

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД №2 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК» БАРАБИНСКОГО РАЙОНА
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

Проект на тему:
«Здоровье в наших руках»

Воспитатель:

Конева Алия Фаритовна

2017 – 2018 учебный год.

Содержание проекта

- Паспорт проекта
- Цель, задачи, актуальность, практическая значимость проекта, ожидаемый результат.
- Этапы реализации проекта: подготовительный, практический, заключительный.
- Приложения
- Список использованной литературы.

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Тема: «Здоровье в наших руках»

Вид проекта: практико–ориентированный.

Участники проекта: воспитатели и воспитанники старшей группы, родители.

Продолжительность: долгосрочный

Сроки реализации: сентябрь 2017 – май 2018.

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА. Создание благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребенка.

ЗАДАЧИ.

Для детей.

1. Обогащать и закрепить знания о здоровом образе жизни, о пользе физических упражнений и спорта в жизни человека.
2. Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, умения и навыки сотрудничества через нравственный и эстетический опыт проведения спортивных мероприятий.
3. Воспитывать потребность у детей вести здоровый образ жизни.
4. Воспитывать у детей целеустремленность, организованность, инициативность, трудолюбие.

Для родителей.

Развивать творческие и физические способности детей в спортивной деятельности, формировать активную позицию в сохранении и укреплении здоровья детей.

АКТУАЛЬНОСТЬ ТЕМЫ: Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самими собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и

укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Предполагаемый результат для детей:

- Снижение уровня заболеваемости детей.
- Повышение уровня физической подготовленности воспитанников
- Расширение знаний детей о своём здоровье, о культуре гигиены.
- Формирование у детей осознанной потребности в здоровом образе жизни.

Предполагаемый результат для родителей:

- Сформированная активная родительская позиция.
- Повышение компетентности родителей в вопросах здорового образа жизни.
- Активное участие родителей в учебно - воспитательном процессе и жизни детского сада.

Этапы разработки проекта:

1 этап:

- обследование темы, мотивация ее выбора;
- определение цели и задач проекта;
- подбор литературы, пособий, дидактического материала;
- обсуждение с родителями, детьми вопросов связанных с проведением проекта;
- оставление тематического планирования работы с детьми, родителями.

2 этап:

- Беседы с детьми
- Чтение художественной литературы
- НОД
- Подвижные, малоподвижные игры

3 этап:

- Самоанализ проделанной работы, оценка результатов, формирование выводов.
- Беседы с родителями
- Внесение коррективов и дополнений в планирование дальнейшей работы по данному направлению.

Оздоровительная система в режиме дня

Утренняя гимнастика:

- Дыхательная гимнастика;
- Дыхательная и звуковая гимнастика;
- Общеразвивающие упражнения;

Физкультминутки на занятиях:

- Дыхательные упражнения;
- Пальчиковая гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Динамические паузы;

Утренняя прогулка:

- Дыхательная гимнастика. Включающая мышечные упражнения;
- Оздоровительная ходьба и бег.
- Подвижные и спортивные игры.

Перед обедом

- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика;
- Упражнения на развитие мелкой моторики;
- Артикуляционная гимнастика;
- Игровой самомассаж.

После сна

- Гимнастика пробуждения;
- Ходьба с использованием нестандартного физкультурного оборудования (предупреждение плоскостопия, профилактика осанки).
- Оздоровительный массаж с помощью сухого обтирания.

Оздоровительные мероприятия

1. Четкая организация теплового и воздушного режима в помещении (проветривание согласно графика).
2. Следить за рациональной одеждой детей (в групповых комнатах дети находятся в облегченной одежде, одежда для прогулок должна соответствовать времени года и характеру погоды).
3. Ежедневно проводить утреннюю гимнастику, организовывать с детьми подвижные игры и упражнения (в летний период проводить эти занятия на свежем воздухе).
4. Строго выполнять стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приема пищи, дневной и ночной сон, общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе.
5. Ежедневное пребывание детей на свежем воздухе.
6. Строго учитывать характер погоды при проведении подвижных игр на свежем воздухе.
7. Уделять особое внимание оздоровительному бегу и ходьбе для тренировки и совершенствования общей выносливости.
8. Исключить шумные игры за 10 минут до возвращения детей с прогулки.
9. Обеспечить условия для преобладания положительных эмоций во всех видах двигательной активности и ежедневном распорядке дня ребенка.
10. Обеспечить спокойную обстановку в подготовке детей ко сну
11. Строго соблюдать время, отведенное для сна.
12. Специальные меры закаливания: воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями для ног, плеч, туловища, рук, на дыхание (упражнения выполнять после сна, лежа в постели).
13. Полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры после приема пищи. При каждом полоскании использовать около 1/3 стакана воды.

Приложение 3

Система закаливания в группе

Время дня	Теплый период года	Холодный период года
Утро	- Полоскание горла прохладной кипяченной водой. - Утренняя гимнастика на открытом воздухе с оздоровительным бегом.	- Полоскание рта прохладной кипяченной водой. - Воздушные ванны и хождение в носках (босиком) во время утренней гимнастики в зале. - дыхательная гимнастика - игровой массаж
Во время занятий	- Физкультурные занятия на открытом воздухе в облегченной одежде.	- Физкультурные занятия на открытом воздухе в облегченной одежде или в зале в сочетании с воздушными ваннами, хождение в носках.
Прогулки	- Солнечные ванны, - подвижные игры в облегченной одежде, - игры с водой, - хождение босиком по горячему, холодному песку и траве.	- Подвижные игры и развлечения в облегченной одежде и в носках (босиком)
После прогулки	- умывание; - контрастное обливание ног; - точечный массаж	- умывание; - точечный массаж
Дневной сон	- Полоскание рта и горла - Воздушные ванны во время переодевания;	

	- сквозное проветривание спальни перед сном, - босоножие перед сном, - ходьба по «дорожкам здоровья»
После дневного сна	- гимнастика пробуждения; - контрастное воздушное закаливание; - умывание; - «мокрые дорожки»; - «дорожки здоровья»; - полоскание горла .

Приложение 4

Конспект НОД в старшей группе на тему: «Сохрани своё здоровье»

Цель: Показать необходимость бережного отношения к своему здоровью.

Задачи: Закрепить умения пользоваться средствами личной гигиены;

Учить детей навыкам самомассажа;

Закрепить знания частей тела, названий пальчиков;

Развивать умственные способности детей, их интерес к окружающему миру и наблюдательность;

Совершенствовать координацию движений.

Ход НОД.

Воспитатель:

Здравствуй, Небо!

(руки вверх поднять)

Здравствуй, Солнце!

(руками над головой описать большой круг)

Здравствуй, Земля!

(плавное опустить руки вниз)

Здравствуй,

(Все ребята берутся за руки и)

наша большая семья!

поднимают их вверх).

Воспитатель: Какие движения мы выполняли? Для чего?

Ответы детей.

Воспитатель: Давайте поприветствуем друг друга с помощью колокольчика.

Дети, называя имя соседа в ласковой форме, передают друг другу колокольчик. Например:

- Здравствуй, Сонечка! Дин-дон-дон!

- Здравствуй, Димочка! Дин-дон-дон!

Воспитатель: Что может здоровый человек? В чём преимущество здорового человека над больным?

Ответы детей.

Воспитатель: Зачем утром надо принимать водные процедуры, чистить зубы и делать зарядку.

Дети: чтобы быть бодрым, здоровым и весёлым весь день.

Воспитатель: Ребята, сегодня утром почтальон принёс нам посылку. Давайте посмотрим, что в ней лежит. Письмо!

«Здравствуйте, ребята! Я узнал, что королева Простуда и зловредный Ап-Чхи решили захватить в плен всех детей. Я посылаю вам советы. Они нам помогут справиться с королевой Простудой и зловредным Ап-Чихом».

Ваш доктор Айболит.

Советы:

По утрам не ленись-делай ...*(зарядку)*;

Дружи со спортом;

Обязательно утром умывайся и чисти...*(зубы)*

Одевайся по погоде, чтобы тебе не было ни холодно, ни жарко;

На улице побольше... *(двигайся)*, *(чтобы королева Простуда и Ап-Чих к тебе не привязались)*;

Набегавшись, не пей холодной... *(воды)*

Физминутка.

Я согнусь, разогнусь (наклоны вперёд, руками касаясь, пола)

В мячик поиграю (прыжки на месте)

Попляшу (прыжки с выбрасыванием ног вперёд)

Покручусь (прыжки вокруг себя)

И здоровья наберусь! (сгибают руки к плечам)

Воспитатель: Как почувствовали себя после физминутки? Для чего она необходима?

Ответы детей.

Воспитатель: Давайте, ребята, помассируем каждый пальчик и расскажем «Сказку про пальцы»

Жили братья, не тужили,
Но однажды приуныли,
Стали думать и гадать,
Как же имена всем дать.
- Я хоть ростом не велик,
Но весёлый озорник.
Все стойте вы за мной,
Буду зваться я «Большой».
-Я указывать люблю
На цветы и на Луну,

Очень я внимательный
Палец «Указательный».
- Я стою посередине,
Буду зваться я отныне
«Средний» палец – удалец.
Вот какой я молодец.
- Брат один, как ни гадал,
Имя так себе не дал.
Но его не обижают,
«Безымянным» называют!
- Меньше всех я братьев ростом,
Ох, как маленьким непросто!
Но меня легко узнать,
Пусть «Мизинцем» будут звать.

Дети массируют пальцы, произнося стихи.

Воспитатель: Я очень рада, что вы утром принимаете водные процедуры, чистите зубы. Надеюсь, что воспользуетесь советами доктора Айболита, и вам не страшны будут королева Простуда и зловредный Ап-Чхи. Что нового узнали сегодня на занятии? Для чего нужно делать зарядку, массаж, заниматься спортом?

-

Приложение 5

ПРАЗДНИК ЗДОРОВЬЯ в старшей группе «Ты здоровье береги, сам себе ты помоги!»

Цель. Воспитание бережного отношения к своему здоровью.

Задачи:

- расширить знания детей о профессии врача, о том, как он помогает людям быть здоровыми;
- формировать желание вести здоровый образ жизни;
- закрепить элементарные представления детей о том, как нужно заботиться о своем здоровье;
- обобщить знания детей о пользе здорового питания и витаминов, закреплять знание овощей и фруктов и их пользе для здоровья;
- способствовать формированию потребности заниматься зарядкой, выполнять культурно – гигиенические навыки.
- содействовать созданию хорошего настроения.

Ход занятия:

Звонит телефон.

Воспитатель берет трубку: Алло! Слушаю Вас! Да, да, мы Вас ждем! Дети, отгадайте загадку, и вы узнаете, кто торопится к нам в гости.

Лечит маленьких детей,
Лечит птичек и зверей,
Сквозь очки свои глядит,
Добрый доктор...

Дети: Айболит

В двери появляется **Айболит:** Здравствуйте, дети!

По полям, по лесам,
По лугам я бежал, спешил,
И только два слова твердил:
Детский сад, детский сад, детский сад!
И вот я здесь!

Хочу узнать, вы все здоровы?

Дети: да.

Айболит: Давайте я вас все-таки осмотрю. И, правда, все веселые и здоровые!

Воспитатель. Айболит, какой у тебя интересный чемоданчик. А что у тебя там лежит?

Доктор Айболит: Там лежат медицинские инструменты - мои предметы-помощники, которые помогают мне искать болезнь. Таких помощников много. Сейчас я вам их покажу. Ой, я так к вам торопился, что по-моему, захватил еще и какие – то другие вещи (в чемоданчике лежат еще: расческа, ложка, карандаш, заколка). Помогите мне разобраться.

Игра «Помоги Айболиту»

Дети помогают Айболиту выбрать медицинские инструменты и лекарства (градусник, фонендоскоп, зеленку, йод, бинт, шпатель, спрей, шприц, марлевую маску, баночку с таблетками, тюбик с мазью).

Доктор Айболит: Вот молодцы, помогли разобраться. Спасибо! А сейчас назовите, что для чего нужно.

Игра «Что для чего нужно?»

(Айболит помогает детям своими рекомендациями).

- 1) Градусник помогает определять температуру тела. Его ставят под мышку и немного держат. Он сделан из стекла, очень хрупкий, поэтому его ронять нельзя.
- 2) Фонендоскоп - это такой прибор, с его помощью можно слушать легкие, сердце.
- 3) Зеленка, йод нужны, чтобы смазывать ссадины и царапины. А бинт - чтобы потом перевязать смазанную ранку.
- 4) Шпатель – чтобы осматривать горло.
- 5) Спрей – брызгать больное горло.
- 6) Шприц – делать уколы.
- 7) Марлевая маска – ее надевают на рот и нос, чтобы защититься от микробов.
- 8) Таблетки нужны для того, чтобы сбить температуру. Также их можно рассасывать во рту, когда болит горло.
- 9) Мазь – чтобы смазывать ушибы и синяки.

Доктор Айболит: Как вы уже много знаете про работу врача. Подрастете, может быть, кто-то будет врачом и станет лечить людей. А давайте я вас научу делать массаж, чтобы вы были всегда здоровы и не болели.

Самомассаж «Неболейка».

(Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний).

Чтобы горло не болело, мы его погладим смело.

(поглаживать ладонями шею мягкими движениями сверху вниз)

Чтоб не кашлять, не чихать, надо носик растирать.

(указательными пальцами растирают крылья носа)

Лоб мы тоже разотрем, ладошку держим козырьком.

(прикладывают ко лбу ладони «козырьком» и растирают его движениями в стороны - вместе)

Вилку пальчиками сделай, массируй ушки ты умело.

(раздвигают указательный и средний пальцы и растирают точки перед и за ушами)

Знаем, знаем – да, да, да! Нам простуда не страшна!

(потирают ладони друг о друга)

Доктор Айболит: Молодцы! Все движения точно за мной повторили! А сейчас, я хочу проверить, узнаете ли вы предметы личной гигиены.

Приготовьтесь отгадывать загадки.

После того как дети отгадывают загадку, Айболит показывает предметы, о которых говорится в загадке.

Загадки

Хожу-брожу не по лесам,

А по усам и волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей.

(Расчёска)

Вытираюсь им я сам, никому его не дам.

(Полотенце)

По утрам и вечерам

Чистит зубы пастой нам.

(Зубная щётка)

Доктор Айболит: Молодцы! Скажите, ребята, сколько раз в день надо чистить зубы?

Дети: 2 раза: утром и вечером.

Доктор Айболит: А для чего мы чистим зубы?

Дети: Для того, чтобы они были здоровые, крепкие и никогда не болели.

Доктор Айболит. Ребята, а теперь давайте с вами поиграем в игру: «Что я делал, не скажу, лучше вам я покажу, а вы отгадайте.

Айболит показывает действия связанные с культурно – гигиеническими навыками: моет руки, умывает лицо, чистит зубы, расчёсывает волосы, подстригает ногти.

Доктор Айболит. А теперь давайте поговорим о здоровом питании.

Нужно правильно питаться, употреблять в пищу только полезные продукты. А сейчас, хочу с вами поиграть в игру «Да – Нет»

(Айболит задает вопросы, а дети отвечают «Да» или «Нет»)

Каша – вкусная еда. Это нам полезно? Да!

Творог, сыр, кефир всегда, нам полезны, дети? Да!
Лук зеленый иногда! Нам полезен, дети? Да!
В луже грязная вода, нам полезна, дети? Нет!
Щи – отличная еда. Это нам полезно? Да!
Мухоморный суп всегда – это нам полезно? Нет!
Грязных ягод иногда съесть полезно, дети? Нет!
Семь мороженных всегда, есть полезно, дети? Нет!
Сок, компотик иногда, нам полезны, дети? Да!
Объедаться – никогда! Это вредно, дети? Да!
Съесть мешок больших конфет, это вредно дети? Да!
Фрукты – просто красота! Это нам полезно? Да!
Овощей растет гряда. Овощи полезны? Да!
Лишь полезная еда, на столе у нас всегда!
Раз полезная еда – будем мы здоровы? Да!

Доктор Айболит

Молодцы! Овощи и фрукты относятся к полезным продуктам.

Чем богаты овощи и фрукты?

Дети: Фрукты и овощи богаты витаминами.

Проводится дидактическая игра: «Угадай на вкус» (Детям раздаются кусочки фруктов – яблоко, банан, груша, апельсин, лимон и дети с закрытыми глазами угадывают на вкус, какой это фрукт).

Доктор Айболит. Хотелось бы у вас узнать, что надо сделать перед тем, как начать есть овощи и фрукты (Вымыть руки, помыть фрукты и овощи)

Доктор Айболит

Правильно. А для чего это нужно делать?

Дети: На грязных руках, фруктах и овощах содержатся микробы. Если микробы попадут в организм, может заболеть живот.

Доктор Айболит. Вот сейчас вам предстоит справиться с нелёгкой задачей – уничтожить микробы. Посмотрим, как вы справитесь с этой нелёгкой задачей.

Конкурс «Уничтожение микробов»

В 2-ух обручах лежат пластмассовые шары - это полезные вещества-витамины и кубики – это микробы. Вызываются 2-е детей, им завязывают глаза. По сигналу ведущего они начинают на ощупь собирать кубики – микробы и складывать их в мешочки. Победителем является тот, кто справится быстрее и выполнит задание правильно. _

Доктор Айболит. Ребята, давайте поиграем, если я буду говорить, что делаю что-то хорошее, вы громко говорите: «И я тоже! », если плохое – молчите, ничего не говорите, ладно? Начинаем! Только будьте внимательны!

Игра - шутка «И я тоже»

Айболит: Я умею чистить зубы! **Дети:** И я тоже!

Айболит: Я умею аккуратно есть! **Дети:** И я тоже!

Айболит: Я умею сам одеваться! **Дети:** И я тоже!

Айболит: Я не слушаю никого! (дети молчат)

Айболит: Я с ребятами дружу! **Дети:** И я тоже!

Айболит: Я на улице гуляю! **Дети:** И я тоже!

Айболит: Я всех обижаю! (Дети молчат)

Айболит: Я никому не даю свои игрушки! (Дети молчат)

Айболит. Молодцы ребята, я вижу, что вы делаете только хорошие вещи, так и нужно поступать всегда. Ну что ж, мне пора уходить. Я хочу еще зайти к другим детям. А вам дарю витамины. Берегите свое здоровье!

Воспитатель: Спасибо, Айболит. Мы узнали сегодня столько нового про твою работу, о том, как ты помогаешь людям быть здоровыми, и как нужно заботиться о здоровье.

-

—

Конспект НОД в сенсорной комнате с детьми подготовительной дошкольной группы на тему «Путешествие в волшебную страну»

Цель: обеспечить условия для снятия нервно-мышечного напряжения детей, а так же для создания положительного эмоционального фона.

Задачи: 1) развивать мелкую и общую моторику, органы чувств и вестибулярный аппарат;

2) активизировать произвольное внимание, умственные способности;

3) закреплять умение передавать свои чувства и ощущения в связной речи;

4) формировать умение расслабляться в процессе идеомоторных движений и представлений образов.

Материал и оборудование: сенсорная дорожка, сенсорный светильник, картинки с необычными животными, интерактивная панель «Волшебный свет», сухой бассейн, шарики, массажные шарики «суджок», светозвуковой стол для рисования песочком, фиброоптическое панно «Звездное небо», музыка для релаксации.

Ход НОД

Воспитатель: Проходите, ребята, по волшебной тропинке вперед. Посмотрите вокруг. Сегодня у нас на занятии присутствуют гости. Давайте с ними поздороваемся. *Дети здороваются.*

Мы попали в волшебную страну. Нас ждет много приключений и открытий. Внимательно оглядимся вокруг, посмотрим какая наша страна красивая, блестящая.

Нас окружают солнечные зайчики. Предлагаю понаблюдать за ними, попробовать поймать в ладошки.

(Дети смотрят на панель и руками ловят солнечных зайчиков от сенсорного светильника)

Ребята, что вы ощущаете, когда прикасаетесь к солнечным зайчикам?

Дети: *покалывание, пощипывание ладоней, ладони расслабляются.*

Это солнышко посылает нам свои лучики, которые нас согревают.

Вижу, что вы можете быть дружными и веселыми. Молодцы! Теперь можно отправляться дальше по волшебной дорожке в путь.

Воспитатель: В этой стране живут необычные, удивительные животные. Посмотрите на них и познакомьтесь с ними.

Воспитатель: Такие животные бывают?

Дети: Нет!

Воспитатель: Рассмотрев картинки нужно определить, на кого похожи животные. Что у них необычного? Ребята, поможем животным определить правильные части тела?

Дети рассматривают картинки и по очереди говорят, что неправильно изображено на картинке. (дети на доске из отдельных частей собирают животных, при этом проговаривая свои действия)

Воспитатель: Правильно, это собака (показ картинки с собакой, лисой, волком, овцой). Назовите еще домашних (диких) животных?

Ответы детей.

Воспитатель: Молодцы! Справились с этим заданием! А теперь отправляемся дальше по волшебной тропинке.

Так как наша страна волшебная, то мы можем превратиться в жучков. И жуки наши будут плавать в бассейне. Но не в обычном бассейне, а тоже в сказочном. Давайте посмотрим: вместо воды в бассейне что находится?

Дети: шарики.

Какой формы шарики?

Дети: круглой.

Раз мы с вами превратились в жуков, то предлагаю вам поплавать в нашем сказочном бассейне. Давайте все перевернемся на животики и поплывем.

А теперь перевернемся на спину. Продолжаем плыть.

А теперь спокойно полежим на волнах. Закройте глаза и представьте себе, что вы спокойно качиваетесь на волнах моря.... *(звучит музыка)*

Теперь тихонько встаем, выходим из волшебного, сказочного бассейна

Обратите внимание, здесь еще есть необычные шарики. Как вы думаете, для чего они нужны?

Дети: Для массажа.

Воспитатель: Верно. Для массажа. Возьмите каждый по – волшебному шарiku. Слегка надавливая, прокатываем их между ладошками. *(дети выполняют). Вот мы с вами помассажировали ладони.*

Воспитатель: А теперь я предлагаю встать в тесный круг и повернуться так, чтобы левая рука оказалась в кругу. Давайте друг другу сделаем массаж. Вы же умеете делать массаж? Сейчас дотроньтесь мячиком до спины того, кто стоит впереди вас.

Прокатываем мяч по всей спине. *(Дети выполняют.)* Что вы ощущаете? Как вы думаете, для чего нужен массаж?

Дети: для закаливания, чтобы спина не болела, чтобы быть здоровыми.

Наши спинки расслабились, теперь мы будем здоровыми.

Замечательно, давайте сложим мячи обратно в бассейн. *(Дети кладут мячики обратно).*

Отправляемся дальше в путь?

А продолжим мы свой путь через этот волшебный лес. Мы пойдем по лесной тропинке. Но идти мы будем медленно, внимательно глядя под ноги, и будем говорить о том, что ощущают наши ноги. *(проходят по массажной дорожке и проговаривают свои ощущения).* Проходим по тропинке и переходим в волшебные времена года, где через каждые 4 шага времена года сменяют друг друга. Идти надо только по следам. Проходя, мы называем каждое время года, в котором оказались. Не забудьте о том, что спина должна быть прямой, а руки разведены в стороны.

Воспитатель: Молодцы! Мы проходим дальше по волшебной тропинке. Ой, посмотрите, какая интересная лампа! А вы знаете, как эта лампа называется?

Дети: Аквалампа

Воспитатель: Правильно, называется она аквалампа – слово «аква» в переводе на русский язык означает «вода», поэтому «аквалампа» называется водяная лампа.

Осторожно, пузыри!

Ой, какие! Ой, смотри!

Раздуваются, блестят!

Отрываются, летят!

Воспитатель: Потрогайте трубу. Гладкая или шершавая? (гладкая). Водичка теплая или прохладная? (прохладная). Плавают пузырьки? А вы любите плавать?

Воспитатель: А купаться?

Дети: любим

Давайте понаблюдаем за шариками глазами, не поворачивая и не наклоняя голову. Наблюдаем глазами за шариками снизу вверх. (*Выполняем упражнение для глаз.*)

Молодцы, ребята! Продолжаем наш путь дальше по волшебной дорожке.

Релаксация на снятие мышечного напряжения «Волшебный сон»

Воспитатель: Вот мы с вами очутились на большой поляне. Располагайтесь на ней (мягкое напольное покрытие). А кто-то может и на этом островке (на пуфиках). Лягте поудобнее, закройте глаза, расслабьтесь и внимательно слушайте мой голос. (Детям предлагается лечь на спину на мягкие напольные модули, прилечь на пуфики, включаются: фибераптическое панно «Звездное небо», звучит релаксационная мелодия....)

Представьте себе, что вы в лесу в прекрасный летний день. Вокруг вас много красивых растений, ярких разноцветных цветов. Вы чувствуете себя совершенно спокойными и счастливыми. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает все тело: лоб, лицо, спину, живот, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Ветерок обдувает ваше тело легкой свежестью. Воздух чист и прозрачен. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным – хочется встать и двигаться.

Мы открываем глаза. Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить это ощущение на весь день.

Воспитатель: Как вы себя чувствуете? Что вы представляли, когда отдыхали?

Ответы детей.

Воспитатель: Мы немножко отдохнули, проходим по лесной тропинке. А что вы ощущаете, проходя по дорожке?

Дети: Дорожка мягкая, ногам удобно, тепло.

Вот мы и пришли до светозвукового стола для рисования песочком, здесь мы можем порисовать на песке пальчиками. Подойдите к волшебному столу и подумайте, чтобы вы хотели нарисовать. Придумали? Рисуем.

Воспитатель: Что это у тебя получилось? Расскажи о своем рисунке?

(Дети рассказывают что нарисовали)

У вас хорошо получилось, вы большие молодцы!

Воспитатель: Вот и подошло наше путешествие в волшебной стране к концу. Какое, ребята, у вас настроение? Ребята, попрощаемся с нашими гостями. До свидания!

Приложение 7

Мероприятие, посвященное дню Защитника Отечества

Ведущий: Здравствуйте, ребята и гости. Сегодня игру – соревнование мы посвящаем тем, кто служил, служит и будет служить в армии, охраняет покой и мирное небо России. Мы покажем, какие мы ловкие, быстрые и умелые, покажем, что у нас в саду подрастает достойная смена нашим защитникам Родины.

1 ребенок: Наши дедушки и папы
Тоже славные солдаты
Подрастаем и мы с тобой
Будем в армии родной

2 ребенок: Чтобы лучшим стать солдатом,
Быть верзилой маловато.
Ничего, что ростом мал,
Зато весел и удал!

3 ребенок: Постараюсь быть удалым
И веселым быть смогу,
Буду лучшим запевалой
В нашей роте и в полку!

В зал под музыку входит печальная Баба Яга.

Ведущая: Ребята, кто это к нам пожаловал?

Дети: Баба Яга!

Баба Яга: Здравствуйте, дети!

Ведущая: Баба Яга, почему вы такая грустная?

Баба Яга: Со мной такая беда приключилась. Внук мой Леший в армию собрался. А он у меня такой непутевый, такой неприспособленный. Как он служить должен? Ой, горе горькое!

Ведущая: Где же он у вас?

Баба Яга: Давайте позовем его. Он как имя свое услышит, вмиг появится.

Дети: Леший Лёша!

Входит в зал Леший.

Леший: Я туточки! Здравствуйте, Бабулечка – Ягулечка! Здорово, ребята!

Баба Яга: Вот он мой внучок. Я ведь его готовила к армии – книжки читала, картинки показывала. Да не идет ему наука впрок. Лёша, устроим тебе экзамен. Смотри внимательно и думай. Готов!

Леший: Готов, готов, бабушка.

Баба яга: Лёша, что это, отвечай! (**показывает Лешему иллюстрации боевой техники. Лёша отвечает невпопад, дети его поправляют**)

Ведущая: Да, ну и знания у вашего внука. Да и вид совсем не спортивный. В армию берут здоровых, смелых ребят, которые дружат с физкультурой.

Леший вздыхает.

Баба Яга: Ой, и вправду говоришь. Тяжело придется моему Лёшеньке на военной службе.

Ведущая: Но ведь недаром говорится, что тяжело в учении – легко в бою.

Сейчас мы из вашего Лёши сделаем настоящего солдата. У нас сегодня в детском саду военные соревнования на них мы вашего Лёшу и подготовим.

Команды, прошу занять свои места (под музыку выходят папы и дети и в соответствии эмблем распределяются на команды)

В соответствии ваших эмблем располагаемся на две команды: Команда «Морские волки» и команда «Звездный десант»

Вот мы с вами разделились на две команды. За соревнованиями будет следить наше жюри. Итак, представители нашего жюри

Ну, что уважаемые участники, готовы к нашим соревнованиям?

1 конкурс называется «Минное поле». Надо провезти машину за веревочку между гантелями не сбив их. Ну, а для начала сейчас у нас Баба Яга С Лёшей попробуют это сделать.

Ну а теперь мы с вами. Команды выстраиваемся в две колонны. Ну что готовы, тогда начали. Раз, два, три!

Молодцы, ребята! Проходим на свои места.

2 конкурс у нас для наших пап и называется он «Полевая кухня». Каждому участнику нужно почистить картофель. (выносятся два стола)

Ну, что, Лёша, ты то умеешь чистить картошку, тогда наши папы сейчас тебя научат.

Приглашаем пройти наших пап на этот конкурс. Ну что готовы, тогда начали. Раз, два, три!

Молодцы!

3 конкурс: «Пакет командиру» (вэтом конкурсе участвуют только мальчики).

Нужно пройти полосу препятствий и доставить пакет. Сейчас пролазим через тоннель, затем перепрыгиваем через обручи, берем конверт и передаем другому.

Ну что готовы, тогда начали. Раз, два, три!

Молодцы, какие! Справились все с заданием. Проходим на свои места.

Ведущая: какая же военная игра без медикаментов. **Игра для девочек «Собери Аптечку»** пока команды отдыхают, я предлагаю девочкам болельщицам собрать аптечку. Девочки выстраиваются в две команды. Сейчас вам нужно будет по одному предмету, которое необходимо для аптечки перенести в аптечку. Ну что готовы, тогда начали. Раз, два, три! (проверили аптечки, похвалили)

4 конкурс «Армлесинк» (для пап) Сейчас вам предстоит побороться на руках. Проходим. Начали. Раз, два, три!

Баба яга: старайся, Лёшенька, старайся. Видишь, какие ребята ловкие да быстрые. Глядишь, и у тебя получится.

Ведущий: Молодцы! 5 конкурс «Отжимание» сначала дети, потом папы.

Мальчики ложимся на отжимание. Раз, два, три начали. Молодцы, присаживайтесь на места.. Вот видели, папы, как ваши сыновья отжимаются, а теперь ваша очередь показать. Упор лежа принять. 1,2,3 начали!

Леший: Бабуль, смотри, получается.

Баба Яга: Тренируйся, внучек, еще больше, тогда, будет лучше получатся.

Ведущая: Кстати, насчет тренировки, предлагаю проверить какая из команд у нас сильная. (достаю канат)

Леший: А это еще что?

Ведущая: Канат и **6 конкурс «Перетяни канат»**. Одна команда выстраивается с одной стороны, а вторая с другой. Кто перетянет канат, та команда и выиграла. Все готовы, Считаем

Леший: Смотри, бабушка, сколько я силы накопил.

Баба Яга: (трогает мышцы). Да сразу мускулы появились, вот – что значит тренировка.

Ведущая: пока жюри совещается, прозвучит песня.

Песня «Будь мужчиной»

Ведущая: Вот и подошли наши соревнования. Спасибо всем участникам, гостям и судьям. А сейчас мы приглашаем наше жюри объявить результаты соревнований.

Жюри сообщают результаты, объявляют команду – победителя, вручают медали.

Ведущая: Леший, да здесь для тебя конверт есть. (Раскрываю пакет и читаю)

- Поздравляем Лешего Лёшу со вступлением в ряды нашей доблестной армии.

УРА! (дети кричат 3 раза)

Слава Армии любимой!

Слава Армии родной!

Наш солдат отважный, сильный,

Охраняет наш покой.

Лешему надевают на голову солдатскую пилотку.

Баба Яга: Иди, мой родной! Будь достоин славы русских воинов! А я писем от тебя буду ждать. Раздает детям конфеты.

Мы поздравляем наших пап с праздником.

Приложение 8

МАССАЖ РУК

Интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

«Поиграем с ручками»

I. Подготовительный этап.

Дети растирают ладони до приятного тепла.

II. Основная часть.

1. Большим и указательным пальцами одной руки массируем –растираем каждый палец, начиная с ногтевой фаланги мизинца другой руки.
2. Массируем тыльные стороны ладоней, имитируя мытье рук.
3. Переплетаем вытянутые пальцы обеих рук и слегка трем их друг о друга, направляя ладони в противоположные стороны.
4. Переплетенные пальцы закрываем на замок и подносим к груди. Пауза.
5. Вытягиваем пальчики вверх и шевелим ими.

III. Заключительный этап.

Дети встряхивают руки, расслабляют их и отдыхают.

П р и м е ч а н и е. Упражнение можно сопровождать стихами:

Эй, ребята, все ко мне.

Кто стоит там в стороне?

А ну, быстрее лови кураж

И начинай игру-массаж.

Разотру ладошки сильно,

Каждый пальчик покручу.

Поздороваюсь со всеми,

Никого не обойду.

С ноготками поиграю,

Друг о друга их потру.

Потом ручки разогрею,
Плечи мягко разомну.
Затем руки я помою,
Пальчик в пальчик я вложу,
На замочек их закрою
И тепло поберегу.
Вытяну я пальчики,
Пусть бегут, как зайчики.
Раз-два, раз-два,
Вот и кончилась игра.
Вот и кончилась игра,
Отдыхает детвора.

ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. Потягивание.

И. П. – из позиции «лежа на спине».

1) На вдохе левая нога тянется пяточкой вперед по полу, а левая рука – вдоль туловища вверх. Дыхание задерживается, ноги и руки максимально растянуты. На выдохе, расслабляясь, ребенок произносит: «ид-д-да-а-а».

Цель: почувствовать удовольствие от растяжки мышц левой стороны тела.

2) Правая нога тянется пяточкой вперед по полу, а правая рука – вверх, вдоль туловища – вдох. После задержки дыхания на выдохе произносится «пин-гал-ла-а».

3) Обе ноги тянутся пятками вперед по полу, обе руки – вверх вдоль туловища. Дыхание задержать и на выдохе медленно произнести «су-шум-м-м-на».

2. Массаж живота.

И. П. – лежа на спине.

1) Ребенок поглаживает живот по часовой стрелке. Похлопывает ребром ладони, кулачком, снова поглаживает, пощипывает, имитирует движения тестомеса, замешивающего тесто, снова поглаживает.

Цель: улучшить работу кишечника.

2) С левой стороны пальчиками нажимает несколько раз более глубоко, словно палочкой проверяет готовность теста.

3. Массаж грудной области.

И. П. – сидя по-турецки.

1) Поглаживание области грудной клетки со словами: «Я милая (милый), чудесная (-ый), прекрасная (-ый).

2) «Заводим машину».

Ребенок ставит пальчики на середину грудины от вилочковой железы вниз (кроме больших пальцев, все восемь остальных ставятся на одной линии сверху вниз), делает вращательные движения 5–6 раз по часовой стрелке со звуком «ж-ж-ж-ж». Затем 5–6 раз вращательные движения против часовой стрелки.

3) Сняв все пальцы с грудины со звуком «пи-и-и», нажимает на точку между грудными отделами в области сердца (сигнал – «машина завелась»).

4. Массаж шеи.

И. П. – сидя по-турецки.

1) Поглаживает шею от грудного отдела к подбородку.

2) Развернув плечи, гордо поднимает голову на вытянутой шее.

3) Ласково похлопывает по подбородку тыльной стороной кисти рук.

5. Массаж ушных раковин.

И. П. – сидя по-турецки. Ребенок лепит ушки для Чебурашки или для доброго слоника.

- 1) Поглаживает ушные раковины по краям, затем по бороздкам внутри раковин, за ушами.
- 2) Ласково оттягивает ушные раковины вверх, вниз, в стороны (по 5–6 раз в каждую сторону).
- 3) Нажимает на мочки ушей (вешает на них «красивые сережки»).
- 4) Лепит ушки внутри. Пальцами внутри раковин делает 7–8 вращательных движений по часовой, затем против часовой стрелки (пусть ушки будут чистыми и всеслышащими).
- 5) С усилием «примазывает глину» вокруг ушных раковин –проверяет прочность, заглаживает поверхность вокруг ушных раковин на расстоянии 1–1,5 см.

6. Массаж головы.

- 1) Сильным нажатием пальчиков имитирует мытье головы.
- 2) Пальцами, словно граблями, ведет от затылка, от висков, от лба к середине головы, словно сгребает сено в стог.
- 3) Спиралевидными движениями ведет пальцы от висков к затылку.
4. «Догонялки»: сильно ударяя подушечками пальцев, словно по клавиатуре, «бегают» по поверхности головы. Пальцы обеих рук то сбегаются, то разбегаются, то догоняют друг друга.
5. С любовью и лаской расчесывает пальцами, словно расческой, волосы и представляет, что его «прическа самая красивая на конкурсе причесок».

7. Массаж лица. Лепит красивое лицо.

- 1) Поглаживает лоб, щеки, крылья носа от центра к вискам, мягко постукивает по коже, словно уплотняет ее, чтобы она была упругой.
- 2) Надавливая пальцами на переносицу, середину бровей, делает вращательные движения по часовой, затем против часовой стрелки по 5–6 раз.
- 3) С усилием, надавливая, рисует желаемый изгиб бровей, затем щипками лепит густые брови от переносицы к вискам.
- 4) Мягко и нежно лепит глаза, надавливая на их уголки и расчесывая длинные пушистые реснички.
- 5) Надавливая на крылья носа, ведет пальчики от переносицы к носовым пазухам, подергивает себя за нос и представляет, какой красивый нос для Буратино у него получился.

Цель: предотвращение простудных заболеваний путем воздействия на активные точки лица.

8. Массаж шейных позвонков.

Игра «Буратино».

Буратино своим длинным носом рисует солнышко, морковку, дерево.

- 1) Мягкие круговые движения головой по часовой стрелке. Затем против часовой стрелки.
- 2) Повороты головы в стороны, вверх, вниз.
- 3) Наклоны головы во время «рисования» вправо, затем влево.

9. Массаж рук.

- 1) «Моют» кисти рук, активно трут ладошки до ощущения сильного тепла.
- 2) Вытягивают каждый пальчик, надавливают на него.
- 3) Фалангами пальцев одной руки трут по ногтям другой, словно по стиральной доске.
- 4) Трут «мочалкой» всю руку до плеча, сильно нажимают на мышцы плеча и предплечья; «смывают водичкой мыло», ведут одной рукой вверх, затем ладошкой вниз и «стряхивают воду».

Игра «Солнечные зайчики».

Дети встряхивают кистями рук (кисти в расслабленном состоянии) сверху вниз, словно обрызгивая друг друга. Представляют, как капельки воды, словно солнечные зайчики, блестят на солнце. Какого цвета эти солнечные зайчики? Куда летят брызги? Мысленно дети строят радугу из водяных капелек, любуются цветом и блеском. Тянут ладошки вверх к солнцу, представляя, как добрая сила вливается в них.

Игра «Птичка».

- 1) Руки сложены ладошками перед грудью. Птичка в клетке бьется, пытается освободиться, – руки напряжены и с усилием двигаются то вправо, то влево.
- 2) «Птичка вырвалась на свободу». Тело в расслабленном состоянии. Руки поднимаются вверх и, разъединившись в свободном парении, опускаются. Манипуляция руками в свободном парении – в зависимости от фантазии ребенка.

10. Массаж ног.

И. П. – сидя по-турецки.

- 1) Подтягивая к себе стопу левой ноги, ребенок разминает пальцы ног, поглаживает между пальцами, раздвигает пальцы. Сильно нажимает на пятку, растирает стопу, щиплет, похлопывает по пальцам, пятке, выпуклой части стопы. Делает стопой вращательные движения, вытягивает вперед носок, пятку, затем похлопывает ладошкой по всей стопе. То же с правой ногой.
- 2) Поглаживает, пощипывает, сильно растирает голени и бедра, «надевает» воображаемый чулок, затем «снимает его и сбрасывает», встряхивая руки.

Приложение 10

Ю. Чуприна МОЛОКО, ЙОГУРТ, КЕФИР.

В молочном магазине на соседних полках стояли молоко, кефир, простокваша, творог, йогурт, ряженка, сметана. Люди покупали эти молочные продукты, складывали в пакеты, приносили домой, и ставили в холодильник. А в холодильник их ставили потому, что эти продукты страсть как не любили тепло и жару. Им от теплого воздуха плохо становилось, и они скисали.

Однажды попали в один холодильник Молоко, Кефир и Йогурт. Стоят себе, охлаждаются. Вдруг Молоко зашевелилось, засуетилось и заговорило:

- Ну-ка, Кефир и Йогурт, подвиньтесь! Не годится стоять мне, королю всех молочных продуктов, в тесноте. Мне простор нужен.

- Что это ты, Молоко, загордилось? Объясни-ка нам! – попросил Кефир.

- А что объяснять-то! Мало того, что в мой состав входит сто разных веществ, необходимых каждому человеку, так я еще легко усваиваюсь организмом.

- Подумаешь, легко усваивается! – возразил Йогурт. – Я тоже очень легко усваиваюсь. Зато у меня живут особые бактерии, которые, попадая в организм человека, борются с возбудителями всяких заболеваний! Вот!

- Я тоже очень полезный и лечебный продукт питания. Меня дети очень любят! – не успокаивался Кефир.

- А я бываю и вишневый, и черничный, и абрикосовый. Меня можно пить, а можно ложкой есть! – гордо произнес Йогурт.

Долго спорили Йогурт с Кефиром. Но тут снова вмешалось Молоко:

- Как бы там не было, все равно я, Молоко, являюсь основой и для тебя, Йогурт, и для тебя, Кефир, и для ряженки, и для творога. Даже масло сливочное получается при сбивании сливок, а сливки получаются из молока.

- Да, тут уж не поспоришь! Действительно, ты, Молоко, - король всех молочных продуктов, - сказали Йогурт и Кефир.

Выслушав все это, Молоко подобрело:

- Ладно, брат Йогурт и брат Кефир, вы тоже очень полезные, вы мне как братья, давайте рядом стоять на одной полке. Не надо нам ссориться!

Приложение 11

Работа с педагогами

Мастер-класс по теме «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДООУ в условиях ФГОС» (Заседания РМО воспитателей средних групп)

Цель: обеспечение тесного сотрудничества и единых требований детского сада и семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

- познакомить родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду;
- определить наиболее эффективные методы и приёмы укрепления здоровья детей;
- способствовать осознанному пониманию родителями ответственности за формирование у детей ценностного отношения к своему здоровью.

Мастер – класс «Город здоровья»

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

- Крикните громко и хором, друзья,
Помочь мне откажетесь? (Нет или Да)
Деток вы любите? (Да или нет?)

Пришли вы на мастер-класс,
Сил совсем нет?

Вам лекции хочется слушать здесь? (Нет)

Я вас понимаю....

Как быть господа?

Проблемы детей решать нужно нам? (Да)

Дайте мне тогда ответ

Помочь откажетесь мне? (Нет)

Ещё об одном спрошу вас тогда

Активными все будете? (Нет или Да)

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем мастер-класс. Я приглашаю вас в «Город здоровья».

Всем в дорогу нам пора,

Впереди ждут чудеса!
Прими участие скорей,
Да зови своих друзей.
Путешествие мы начинаем,
Всем здоровья пожелаем.
Всех ждет
Ритмика + пластика,
Да ещё гимнастика,
Да ещё массаж
Вот так чудо ералаш!
1,2,3 все за мной скорей иди!

- Встанем в круг! Настроимся на работу! Потрите ладони, почувствуйте тепло!

Представьте, что между ладонями маленький шарик, покатаем его! А теперь поделимся теплом друг с другом: протяните ладони соседям! У нас получилась «цепочка дружбы»! Улыбнемся, пожелаем друг другу удачи! Уважаемые коллеги! Вам выпала уникальная возможность побывать среди учебного года в курортном городке «Городе здоровья». Все согласны? Тогда предлагаю Вам оставить на время городскую суету, все проблемы, волнения и накопившиеся дела.

(Музыка, Картинка) Представьте себя на берегу моря с прозрачной, ласковой, светящейся от солнца водой.

Представьте свою голову расписным кувшином с ручками **(показ)**.

Представили? Наклоняем расписной кувшинчик вниз к морю и выливаем из него грязную воду, боль, обиду, злобу! И заполняем его чистой, прозрачной, светлой водой, наш кувшин наполнился прозрачной водой, а голову покинули неприятные ощущения!

Итак, пора бы заняться курортными новостями, чтобы их не пропустить, предлагаю помассировать ушки.

Массаж ушей

Чтоб ушами лучше слышать, **(показ)**

Разомнём их поскорей («пробегаем» пальцами по ушам)

Вот сгибаем, опускаем (вперёд, назад)

И опять всё повторяем, **(повтор)**

Козелок мы разомнём (разминаем)

По уху пальчиком ведём (круговые движения пальцами по ушам)

И ладошкой прижимаем (прижали)

Сильно, сильно растираем (растираем)

Ушки приготовили, а стрелять глазками не разучились? Сейчас проверим!

Зарядка для глаз

- «Стрельба глазами» (Водим глазами вправо, влево).

- «Мотылёк» (Глаза закрываем, открываем).
- «Заборчик» (Глаза вверх, вниз).
- «Совёнок» (Вращаем глазами по часовой стрелке, «рисую в пространстве» максимально большой круг. Вращаем глазами против часовой стрелки).

Уважаемые отдыхающие, хватит глазками стрелять, пора осанку проверять.

Проверим свою осанку

Сделаем разминку.

Держим ровно спинку.

Голову назад, вперёд,

Вправо, влево поворот.

Руки вверх поднять прямые,

Вот высокие какие.

А теперь танцует таз,

Посмотрите — ка на нас!

Этим славным упражненьем

Поднимаем настроенье!

Дальше будем приседать:

Дружно сесть

И дружно встать.

Прыгать нам совсем не лень,

Словно мячик целый день!

Здорово играли, но ещё с **мышц лица напряжение не сняли.**

Предлагаю вам от усталости,

От морщинок и от вялости

Не хитрые движения

Мимические — упражнения

Сегодня нам на обед подавали сочный арбуз — покажите, какой он был сладкий.

А затем подавали сладкое яблоко — **показ**

И на последок нам дали кислый лимон.

Подходит к концу наше с вами пребывание и оздоровление в «Городе Здоровья».

Сколько интересного, необычного мы узнали, похорошели, загорели!

(Картинка) Посмотрите, как ярко светит солнышко. Предлагаю подставить ладошки к солнышку и поймать его золотистый лучик, чтобы согрелись наши сердца, наши души наполнились теплом жизни.

А вы знаете, что солнышко есть в каждом из нас — это наши улыбки, хорошее настроение. Это радость и тепло, которое мы дарим друг другу.

Так пусть же улыбки никогда не сходят с Ваших лиц и согревают всех как маленькие солнышки (раздаем «солнышки»).

Все советы выполняя,
Ничего не забывая,
Будьте достойными
Статными и стройными!
Возвращаться нам пора, заждались нас всех дела!

«Неделя здоровья в ДОУ»

ПРИЛОЖЕНИЕ 12

ЭТАПЫ РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ

№ п/п	Этапы	Задачи
1.	Подготовительный (ознакомительный)	Заинтересовать и побудить родителей включиться в учебно-воспитательный процесс по формированию здорового образа жизни, узнать как можно больше о ДОУ, которые посещает их ребенок.
2.	Просветительский	Совершенствование содержания и образования в д/саду в соответствии с реализуемой программой развития «Формирование здорового образа жизни в совместной деятельности с семьей»: • подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды; • распространение лучшего опыта семейного воспитания; • подбор литературы по ЗОЖ в библиотеке.
3.	Совместной деятельности с семьей.	• формирование взаимопомощи с семьей в воспитании и занятиях с детьми; • подчеркивание роли отца в воспитании детей; • проведение семейных праздников, акций, спортивного мероприятия «Папа, мама, я – спортивная семья», с обеспечением возможности совместного участия родителей и детей; • обогащение совместной деятельности родителей и детей в формировании участков для двигательной активности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

- Здоровье сберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия – Крылова Н.И. Волгоград: Учитель 2009г.
- Здоровый образ жизни «Я и мое здоровье» (программа занятий, упражнений и дидактических игр), автор Т.А.Тарасова, Л.С.Власова; Москва 2008г.
- Интернет ресурсы.
- Программа развития «Школа здорового человека», авторы Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко; Москва 2006г.
- Пособие для педагогов ДООУ «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», Москва 2010г.
- «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», автор А.П.Щербак.
- Учебно-методические журналы: «Управление ДООУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду», «Дошкольная педагогика», «Обруч», «Воспитатель ДООУ».
- «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет», автор С.С.Прищепа, Москва 2009г.
- Формирования здорового образа жизни у дошкольников: планирование, системы работы Карепова Т.Г.– Волгоград. Учитель, Учитель 2 011г.
- Физкультурная минутка динамические упр-я для д. – Каралашивили Е.А. М.:ТЦ «Сфера» , 2001 г.