка за руку. А ребенок поднимает шишки пальчиками ног и поднимает ножку согнутую вверх. А какие *птички* живут в лесу? Давайте превратимся в птичек и полетаем (вместе летают и размахивают руками). Музыка останавливается, и дети птички находят своих родителей.

Какие вы молодцы, но что бы продолжить нашу прогулку, надо немного размяться.

Выполняют ОРУ в парах: (М.Н. Попова « Навстречу друг другу)

1. « Стойкий солдатик».
2. « Поднимись на горку»
3. « Обезьянка»
4. « Качели»
5. « Рыбки»
6. « Прыжки»

ИНСТРУКТОР: какие вы все молодцы! А теперь отправляемся дальше. Впереди лежит большое дерево, нам надо преодолеть это препятствие.

1 Прыжки через гимнастическую скамейку (навстречу друг другу перепрыгивают скамейку, опираясь на руки). Встретившись на середине, они встают на скамейку, и взрослый поднимает ребенка на руки и поворачивается вокруг себя. Затем идут до конца скамейки друг за другом.

Смотрите на пути семейство обезьян. У них совсем маленькие детеныши и их родители носят их на себе. Давайте и мы попробуем с вами.

2. « Обезьянка». Взрослый стоит на коленях перед ребенком. Помогает ему повиснуть на взрослом, обхватив ногами за спину, а руками шею. Взрослый становится на четвереньки и ползает.

Впереди болото и узкая тропинка из камушек, нам надо аккуратно пройти.

3. « Совместная ходьба». (Ребенок ставит свои ноги на ноги взрослому, обнимая его за туловище, и идут вместе).

Сколько листвы налетело. Давайте уберем ее.

4. « Тачки» (взрослый на четвереньках, а ребенок перед ним, ставит свои ноги ему на плечи, и так идут вместе).

Вот мы и вышли на полянку, пришло время поиграть.

Подвижная игра « Кошки, мышки». (По типу «Ловишки с ленточкой»).

« Мы веселые мышата, любим бегать и скакать. Ну попробуй нас догнать, раз, два, три - лови».

Пришло время возвращаться. Спокойно взявшись за руки, идут по залу. Игра « Добрые слова». Садятся все на пол родители с детьми на коленях. Смотрят друг другу в глаза и говорят добрые слова.

Доверительная беседа. Как вам понравилась наша прогулка по лесу? Каких животных мы видели? Какое задание больше всего понравилось? Вы не устали? Вы все замечательно справились с трудными заданиями. Показали какие вы сильные, смелые, выносливые, активные. У меня для вас есть подарки. Из корзины достаю букеты из листьев и дарю родителям и их детям. Спасибо вам за прогулку, до свидания!

СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК «А НУ- КА, ПАПЫ!»

Цель: формирование у детей и взрослых мотивации на здоровый образ жизни, удовлетворение потребностей в движении, воспитание чувств взаимопонимания, создание эмоционального комфорта.

Задачи:

1. Совершенствовать знания о военных профессиях;
2. Способствовать развитию двигательных умений: координации движений, ловкости, быстроты, меткости у детей;
3. Способствовать гармонизации детско-родительских отношений, оздоровлению детей;
4. Создать радостную, эмоциональную атмосферу в зале;
5. Воспитывать патриотические чувства.

Материалы и оборудование: бумажные звезды, обручи, мячи, канат, плакаты для украшения зала, кастрюля, овощи (лук, морковь, картофель, свекла), конверт с пазлами.

Ход праздника:

Дети и родители заходят в зал под музыку марша.

Инструктор: Ребята, наш праздник посвящен Дню защитника Отечества. Ваши дедушки, папы, братья служили или служат, будут служить в армии. Они защищают нашу страну, чтобы вы могли спокойно жить, учиться под мирным небом Родины. Наши славные воины мужественны и смелые и вы, ребята, конечно, хотите быть похожими на них. Сегодня вы покажете, какими вырастёте сильными, крепкими, ловкими, чтобы стать достойной сменой и в этом нам помогут ваши папы и братья.

Дети поют песню «Наша Родина сильна».

Инструктор: Вы готовы показать свою ловкость, силу, смекалку и быстроту? (Да). Тогда команды приглашаю на построение (Строятся дети, за ними папы). Я попрошу каждого ребенка представить своего папу (каждый ребенок говорит как зовут его папу и кто он по профессии). А теперь когда мы познакомились с участниками, прошу капитанов команд представить свои команды (название команды, девиз). Замечательно, а теперь скажите, что солдаты каждое утро обязаны делать, чтобы быть сильными? (зарядку). Правильно. Я приглашаю команду показать свою разминку (сначала одна команда, затем другая выполняют разминку под музыку). Вот теперь вы все размаялись, пришло время и посоревноваться. Готовы? (да).

1. Эстафета «Важное письмо»

Команда выстраивается таким образом: дети в колонну друг за другом, лицом к папам. А папы стоят в колонну с интервалом, последний папа стоит перед столом. У каждого ребенка в руке конверт с пазлом. По команде по очереди дети передают конверты папам, те передают из рук в руки до последнего. Последний папа должен собрать из пазлов картинку. Выигрывает та команда, которая быстрее и правильно соберет картинку.

2. Эстафета «Учебная тренировка»

Участвуют только дети. По команде, побегают к обручам, одеваются на себя, залазают на гимнастическую стенку, приставными шагами переходят на другой пролет и спускаются. Бегом в свою команду.

3. Эстафета «Шеф-повар»

Участвуют папы. По команде папа надевает колпак и фартук, берет любой овощ из ведерка, бежит к кастрюле, чистит и кладет овощ в кастрюлю. Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

Инструктор: давайте подведем результаты. На доске подсчитывается количество звезд у каждой команды. Давайте немного отдохнем и я загадаю вам загадки.

1. В эту пятницу

С папой в тир идём стрелять,
Чтоб до Армии я смог
Стать, как «Ворошиловский ...»!
(Стрелок)

2. Кто шагает на параде,
Вьются ленты за спиной,
Ленты вьются, а в отряде
Нет девчонки ни одной.

(Моряки)

3. Подрасту, и вслед за братом
Тоже буду я солдатом,
Буду помогать ему
Охранять свою ...

(Страну)

4. Самолет парит, как птица,
Там — воздушная граница.
На посту и днем, и ночью

Наш солдат — военный ...

(Летчик)

5. Все он в один миг решает,
Великий подвиг он совершает,
Он за честь стоит горой.

Кто он? Правильно.

(Герой)

Инструктор: Молодцы, все загадки разгадали. Продолжаем наши состязания. Вы готовы?

4. Эстафета «Перевозка раненого»

По команде двое пап сделав руки крестом, перевозят ребенка в «санбат», где другие папы бинтуют голову, ногу, руку ребенку. И так пока всех детей не перевезут.

5. Эстафета «Меткий стрелок»

Команды располагаются так: папы у линии старта, а дети на противоположной стороне. По очереди папы накидывают своему ребенку мягкие кольца на руки. Побеждает та команда, где больше у детей колец.

6. Эстафета «Перетягивание каната»

По команде начинают тянуть канат. Побеждает команда перетянувшая на свою сторону другую команду.

Инструктор: Вот и подошел к концу наш праздник. Вы были все очень сильными, ловкими и быстрыми, но как в любых соревнованиях есть победитель. Подсчитывается количество звезд. Команды приглашаются на построение, вручаются медали и призы. Исполняется танец «Яблочко».

СЦЕНАРИЙ КВЕСТ-ТИМБИЛДИНГА

«ПИРАТЫ ЧЕРНОГО МОРЯ»

Цель: организовать единый интегративный процесс взаимодействия взрослого и ребенка, направленный на обеспечение развития ребенка, сохранения его уникальности и самобытности, создание возможностей раскрытия способностей, склонностей.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту.
2. Формировать у детей и родителей положительные эмоции от совместного мероприятия.
3. Развивать морально – волевые качества, быстроту, силу, ловкость, выносливость.
4. Воспитывать товарищество, спортивный характер, смелость, взаимовыручку.

Оборудование и инвентарь: макет корабля, лесенка-перекладина, спортивное оборудование; флаг пиратский, сундук, карта-маршрут, пиратские монеты.

Каждая семья накануне игры получает письмо от капитана Флинта:
«Капитан Флинт собирает команду для поиска старинных пиратских монет в обмен на сундук с сокровищами. Пиратское судно «Барракуда» будет пришвартовано в Бухте ветров (детский сад № 66, ул. Золотаревского, 14 в 10 утра!) Каждой семье придумать название команды, девиз и прибыть в указанное место и время в пиратском костюме»

ХОД ИГРЫ:

Звучит музыка «Пираты Карибского моря», команды собираются на палубе корабля «Барракуда».

Флинт. Что заждались меня? Я капитан Флинт - предводитель пиратов. Смотрю, собралась отличная компания и вы все на один сундук с сокровищами! Вы даже не представляете какое сокровище я спрятал на острове. Стар я стал и хочу поделиться своими сокровищами, но ими я поделюсь только в обмен на старинные пиратские монеты. Эти монеты можно найти на семи островах, только их охраняют мои помощники-пираты. Выполнив их задания, вы сможете получить монеты.

Ну что, вы готовы? Теперь я хотел бы познакомиться с вашими командами.
(Каждая команда представляет свое название и девиз)

Теперь я вижу, что вы достойны быть пиратами! Вот вам карты с маршрутами путешествий по островам. В путь! И попутного вам ветра! А я вас буду ждать здесь, в Бухте ветров, со старинными монетами.

Команды получают карты и начинают проходить испытания.

Острова: (пираты-помощники на островах объясняют задания и следят, чтобы выполнения заданий были правильными).

1. **«Остров Смелых».** Пройти каждому члену семьи по лестнице – перекладине. Ребенку осуществляют страховку (ведут за руки родители), а сами выполняют задание самостоятельно.
2. **«Остров Головоломок».** Команда должна решить логическую задачу.

3. «Остров Незатонувших кораблей». Ребенок должен из бумаги сложить кораблик, а родители из пластилина слепить маленького человечка, посадить на корабль и «отправить в дальнее плавание».
4. «Остров Морские черепахи». Каждый участник с закрытыми глазами рисует черепаху. Ребенок - голову, мама - туловище, папа – лапки. Затем все вместе, с открытыми глазами, дорисовывают морское дно.
5. «Остров Гремучиз змей». Родители врашают скакалку, ребенок выполняет 2 прыжка, затем папа и мама.
6. «Остров Паучье логово». Пройти лабиринт из натянутой резинки, строго от начала до конца «змейкой».
7. «Остров Зоркий глаз». Каждый участник должен попасть по мишеням мешочком с песком.

Каждая команда возвращается с монетами в Бухту ветров.



Флинт. Ну что, справились с заданием? Сейчас проверим (пересчитывает у каждой команды монеты). Молодцы, отлично поработали, а сейчас мои

помощники-пираты подведут итог вашего путешествия. А я приглашаю вас отдохнуть и потанцевать со мной шуточный танец «Буги-Вуги».

Играет музыка, капитан Флинт с командами танцует.

Пиратка. Ну что, капитан Флинт, вы действительно собрали себе большую достойную команду для поиска старинных монет, но среди них есть команда, которая прошла все испытания без единой ошибки.

Флинт. Да?! Это очень здорово, тогда я отдаю этот ключ от сундука победителю, и он имеет честь открыть его сам.

Команды подходят к сундуку, победитель открывает его, играет музыка. Флинт раздает золото командам (шоколадные монеты). Затем награждение победителя и участников игры (грамоты и подарки).

Флинт. Я остался очень доволен нашим путешествием и мне не жаль было вам отдавать мои сокровища. Вы все дружные, смелые, ловкие. Я говорю вам спасибо и прощаюсь с вами. До новых приключений!



Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»

1. Что вы подразумеваете под "здоровым образом жизни"? _____.

2. Считаете ли вы свой образ жизни здоровым, почему?

- да _____,
- нет _____.
- не знаю

3. Закаляетесь ли вы или ваши члены семьи?

- да
- нет
- иногда

4. Проводите ли вы совместный семейный активный досуг (турпоходы, прогулки и т.д.)

- да;
- нет;
- иногда.

5. Что, на ваш взгляд, является основной причиной заболеваний вашего ребенка?

- неудовлетворительное медицинское обслуживание;
- плохое материальное положение в семье;
- неблагоприятные экологические условия;
- недостаток знаний в вопросах сохранения здоровья;
- другие причины (указать) _____.

6. Ваши предложения для улучшения работы по формированию здорового образа жизни в дошкольном образовательном учреждении МБДОУ № 66.

Паспорт проекта

Наименование проекта	Проект по сохранению здоровья участников образовательного процесса «Здоровье детей в наших руках»
Организация	МБДОУ детский сад № 66
Разработчики проекта	Инструктор по физической культуре – Графова Ирина Николаевна
Участники проекта	<ul style="list-style-type: none"> - педагоги, - воспитанники, - родители
Проблема	Увеличен показатель детей, ведущих нездоровыи образ жизни в семье (снижена физическая активность, наблюдается несбалансированное питание, несоблюдение режима дня)
Необходимость разработки проекта	Необходимость усиления у детей и родителей мотивации и потребности к здоровому образу жизни.
Цель проекта	<p>Приобщение детей и родителей к здоровому образу через организованную модель здоровьесбережения в ДОУ.</p> <p>Поиск эффективных методов и приемов по повышению активности родителей в вопросах здоровьесбережения у дошкольников</p>
Задачи проекта	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование у дошкольников через непосредственную образовательную деятельность и дополнительное образование представлений о здоровье человека и здоровом образе жизни; мотивация на сохранение своего здоровья и здоровья окружающих людей; - Повышение компетентности родителей в использовании здоровьесберегающих возможностей в семье.
Вид проекта:	По продолжительности: краткосрочный;
Этапы реализации проекта	<p>1 этап – организационный,</p> <p>2 этап – формирующий,</p> <p>3 этап - обобщающий</p>

	3 этап - обобщающий
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> - повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту; - повышение интереса родителей к здоровому образу жизни; - повышение профессионального мастерства педагогов в старшей группе «Гномики» в здоровьесбережении; - создание единого воспитательно–образовательного пространства на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями

План деятельности по реализации проекта

Мероприятия	Сроки	Исполнители
1 блок. Физическая культура		
<ul style="list-style-type: none"> - Систематическое проведение утренней гимнастики. - Систематическое проведение организованной образовательной деятельности в спортивном зале и на улице - Физкультминутки во время образовательной деятельности - Гимнастика после сна - Подвижные игры - Спортивные праздники - Недели здоровья (физкультурные развлечения и игры-эстафеты, совместные досуги с родителями) - Физкультурные прогулки 	<p>Ежедневно</p> <p>Инструктор по физической культуре, педагоги группы «Гномики», родители</p> <p>1 раз в месяц</p> <p>Ежедневно</p>	
2 блок. Оздоровительная работа		
<ul style="list-style-type: none"> - Закаливающие мероприятия (хождение босиком по «дорожкам здоровья», полоскание рта, воздушные ванны). - Самомассаж «Гимнастика маленьких волшебников». 	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, педагоги группы «Гномики»

<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательная гимнастика - Гимнастика для глаз. - Профилактическая гимнастика, предотвращающая нарушения осанки и плоскостопия 		
--	--	--

3 блок. Методическая работа

<ul style="list-style-type: none"> - Консультации для воспитателей на темы: - «Игры, которые лечат», - «Как правильно провести гимнастику с дошкольниками с элементами стретчинга». 	<p>Сентябрь ноябрь</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
<p>Семинары-тренинги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Дыхательная гимнастика по Стрельниковой» 	<p>октябрь</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
<p>Преобразование предметно-развивающей среды в группе в целях усиления ее здоровьесберегающей направленности</p>	<p>сентябрь 2015 год</p>	<p>Педагоги группы «Гномики»</p>

4 блок. Работа с родителями

<p>Информационные стенды для родителей в группе:</p> <p>«Возрастные особенности ребенка»</p> <p>«Режим дня»</p>	<p>октябрь ноябрь</p>	<p>Педагоги</p>
<p>- Участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ</p>	<p>в течение проекта</p>	<p>Инструктор по физической культуре, воспитатели группы</p>

<p>Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Роль семьи в физическом воспитании ребенка» - «Здоровый ребенок» - «Как провести выходной день с детьми» 	<p>сентябрь октябрь ноябрь</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
<p>Родительские собрания</p> <p>«Семья - здоровый образ жизни» (групповое) «Методика проведения дыхательной гимнастики» (общее)</p>	<p>сентября октябрь</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>
<p>Анкетирование: -«Здоровый образ жизни»</p>	<p>3 неделя октября</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>