

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Хотьковская средняя общеобразовательная школа №5»
структурное подразделение №4**

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

**«Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми
старшего дошкольного возраста».**



КУЧЕРОВА НАТАЛЬЯ СЕРГЕЕВНА

воспитатель высшей квалификационной категории

АЛЯМОВСКАЯ ЕВГЕНИЯ ВАЛЕРЬЕВНА

воспитатель высшей квалификационной категории

Вид проекта: долгосрочный (сентябрь- май)

Участники: дети старшей группы № 5 (5–6 лет), воспитатели, родители.

Тип проекта: практико-ориентированный, оздоровительный.

Актуальность

В старшем дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья. Учитывая рост учебной нагрузки и малоподвижный образ жизни, внедрение здоровьесберегающих технологий становится приоритетом. Проект позволяет интегрировать оздоровительные моменты во все виды деятельности, не переутомляя ребенка.

Цели и задачи

Цель: Создание устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и сохранение физического и психического здоровья детей.

Задачи:

Для детей: Повысить адаптивные возможности организма; развить координацию и мелкую моторику; сформировать знания о своем теле.

Для педагогов: Внедрить в режим дня современные методы (динамические паузы, релаксация, кинезиология).

Для родителей: Повысить грамотность в вопросах оздоровления детей дома.

Этапы реализации

I этап: Подготовительный

Изучение методической литературы.

Мониторинг состояния здоровья детей.

Анкетирование родителей.

Обновление «Уголка здоровья» в группе

II этап: Основной (Практический)

Календарный план

Месяц	Стимулирующие технологии (Ежедневно)	Обучающие технологии (1 раз в неделю)	Коррекционные технологии (По графику)
Сентябрь	Комплекс «Здравствуй, сад!», ходьба по массажным дорожкам.	Беседа «Что значит быть здоровым?». Мониторинг физ. качеств.	Артикуляционная гимнастика «Веселый язычок». Сказка «О Хворейке».
Октябрь	П/игры «Осенние листочки», «Перелет птиц». Закаливание водой (руки).	Тема «Овощи и фрукты — витаминные продукты». Д/игра «Чудесный мешочек».	Гимнастика для глаз «Листопад». Дыхательное упр. «Ветерок».
Ноябрь	Утренняя гимнастика с лентами. Гимнастика пробуждения «Проснись, дружок».	Беседа «Наше сердце». Пятиминутка «Чистые руки — залог здоровья».	Точечный массаж (профилактика ОРВИ). Релаксация «Шум леса».
Декабрь	Зимние забавы на прогулке, эстафеты на снегу. Ходьба «змейкой».	Беседа «Микробы и мыло». Проект «Здоровые зубки».	Сказкотерапия «Как Мишутка закалялся». Дыхание «Снежинка».
Январь	Игры-соревнования «Кто быстрее?». Гимнастика после сна в кроватках.	Тема «Зимние виды спорта». Пятиминутка «Как не замерзнуть на улице».	Самомассаж с шишками. Релаксация «Волшебный сон».
Февраль	Упражнения на осанку «Стройная спинка». П/игра «Защитники крепости».	Тема «Органы чувств: глаза и уши». Беседа «Зачем нужен сон?».	Тренинг «Я и мои эмоции». Упр. для глаз «Меткая стрела».

Март	Комплекс гимнастики с мячами. Босохождение по «тропе здоровья».	Тема «Мой скелет — моя опора». Беседа «Первая помощь при ссадинах».	Пальчиковые игры с Су-Джок. Дыхательное упр. «Аромат весны».
Апрель	Весенние пробежки, прыжки через скакалку. Зарядка на свежем воздухе.	Тема «Кожа — наша защита». Акция «День здоровья» (7 апреля).	Психогимнастика «Солнечный зайчик». Упр. «Надуй шарик».
Май	Спортивные игры (бадминтон, городки). Итоговая диагностика.	Викторина «Знатоки ЗОЖ». Беседа «Безопасное лето (солнце, вода)».	Музыкотерапия «Звуки природы». Сказка «О стране Здоровья».

Работа с родителями:

- **Октябрь:** Консультация «Одежда ребенка на прогулке».
- **Декабрь:** Спортивный праздник «Папа, мама, я — здоровая семья».

III этап: Заключительный

Итоговое спортивное развлечение «Мама, папа, я — здоровая семья».

Выставка детских рисунков «Витаминки на кустах»

6. Ожидаемые результаты

Положительная динамика показателей физической подготовленности.

Сформированность у детей осознанного отношения к гигиене.

Создание единого здоровьесберегающего пространства «Семья — Детский сад».

