

Оздоровительный проект

«За здоровьем к тетушке Сове»

Автор: воспитатель Семенова М.А.

Соавтор: воспитатель Кавалер О.Н.

Оздоровительный проект «За здоровьем к тетушке Сове»

Вторая младшая группа.

Цели:

Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья младших дошкольников.

Создание условий для формирования у детей 3-4х лет навыков здорового образа жизни. Объединение усилий педагогов и родителей для эффективной оздоровительной работы.

Задачи:

- 1) формирование представлений о некоторых признаках здоровья и основных компонентах здорового образа жизни;
- 2) формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью;
- 3) воспитание навыков здорового поведения;
- 4) обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- 5) повышение функциональных и адаптационных возможностей организма детей;
- 6) обогащение двигательного опыта детей и развитие психо-физических качеств .

Оздоровительный проект «За здоровьем к тетушке Сове»

Средняя группа.

Цели:

Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья детей среднего дошкольного возраста .

Создание условий для формирования у детей 4-5 лет навыков здорового образа жизни. Объединение усилий педагогов и родителей для эффективной оздоровительной работы.

Задачи:

- 1) формирование представлений о некоторых признаках здоровья и основных компонентах здорового образа жизни;
- 2) формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью;
- 3) воспитание навыков здорового поведения;
- 4) обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- 5) повышение функциональных и адаптационных возможностей организма детей;
- 6) обогащение двигательного опыта детей и развитие психо-физических качеств ,психологического комфорта .
- 7) формирование самостоятельности в использовании оздоровительных средств.

Оздоровительный проект «За здоровьем к тетушке Сове»

Старшая группа.

Цели:

Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья детей старшего дошкольного возраста .

Создание условий для формирования у детей 5-7 лет навыков здорового образа жизни. Объединение усилий педагогов и родителей для эффективной оздоровительной работы.

Задачи:

1. Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни: знания в области гигиены, питания, физической культуры.
2. Формировать потребность в положительных привычках и здоровом образе жизни.
3. Формировать жизненно важные двигательные умения и навыки, способствующие укреплению здоровья.

Оздоровительно - профилактические мероприятия

- Правила личной гигиены
- Точечный массаж
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Утренняя гимнастика
- Физминутки
- Витаминотерапия
- Фито-чай
- Чесночные коробочки
- Рациональное питание
- Эмоциональные разрядки, релаксация

Закаливающие процедуры

- Солевые дорожки
- Дорожки здоровья
- Гимнастика после сна
- Босохождение
- Воздушное закаливание, прогулки

1. Валеологическое направление

За здоровьем к тетушке Сове

2. Развитие двигательной сферы

Мелкая моторика

- Пальчиковая гимнастика
- Игры с деревянными палочками

Крупная моторика

- Ритмопластика
- Спортивные игры
- Элементы норвежской ходьбы
- Катание на лыжах
- Катание на самокатах
- Подвижные игры

3. Досуговые формы работы

- Спортивные досуги
- Спортивные праздники
- Дни здоровья

Методы работы

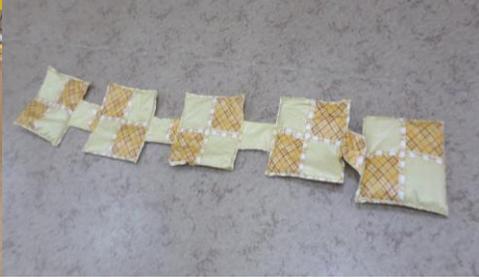
- Чтение художественной литературы
- Использование медиаматериалов (мультфильмы, видеоролики, презентации, музыкальное сопровождение)
- Игры разной направленности
- Беседы

4. Работа с семьями

- Советы и рекомендации
- Совместные спортивные мероприятия
- Выступления на родительских собраниях
- Анкетирование, опросы

«Что за прелесть эти сказки!»







Весы



Горка



Добывание огня



Догонялочка



Бревнышко катаем



Бревнышко катаем



Элементы криотерапии
«Волшебный ледяной кубик»



Комплекс после сна

Спортивные досуги



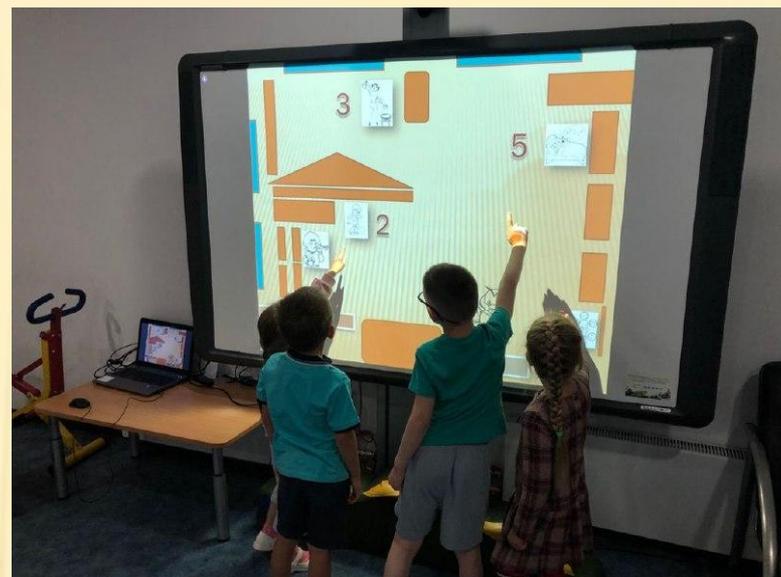


Норвежская ходьба

Здоровое питание



Использование медиаматериалов
(мультфильмы, видеоролики,
презентации)





Взаимодействие с родителями