

**Проект оздоровительной направленности
«ЗДОРОВЕЙ-КА»**

в номинации «Здоровый дошколенок»

**Евгения Евгеньевна Лупикова – заведующий муниципального бюджетного
дошкольного образовательного учреждения детского сада «Аист»**

Инструкторы по физической культуре

Галина Ивановна Ковальчук

Наталья Петровна Рыщук

Фатима Магарамовна Рамазанова

Воспитатели

Марине Микаеловна Багманян

Азизова Элена Шихкеримовна

**Сургутский район,
поселок Солнечный,
Тюменская область, ХМАО-Югра
2022 г.**

Цель - создание в дошкольной образовательной организации здоровьесберегающего пространства и условий для формирования комплексного подхода к организации оздоровительной деятельности дошкольников 5-7 лет, в том числе с ОВЗ через реализацию здоровьесберегающих технологий и спортивно-образовательного проекта «БГТОшка»

ЗАДАЧИ

Модель здоровьесберегающего пространства МБДОУ д/с «Аист»

- Я - здоровый;
- Я – спортсмен/ шахматист/ плавец;
- Я – владею валеологической культурой;
- Я – БГТОшка.

Пространство
развития
ребенка

Здоровьесберегающее
пространство

Пространство
развития
педагога

- обладающий всеми основными компетентностями: профессиональной, правовой, коммуникативной, информационной.

Пространство
развития
Учреждения

- особая здоровьесберегающая среда;
- "Управление по результатам".

Пространство
развития
родителей

- единое сообщество педагогов и родителей;
- активные участники образовательного процесса;

Формировать элементарные знания о своем организме, роли физических упражнений и способах укрепления собственного здоровья.

Развивать физические качества детей и совершенствовать функции организма через реализацию спортивно-образовательного проекта «БГТОшка»;

Рациональная организация двигательной активности детей дошкольного возраста 5-7 лет.

Создавать благоприятные условия для проведения закаливающих процедур.

Построить здоровьесберегающее пространство Учреждения через реализацию здоровьесберегающих технологий и спортивно-образовательного проекта «БГТОшка»;

Расширять компетентность родителей в области физического воспитания и оздоровления детей через вовлечение в работу центра «Академия здоровья».





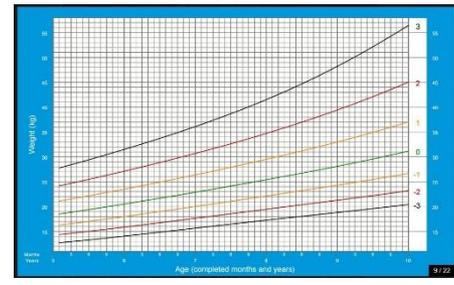
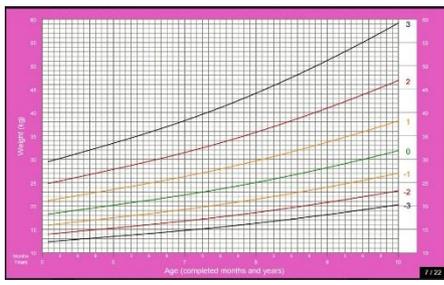


«Здоровый дошкольник» к.м.н., профессор Юрий Филиппович Змановский

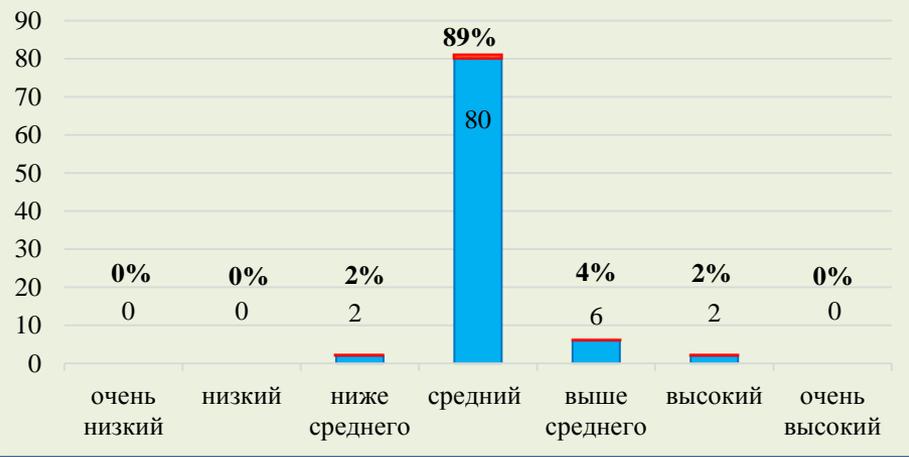


Диагностика-определение исходных показателей состояния здоровья и психического развития

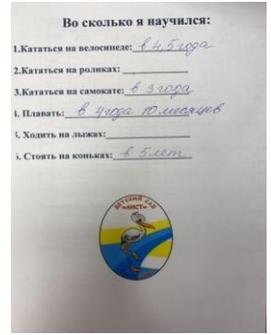
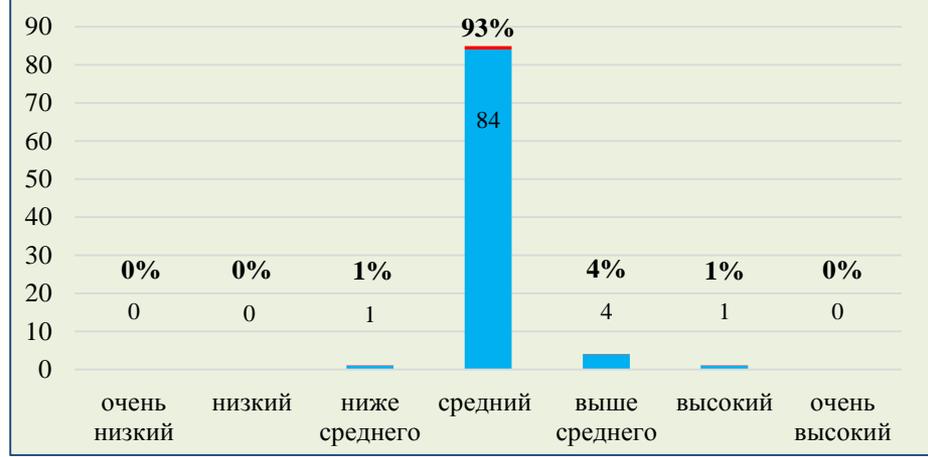
Нормы роста и веса детей по данным ВОЗ



Возраст 5-6 лет, 2020 год

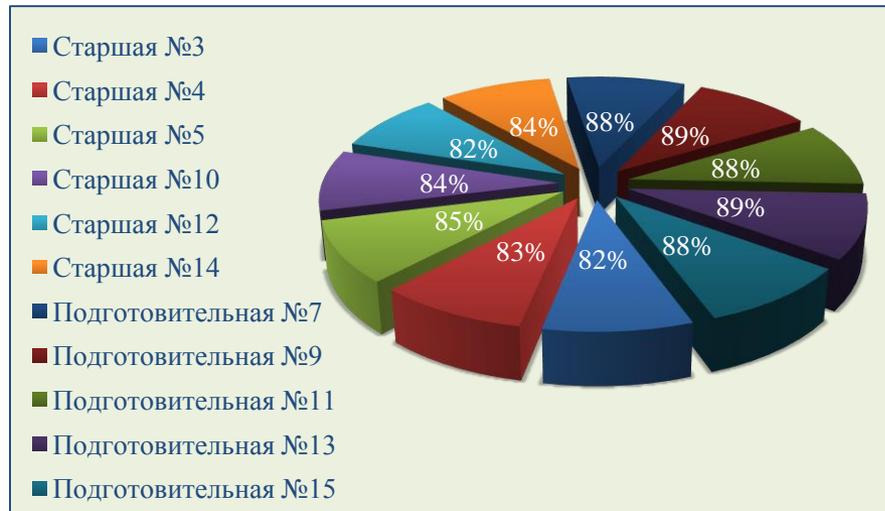
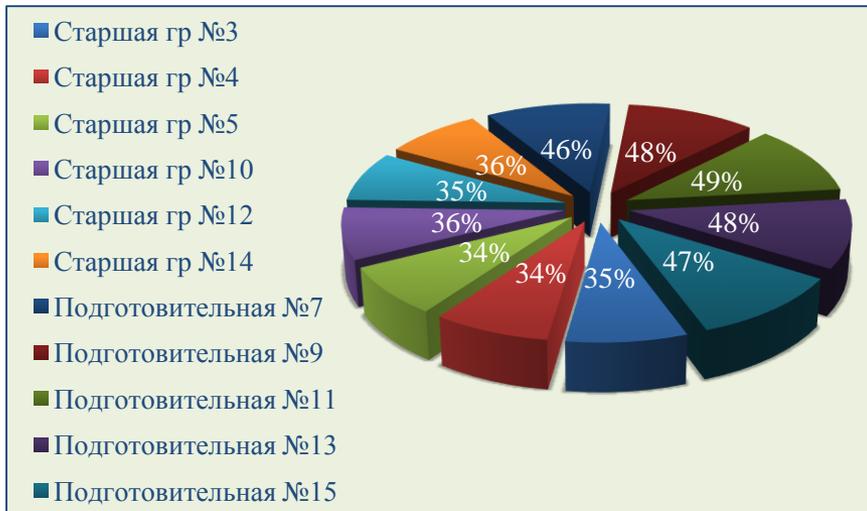


Возраст 6-7 лет, 2021 год

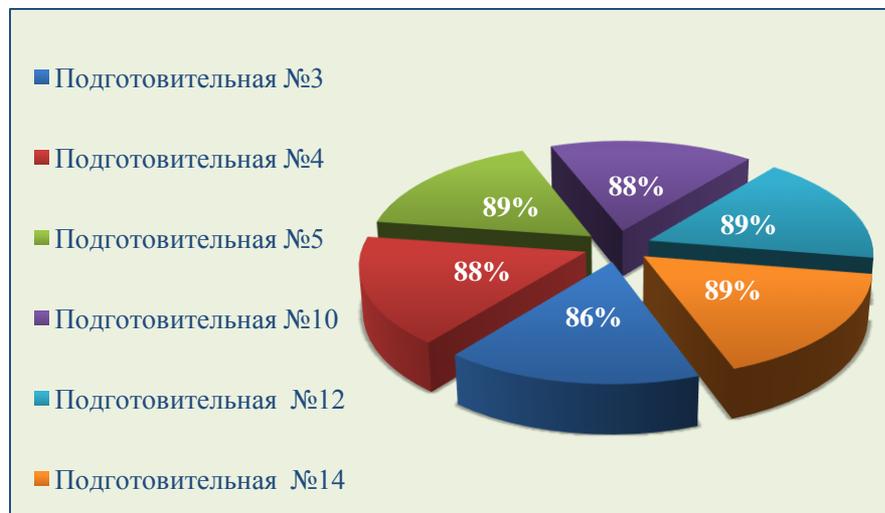
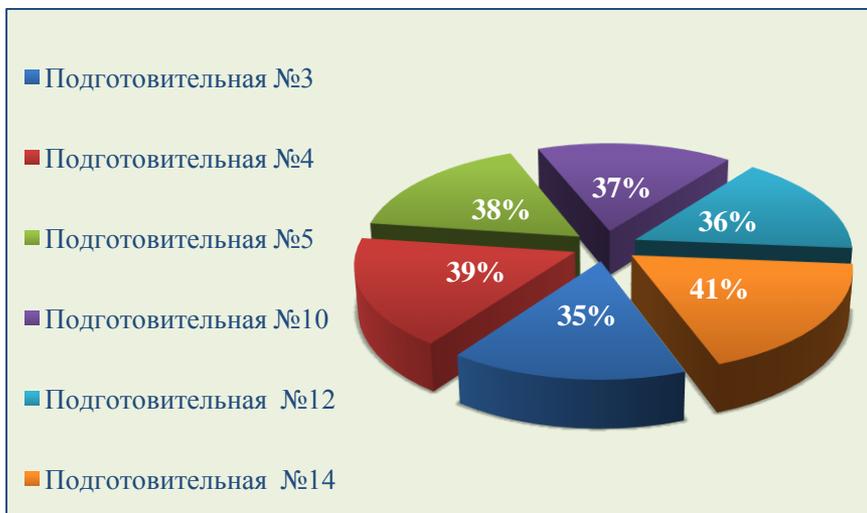


Педагогическая диагностика по «Физическому развитию» дошкольников 5-7 лет в МДБОУ д/с «Аист»

2020-2021 учебный год



2021-2022 учебный год



РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



Плавание в бассейне



Закаливание



Игровые упражнения

Тренирующая беговая дорожка

Комбинация беговых упражнений

Дозированный бег

Физкульт минутки



Занятия на тренажёрах



Физкультурные занятия

Муз ритмические движения



Утренняя гимнастика

Подвижные игры в утренний прием

Спортивные досуги и праздники

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



Система эффективного закаливания детей

Воздушно – температурный режим



проветривание одностороннее, сквозное, утром перед приемом детей, во время прогулки, во время дневного сна, вечерней прогулки (в отсутствие детей)

Воздушные ванны



прием детей на воздухе; утренняя гимнастика; физкультурные занятия; занятия плаванием в бассейне; прогулка; свето-воздушные ванны; хождение босиком; дневной сон; гимнастика после сна; гигиенические процедуры;

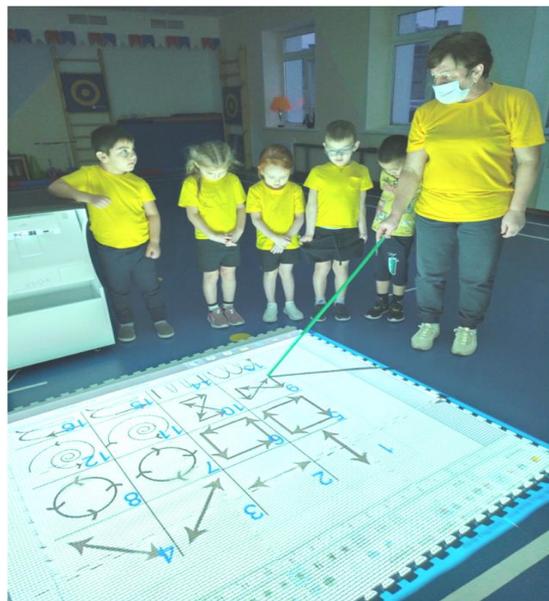
Закаливающие процедуры



полоскание рта после еды солевым раствором или теплой кипяченой водой; дыхательная гимнастика; хождение по тропе здоровья с использованием раствора морской соли.



Система эффективного закаливания детей



Комплекс психогигиенических и психопрофилактических средств



применять психолого-педагогические приемы

Обеспечивать условия для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня детей;

создавать благоприятный психологический климат в ДОУ и по возможности в семье;

выявлять факторы, способствующие возникновению и развитию стрессовых невротических состояний у детей

основные задачи

Проводить в Сенсорной комнате индивидуально-подгрупповую психокоррекционную работу



Рациональное питание

Десять основных («золотых») правил, рекомендуемых Всемирной организацией здравоохранения:



1. Выбор безопасных пищевых продуктов.
2. Тщательно приготавливайте пищу.

3. Ешьте приготовленную пищу без промедления.
4. Тщательно храните пищевые продукты.

5. Тщательно подогревайте приготовленную заранее пищу.
6. Избегайте контакта между сырыми и готовыми пищевыми продуктами.

7. Часто мойте руки
8. Содержите кухню в идеальной чистоте.

9. Храните пищу недоступной для насекомых, грызунов и других животных.
10. Используйте воду питьевого качества.



Оздоровительный режим

Формы и методы оздоровления

Обеспечение здорового ритма жизни

- Щадящий режим (адаптационный)
- Гибкий режим
- Организация микроклимата и стиля жизни группы
- Рациональное питание
- Занятия ОБЖ

Физические упражнения

- Утренняя гимнастика
- Подвижные и динамические игры
- Спортивные игры
- Дыхательная гимнастика

Гигиенические и водные процедуры

- Умывание
- Мытье рук
- Плавание в бассейне
- Обеспечение чистоты среды

Свето-воздушные ванны

- Проветривание помещений
- Прогулки на свежем воздухе
- Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха

Активный отдых

- Развлечение
- Праздники
- Игры-забавы
- Дни и недели здоровья

Физиотерапия

- Кварцевание «Дезар

Стимулирующая терапия

- Лечебное смазывание носа оксолиновой мазью
- Витаминизация 3-го блюда, прием сока, фруктов
- Оздоровление чесноком, зеленым луком



Оздоровительный режим





Публикация в еженедельной газете «Вестник Сургутского района» «ГТО как норма жизни» с указанием на участия в проекте «ВОСЕМЬ ЖЕМЧУЖИН ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ-2022» <https://vestniksr.ru/news/58129-gto-kak-norma-zhizni.html>

Публикация на официальной странице Образование Сургутского района - Малые летние Олимпийские игры в МБДОУ д/с «Аист» с указанием участия в IX Федеральном научно-общественном конкурсе «Восемь жемчужин дошкольного образования - 2022» в номинации «Здоровый дошколенок». https://vk.com/wall-177136941_26166

Публикация на официальной странице Образование Сургутского района- развлечения «Здоровей-ка» с мыльными пузырями в МБДОУ д/с «Аист» https://vk.com/wall-177136941_25809



Видеоролик «Родители о проекте «Здоровей-ка» https://vk.com/wall-186391565_7850

Видеоролик «Дети о проекте «Здоровей-ка» https://vk.com/wall-186391565_7859

Видеоролик «Дети про малые летние Олимпийские игры 2022» https://vk.com/wall-186391565_7631

Публикация в издании "Педагогический альманах" Электронное образовательное СМИ, статьи воспитателя по шахматам Багманян М.М. «Шахматы как эффективное средство развития интеллектуальной компетентности детей старшего дошкольного возраста»
СМИ Адрес в Интернет: e-mail: <https://www.pedalmanac.ru>

Публикация в сборнике материалов I Всероссийской научно-практической конференции «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» авторские конспекты ООД .
Инструктора по физической культуре Ковальчук Г.И., http://aist-soln.ucoz.ru/Innovaciya/konspekt_meroprijatija_s_roditeljami_po_zdorovesbe.pdf
и учителя-логопеда Замогиной М.С. http://aist-soln.ucoz.ru/Innovaciya/korrekcionnoe_zanjatie_po_valeologii_puteshestvie.pdf