

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Солнышко» села Лорино»

**Проект по здоровьесбережению**  
**«Профилактика простудных заболеваний в д/с»**

Инструктор по физическому воспитанию:  
Миннегалиева Л.В.

С .Лорино  
2016 год

## **Проект по здоровьесбережению «Профилактика простудных заболеваний в д/с»**

Участники: дети старшей и подготовительной группы.

По составу участников – групповой.

Сроки выполнения проекта: с 01.10.2016г. по 23.03.2017г.

Тип проекта: творческий.

Основные цели:

Профилактика простудных заболеваний.

Алгоритм разработки проекта:

### **I. Ценностно –ориентационный этап.**

Проблематизация: в группах старшего возраста высокая заболеваемость ОРЗ и низкая посещаемость, поэтому было принято решение о том, чтобы усилить работу воспитателей и инструктора по ФИЗО по здоровьесбережению и профилактике заболевания верхних дыхательных путей.

Задачи:

1. Посредством НОД рассказать о строении носа, верхних дыхательных путей, их функциях и способах профилактики заболеваемости.
2. С помощью утренних гимнастик, гимнастик после сна, физминуток, упражнений на дыхания, точечного массажа провести профилактику верхних дыхательных путей.
3. Ввести систематическую работу по ознакомлению дошкольников основ культуры здоровья.
4. Закреплять представления детей о составляющих здорового образа жизни.
5. Развивать у дошкольников познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

На ценностно – ориентационном этапе выбираются цели, задачи, число участников.

### **II. Конструктивный план.**

#### *1. Планирование.*

На этом этапе проводилась следующая работа:

- 1) подборка и систематизация материалов для картотеки «Дыхательная гимнастика» (упражнения для развития дыхания, точечный массаж биологически активных точек).
- 2) составление плана проведения утренних зарядок, гимнастик после сна, НОД с использованием комплексов дыхательных гимнастик.
- 3) составление конспектов НОД для открытых просмотров.
- 4) подготовка консультаций для родителей «Растирание сухой варежкой», «Дыхательная гимнастика в домашних условиях».
- 5) подготовка фотоматериалов для презентации отчета по проекту.
- 6) подготовка рекомендации по проведению дыхательной гимнастики для воспитателей групп.

7) мед.сестра д/с проводит ежедневный осмотр детей, контроль санитарного состояния групп и подготовка консультации «Профилактика гриппа», «Что мы знаем о ветрянке», ведет экран здоровья.

## *2. Принятие решения.*

Инструктор по ФИЗО проводит консультации «Советы по применению дыхательной гимнастики»:

- 1) Гигиена носа.
- 2) Проветривание помещений.
- 3) Планирование комплексов дыхательной гимнастики (менять 1 раз в неделю).
- 4) Можно предоставить фото проводимых упражнений.
- 5) Комплексы лечебной гимнастики можно проводить на любых видах детской деятельности.

## *3. Выполнение проекта.*

Проект проходил с 01.10.2016г. по 23.03.017г.

Занимаясь с дошкольниками, и используя нетрадиционные технологии, я обратила внимание на то, что дети меньше болеют, у них улучшилось внимание и настроение. Дети стали более ловкими, выносливыми и сильными. Таким образом, использование в физкультурно-оздоровительной работе детского сада традиционных и нетрадиционных форм работы, закаливания и ряда других не медикаментозных средств оздоровления дает свои положительные результаты.

1. Анализ показателей заболеваемости дошкольников позволил отметить тенденцию к её снижению; это связано не только с возрастом детей, но и с оздоровительной работой.

1. Повысилась посещаемость.
2. Снизилась простудная заболеваемость.
3. Дети легко идут на контакт, они жизнерадостны и подвижны.

**Вывод:** организованная воспитательно-образовательная и физкультурно-оздоровительная работа положительно влияет на развитие детей: способствует укреплению психического здоровья, нормализации их социально-адаптивной сферы.

Результаты представленного опыта позволяют сделать заключение об эффективности проделанной работы по внедрению новых подходов, форм, методов и принципов построения воспитательно-образовательной и физкультурно –оздоровительной работы в детском саду.

## *4. Презентация проекта на методобъединении.*