**Праект - «Быть здаровым - гэта модна!»**

*Падрыхтавала: выхавальнік дашкольнай адукацыі,*

*Мацкевіч В. В.*

**Актуальнасць.** Самое дарагое для чалавека гэта яго здароўе. Нажаль здароўе не займае першага месца ў сучаснага чалавека Дарослыя забываюць, што іх здаровы лад жыцця - гэта здароўе іх дзяцей. Дашкольны ўзрост - гэта перыяд станаўлення асобы чалавека, сінзетыўны для фарміравання ў дзяцей элементарных уяўленняў аб здаровым ладзе жыцця, неабходнасці ў захаванні і ўмацаванні свайго здароўя. Калі мы навучым дзяцей з самага ранняга ўзросту цаніць, берагчы і ўмацоўваць свае здароўе, калі мы будзем асабістым прыкладам дэманстраваць здаровы лад жыцця, то можна спадзявацца, што будучае пакаленне будзе больш здаровым і развітым не толькі фізічна, але і асобасна, інтэлектуальна, духоўна. Для рэалізацыі дадзенага напрамку ў педагагічнай дзейнасці распрацаваны праект «Быць здаровым – гэта модна!» для работы з дзецьмі старшай групы.

**Від праекта:** адукацыйны, каллектыўны.

**Тэрмін рэалізацыі:** адзін навучальны год.

**Удзельнікі праектнай дзейнасці:** выхавальнікі дашкольнай адукацыі, кіраўнік па фізічнаму выхаванню, псіхолаг, музычны кіраўнік, медыцынская сястра, дашкольнікі старшых груп, законныя прадстаўнікі выхаванцаў, адміністрацыя ўстановы.

**Мэта:** стварэнне ўмоў для забеспячэння высокага ўзроўню здароўя дзяцей; фарміравання і развіцця ў дзяцей элементарных уяўленняў аб здаровым ладзе жыцця; выхавання фізічнай культуры асобы.

**Задачы:**

* Фарміраваць у дзяцей пазіцыю “Быць здаровым – гэта модна!”, пачуцце адказнасці за захаванне і ўмацаванне свайго здароўя;
* Інтэгрыраваць задачы фізкультурна-аздараўленчай работы ў розныя віды дзіцячай дзейнасці, ва ўмовах білінгвізма;
* Укараніць сучасныя здароўезберагаючыя тэхналогій у выхаваўча-адукацыйны працэс дашкольнай установы;
* Сістэматызаваць уяўленні дзяцей, накіраваныя на фарміраванне разумення здароўя як важнейшай каштоўнасці;
* Актывізаваць работу педагагічных работнікаў, медыцынскай сястры і законных прадстаўнікоў дзяцей, па фарміраванню здаровага ладу жыцця.

**Этапы праекта:**

***ПЕРШЫ ЭТАП: ПАДРЫХТОЎЧЫ***

* Азнаямленне з сучаснымі здароўезберагаючымі тэхналогіямі ўстановы дашкольнай адукацыі і распрацоўка форм іх выкарыстання ў педагагічнай дзейнасці. *(Дадатак 1)*
* Правядзенне дыягностыкі па выяўленню ўяўленняў пра здароўе і здаровым ладзе жыцця ў старшых дашкольнікаў.
* Складанне плана сумеснай работы з дзецьмі, педагогамі і бацькамі (законнымі прадстаўнікамі выхаванцаў).
* Падбор матэрыялу і абсталявання для заняткаў, гутарак, гульняў з дзецьмі.
* Афармленне папак–перасовак для бацькоў па тэме праекта, падборка фатаграфій, літаратуры.
* Гутаркі з бацькамі аб неабходным ўдзеле іх у праекце, аб сур'езным дачыненні да выхаваўча–адукацыйнага працэсу дашкольнай установы.
* Распрацоўка пытанняў для анкетавання бацькоў і выхавальнікаў дашкольнай адукацыі.

***ДРУГІ ЭТАП : АСНОЎНЫ***

* Рэалізацыя перспектыўнага плана работы з дзецьмі *(Дадатак 2)*
* Апрабацыя кампанентаў здароезберагаючай сістэмы ў рэжыме дня *(Дадатак 3)*
* Рэалізацыя плана работы з бацькамі (законнымі прадстаўнікамі) *(Дадатак 4)*
* Анкетаванне бацькоў па тэме праекта *(Дадатак 5)*

***ТРЭЦІ ЭТАП : ЗАКЛЮЧНЫ***

Аналіз захворвання выхаванцаў группы;

Выступленне на педагагічным савеце на тэму “Эфектыўнасць праекта “ Быть здаровым - гэта модна!”

Спартыўнае свята “Здаровым быць прыемна!”

***Чакаемы рэзультат:***

- Павышэнне прафесіянальнай кампітэнцыі педагогў установы на дадзеную тэму;

- Выраб і папаўненне:

* картатэк па фіз. хвілінкам, рух. гульнях, дых. гімнастыкі і г. д.;
* фотаальбом «Быць здаровым – гэта модна!» (фотаатчот на сайце ўстановы);
* тэматычны альбом “Вітамінная скрынка!”;
* тэматычны альбом “Чалавек”.

-Будуць выкананы задачы праекта.

**Спіс літаратуры для рэалізацыі праекта**

1. Логвина Т.Ю. Физкультура, которая лечит – Мозырь: ОО ИД "Белый ветер", 2003.
2. Глазырина, Л.Д. Физкультурные занятия в группе «Фантазеры»: пособие для педагогов учреждений, обеспеч. получение дошк. образования / Л.Д. Глазырина. – Минск: Нац. ин-т образования, 2011
3. Дубініна, Д. М. Свет вакол мяне : рабочы сшытак для выхаванцаў старшай ступені (ад пяці да шасці гадоў) устаноў дашк. адукацыі / Д. М. Дубініна. — 6-е выд. — Мінск : Нац. ін-т адукацыі, 2011.
4. Дубініна, Д. М. Свет вакол мяне : вучэбны дапаможнік для выхаванцаў старшай ступені (ад пяці да шасці гадоў) устаноў адукацыі / Д. М. Дубініна. — 6-е выд. — Мінск : Нац. ін-т адукацыі, 2011
5. Шебеко, В. Н. Развивающие игры по физической культуре для старших дошкольников : учеб. нагляд. пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В. Н. Шебеко. — Минск : Нац. ин-т образования, 2008.
6. Шебеко В.Н. Занятия по физической культуре в детском саду: Обучение и творчество: Старший дошкольный возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – Мн.: Университетское, 2001
7. Шишкина, В. А. Подвижные игры для детей дошкольного возраста : пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В. А. Шишкина, М. Н. Дедулевич. — Минск : Нац. ин-т образовання,2012.
8. Шкляревская Н. В. Тропинками здоровья и безопасности / Н. В. Шкляревская. –Мозырь: Содействие, 2011.- 180с.
9. Шпак В.Г. Спортивные упражнения и активный отдых в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – Мн.: Полымя, 2000.
10. Картатэка “Ранішняя гімнастыка ў старшай групе дзіцячага сада”
11. Картатэка фізкультурных практыкаванняў і рухомых гульняў на прагулцы

ДАДАТАК 1

**Выкарыстанне здароўезберагаючых тэхналогій**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Віды здароўезберагаючых тэхналогій*** | ***Час правядзення ў рэжыме дня*** | ***Асаблівасці методыкі правядзення*** | ***Адказны*** |
| Рухомыя і спартыўныя гульні | Як частка фізкультурнага занятка, на прагулцы. | Гульні падбіраюцца згодна індывідуальным асаблівасцям, месцам і часам правядзення. Выкарыстоўваюцца элементы спартыўных гульняў. | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню |
| Рэлаксацыя | У залежнасці ад стану дзяцей і мэтаў, педагог вызначае інтэнсіўнасць тэхналогіі. | Можна выкарыстоўваць музыку | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік, псіхолаг. |
| Ранішняя гімнастыка | Штодня, раніцай, перад сняданкам | У групавым пакоі, фізкультурным зале, пад музыку, з выкарыстаннем рухомых гульняў і інш . | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік |
| Пальчыкавая гімнастыка | У розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы | Рэкамендуецца ўсім дзецям, асабліва з моўнымі праблемамі. Праводзіцца ў любы зручны адрэзак часу | Выхавальнік, псіхолаг |
| Гімнастыка для вачэй | Штодня па 3-5 мін у любы вольны час, у розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы ў залежнасці ад інтэнсіўнасці глядзельнай нагрузкі | Рэкамендуецца выкарыстоўваць наглядны матэрыял, паказ педагога | Усе педагогі |
| Дыхальная гімнастыка | У розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы | Забяспечыць праветрыванне памяшкання, педагогу даць дзецям інструкцыі аб абавязковай гігіене носа перад правядзеннем працэдуры | Усе педагогі |
| Каррігіруючая гімнастыка | У розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы | Форма правядзення залежыць ад пастаўленай задачы і кантынгенту дзяцей | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік |
| Заняткі па фізічнай культуры | 2 разы ў тыдзень у спартыўнай зале,1 раз на вуліце | Заняткі праводзіцца ў адпаведнасці з праграмай, па якой працуе ўстанова | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік |
| Самамассаж | У залежнасці ад пастаўленай мэты, сеансамі альбо ў розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы | Неабходна растлумачыць дзіцяці сур'езнасць працэдуры і даць дзецям элементарныя веды аб тым, як не нанесці шкоду свайму арганізму | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік,  медыцынская сястра |
| Стрэтчынг | Не раней чым праз 30 хвілін пасля прыняцця ежы, 2 разы на тыдзень па 30 хв. | Рэкамендавана дзецям з млявай выправай і плоскаступневасцю | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік |
| Дынамічны перапынак | У час заняткаў, 2-5 хв. Па меры стомленнасці дзяцей | У якасці прафілактыкі стомленнасці . Могуць уключаць у сябе элементы гімнастыкі для вачэй, дыхальнай гімнастыкі і іншых, у залежнасці ад віда занятка | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік, |
| Гімнастыка артапедычная | У розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы | Рэкамендавана дзецям з плоскаступневасцю | Кіраўнік па фізічнаму выхаванню, выхавальнік,  медыцынская сястра |
| Камунікатыўныя гульні | 1-2 разы ў тыдзень па 30 хв. | Уводзяцца гутаркі, эцюды і гульні рознай ступені рухомасці, заняткі па маляванню, лепцы і інш. | Выхавальнік, псіхолаг |
| Заняткі з серыі “Урокі здароўя” | Згодна тэматычнаму планаванню |  | Выхавальнік, псіхолаг |
| Тэхналогіі ўздзеяння колерам | 2-3 разы, як спецыяльны занятак | Правільна падабраныя колеры інтэр’ера ў групе павышаюць эмацыйны настрой дзіцяці | Выхавальнік, псіхолаг |
| Казкатэрапія | 2-4 занятка па 30 хв. у месяц | Казку можа расказваць дарослы, можа быць групавое расказванне, дзе расказчыкам з’яўляецца адзін чалавек, група дзяцей, а астатнія дзеці паўтараюць за разказчыкам неабходныя рухі | Выхавальнік, псіхолаг |
| Тэхналогіі музычнага ўздзеяння | У розных формах фізкультурна-аздараўленчай работы, або асобным заняткам 2-4 разы ў месяц | Выкарыстоўваецца як частка іншых тэхналогій, для павышэння эмацыйнага настрою | Усе педагогі |
| Фанетычная рытміка | 2 разы ў тыдзень | Заняткі рэкамендаваны дзецям для прафілактікі слуха | Выхавальнік, псіхолаг, педагог-дыфектолаг, кіраўнік па фізічнаму выхаванню |
| Псіхагімнастыка | 1-2 разы ў тыдзень па 25-30 хв. | Накіравана на развіццё і карэкцыю розных бакоў псіхікі дзіцяці | Выхавальнік, псіхолаг |

ДАДАТАК 2

**Перспектыўны план работы для рэалізацыі праекта з дзецьмі**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Адукацыйная вобласць | Формы работы ў нерэгламінтаванай дзейнасці |
| Верасень | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “Я – чалавек” .     ***“Мастацтва”***  *На тэмы: “*Чалавек”, “Аўтапартрэт” (маляванне),   * “Адзенем Кацю на прагулку” (аплікацыя).   ***“Фізічная культура”***  “Сустрэча з восенню” | ***Гутаркі:***  “Мой рэжым дня”  “Навошта неабходна ежа”  “ Якія бываюць звычкі”  “Быць здаровым – гэта модна”  “Правілы бяспекі жыцця”  ***Конкурс*** “Хвастуноў”  ***Разважанне***  “Што такое ЗЛЖ?”  ***Эцюд*** -«Рабі як я»  ***Дыдактычныя гульні:***“Складзі малюнак” (маленькае дзіця, дашкольнік, дарослы)  “Чыстае цела”  ***Пальчыкава гульня*** “Ранец”, “ Мая сям’я”  ***Настольна-друкаваныя гульні:*** “Складзі малюнак: вочы, нос”.  ***Прагляд:***   * мультфільма “Майдадыр” * ***Чытанне:*** * К. Чукоўскій “Доктар Айбаліт”, “Майдадыр”, * Н. Арлова “Навошта носік малышам?”, Г. Юдзін “Вочы”, А. Рэмізаў “Пальцы”.   ***Дыхальнае практыкаванне*** “Сіньёр-тамат”   * ***Завучванне вершаў:*** * “Э. Машкоўская “Вушы”, “Цела чалавека”.   ***Фіз. забава*** “Восень у госці завітала”, “Светлафор”  ***Бел. нар. гульня*** “Гусі”, “Пярсцёнак” |
| Кастрычнік | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “Кладавая здароўя на агародзе і ў садзе”   ***“Мастацтва”***  На тэмы: “Вітамінная скрынка” (лепка),  “Натюрморт, садавіна” (маляванне),  “Агародніна на талерцы” (аплікацыя).  ***“Фізічная культура”***  “Ідуць дажджы” | ***Дыдактычныя гульні:***  “Чароўны мяшэчак”, “Вызнач на смак”, “Назаві лішні”, “Што адкуль знялі”, “Вітаміны з градкі”  ***Экскурсія на агарод***  ***Прадуктыўная дзейнасць***  “Прадукты – чэмпіёны” - складанне табліцы.  ***Прагляд прызентацый***  “Бактэрыі”, “Вітаміны”  ***Бел. нар. гульня*** “У Мазаля”, “ У мядзьведзя на бару”  ***Пальчыкава гульня*** “Апельсін”, “ Лес. Грыбы”  ***Дыхальнае практыкаванне*** “Далонькі”  ***Чытанне:***  Ю. Тувім “Агародніна”,М. Смірнова “Таматы”, С. Жуков “Крыжовник”.  ***Завучванне вершаў:***  И. Матвеева Огород, Н. “Кончаловская», “ Весёлый огород”  ***Драматызацыя*** “Прадстаўленне агародніны”  ***Фіз. забава*** Лясная казка”  ***Дзень здароўя*** “Рух гэта – здароўе” |
| Лістапад | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “Правільнае харчаванне – залог здароўя. Гігіена харчавання.”   ***“Мастацтва”***  На тэму: “Карысныя прадукты” (аплікацыя)  ***“Фізічная культура”***  “Дні тыдня” | ***Гутаркі:***  “Бабуліна аптэчка”, “Як мяне лечыць мама”, “Чаму неабходна правільна харчавацца”, “Гамбургер – карысны ці шкодны”, “Мае любімыя чыпсы мама мне не дазваляе” (з асабістага вопыту)  ***Разважанне:*** “Навошта мыць агародніну і садавіну”  ***Чытанне:*** С. Курегова “Сказка про сухомятку”  ***Завучванне вершаў:*** “А. Усачёва “Йогурт”, М. Яснов “ Обжора”  ***Чытанне вершаў***: “Про девочку, которая плохо кушала” С. Михалков  ***Дыдыктычныя гульні:*** “ Вясёлы повар”, “Карысныя прадукты”, “Гатуем вінігрэт”, “Можна – нельга”, “Выбар прадуктаў”  ***Пальчыкава гульня*** “Талерка”, “ Мыем посуд”  ***Сюжэтна- ролевая гульня*** “Хлебазавод”  ***Бел. нар. гульня*** “Шуляк”, “Рыбак”, “Блін гарыць”  ***Эцюд*** “Зачарованае дзіця”  ***Рухомая гульня-эстафета*** “Што куды?”  ***Гатуем простую ежу*** (бутэрброды, чай)  ***Фіз. забава*** “Вясёлыя старты”, “Трымай паставу” |
| Снежань | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “ Ну, хвароба, беражыся! Нам дапамогуць вітаміны”   ***“Мастацтва”***  На тэму: “Вітаміны” (лепка)  ***“Фізічная культура”***  “Добры доктар Айбаліт” | ***Гутаркі:***  “Як мяне лечыць мама”, “Што неабходна раьиць каб не захварэць?”  ***Разважанне:***  “Што такое інфекцыя”  ***Чытанне:*** Я. Жабко “Меня инфекцией зовут”, “Вредные советы” Г. Остер, “Прививка” С. Михалков  ***Завучванне вершаў:*** “И. Гуковский “Коля заболел”  ***Пальчыкава гульня*** “Падарункі”  ***Дыдыктычныя гульні:***  “ Планета здароўя”, “Лечым хваробу”, “Ліст захварэўшаму сябру”, “Прывітанне доктар”  ***Дыхальнае практыкаванне*** “Кошка”  ***Бел. нар. гульня*** “Дзед Мароз”, “Бабка Ёжка”  ***Тэатралізаваная гульня*** “Вітамінная сям’я”  ***Праслухоўванне п’есы*** П. І. Чайкоўскага “ Хвароба лялькі”  ***Дзень здароўя*** “Я здароўе зберагу – сам сабе дапамагу!”,  ***Фіз. забава*** “ Правілы дарожныя павінен ведаць кожны” |
| Студзень | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “ Зімовыя забавы”   ***Мастацтва***  *Тэма* : “Дзіцячыя гульні зімой” (маляванне)  “Катаемся на лыжах” (лепка)  ***“Фізічная культура”***  “Прывітанне зімушка-зіма” | ***Завучванне на памяць***  З.Катляр “Зімняя казка”  ***Адгадванне загадак пра зіму***  ***ТРВЗ***  “Зіма” (добра, дрэнна).  ***Чытанне***  Г.Скрабінскага “Зіма і пераказ казкі “Два маразы”.  ***Бел. нар. гульня*** “Чарадзей”, “Мяцёлка”, “Вежа”  ***Чытанне верша***  «На рэчцы зімою» Я.Коласа  ***Пальчыкава гульня*** “Зімовыя забавы”  ***Пазнавальная гутарка***  “Як трэба паводзіць сябе зімой на вуліцы(горцы)”  ***Рухомыя гульні*** “Пападзі сняжком у мішэнь”, “Гонкі санак”, “Замарожу”, “ Паўтары рух”, “Два маразы”  ***Дыдактычная гульня*** “ Адзень ляльку на прагулку на лыжах”  ***Гутаркі***  “Займацца спортам – гэта модна”, “Быць здаровым дапаможа спорт”, “Я хажу на каратэ”  ***Зімовае спартыўнае свята*** “Зімовыя святы:мы ім рады”  ***Фіз. забава***  “Зімушка-зіма” |
| Люты | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “ Беражы зубы з малога”   ***“Мастацтва”***  На тэму: “Мая зубная паста і шчотка” (маляванне)  ***“Фізічная культура”***  “Сняжок мой сябар” | ***Гутарка***  “Беражы зубы з малога”, “Што не карысна для зубоў?”, “ Белыя і здаровыя зубы – гэта модна і карысна”  “Прививка” С. Михалков  ***Завучванне вершаў:*** Д. Родари «Сладкая страна», С. Михалков «Как у нашей Любы…», «Л. Фадеева « Лечим зубы»  ***Чытанне:***  “ Зубік зазнайка”, А. Усачёв “Медвежья сказка, или Как медведю зуб лечили”  ***Пальчыкава гульня*** “Прафесіі”  ***Сюжэтна-ролевая гульня***  “Паліклінніка”  ***Бел. нар. гульня*** “Кот і мышы”  ***Дыхальнае практыкаванне*** “Паветраны шар”  ***Разглядванне плаката***  “ Як правільна чысціць зубы”  ***Праблемная сітуацыя*** “ Чаму баляць зубы?”, “Што можа здарыцца, калі есці гразнымі рукамі?”  ***Эцюд*** “У мяне баліць зуб”  ***Дослед*** “Мае зубы” (водціск на фальге)  ***Фіз. забава*** “Зімовыя прыгоды”, “А ну-ка хлопчыкі” |
| Сакавік | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “ Шкодныя звычкі”   ***Мастацтва***  *Тэма* : “Шкодныя звычкі” (аплікацыя, калаж)  ***“Фізічная культура”***  “Дзядуля Мазай і зайцы” | ***Гутарка***  “Мае шкодныя звычкі”, “Курыць – гэта не модна”  ***Завучванне верша*** “ Пра дзяўчынку, якая сасе палец” Э. Успенскій  ***Чытанне***  В. Белова «Пра табак»  ***Дыдактычная гульня*** “Церамок”  ***Пальчыкава гульня*** “Я сягодня медсястра”  ***Бел. нар. гульня*** “Гусі”, “Пярсцёнак”  ***Драматызацыя*** “Жах для курыльшчыка”  ***Абследаванне*** сігарэты  ***Разгляждванне плаката*** “Лёгкія курыльшчыка”  ***Фіз. забава*** “ Разам весела гуляць”, “Зімовыя прыгоды” |
| Красавік | ***“Дзіця і грамадства”***   * *Тэма:* “Аптэка ў лесе”   ***Мастацтва***  *Тэма* : “Партрэты ядавітых раслін” (маляванне)  ***“Фізічная культура”***  “На ракеце ў космас” | ***Гутарка разважанне***  “Што было б, каб не было раслін”  ***Гутарка***  “Лес – лёгкія нашай планеты”, “Аптэка ў лесе”  ***Завучванне верша*** “ Пралеска” пры дапамозе мадэляў  ***Праслухоўванне*** П. Чайкоўскі “Вальс кветак”  ***Бел. нар. гульня*** “Маялка”  ***Пальчыкава гульня*** “Кветкі”  ***Дыхальнае практыкаванне*** “Пчала”  ***Дыдактычныя гульні***  “Пазнай па апісанні”, “Нашы памочнікі – расліны”, “Што, дзе расце?”, “Чароўная кветачка”, “Што лішняе?”, “Як лечыць расліна”  ***Тэатралізаванае прадстаўленне*** “Зялёная бальніца”  ***Фіз. забава*** “ Свята зарадкі”  ***Дзень здароўя*** “Здароўю скажам – ДА!” |
| Май | ***“Дзіця і грамадства”***  *Тэма:* “Я і маё здароўе”  ***Мастацтва***  *Тэма* : “Партрэты ядавітых раслін” (маляванне)  ***“Фізічная культура”***  “Нашы пальчыкі і ручкі” | ***Экскурсія*** ў медыцынскі кабінет  ***Пазнавальная гутарка*** “Навошта людзям патрэбны лякарствы і вітаміны”  ***Гутарка на тэму*** “Чаму неабходна клапаціцца пра сваё здароўе?”  ***Дыдактычныя гульні*** “Правільна – не правільна”, “Што неабхлдна каб быць здаровым”  ***Бел. нар. гульня*** “Арол”, “Грахі”, “Жартаўнік”  ***Пальчыкава гульня*** “Сям’я”  ***Сюжэтна-ролевыя гульні*** “Бальніца”, “Аптэка”  ***Фіз. забава*** “Рэжым дня”  ***Спартыўнае свята*** “Здаровым быць прыемна!” |

ДАДАТАК 3

***Кампаненты здароезберагаючай сістэмы ў рэжыме дня***

|  |  |
| --- | --- |
| Час у рэжыме дня | Метадычныя парады для выхавальнікаў |
| Прыём дзяцей | * Эмацыйна-здавальняючыя прывітанні выхавальнікам дзяцей і іх бацькоў * Міні- гутаркі з бацькамі аб фізічным і эмацыйным стане дзіцяці, аб адпаведнасці яго адзення пагодным умовам і г. д. * Звяртать увагу бацькоў і дзяцей на тое, у якой позе сядзіць дзіця, калі пераапранаецца. |
| Ранішні адрэзак часу | * Індывідуальная карэкцыйна-развіваючая дзейнасць выхавальніка з дзецьмі * Праца дзяжурных у кутку прыроды:міні гутаркі аб уплыве экалогіі на жыццядзейнасць чалавека, на залежнасць самаадчувальнасць дзяцей у групе ад таго, наколькі чыстыя расліны ў кутку прыроды * Міні гутаркі памочніка выхавальніка аб уплыве чысціні на эмацыйнае самаадчуванне чалавека, яго настрой |
| Ранішняя гімнастыка, практыкаванні на прагулцы | * Традыцыйныя комплексы * Гульнявыя і сюжэтныя комплексы, логарытміка * Абавязковае выкарыстанне дыхальнай гімнастыкі * Кожнадзённы самамасаж розных біялагічных зон * Чаргаванне практыкаванняў на фарміраванне правільнага стану, прафілактыку плоскаступнёвасці, сардэчна-сасудзістых захворванняў, захворванняў нярвовай сістэмы |
| Працэдура умывання | * Педагог даўсёды звяртае ўвагу на ступень сфармірованнасці здароўезберагаючых уменняў, згодна ўзросту дзяцей, і праводзіць карэкцыю пры неабходнасці * Пасродкам розных прыёмаў педагог фарміруе ў дзяцей веды і уменні аб гігіене і загартоўванні для фарміравання асноў ЗЛЖ |
| Сняданак, абед, полудзень | * Выхавальнік абавязкова расказвае дзецям аб карысці для здароўя стравы * Звяртае ўвагу дзяцей на правільнае становішча цела за сталом для фарміравання правільнай паставы |
| Прыёмы арганізацыі змены дзейнасці дзяцей | * З дапамогай розных гульнявых прыёмаў выхавальнік пераключае увагу дзяцей з аднаго віду дзейнасці на другі (мастацкае слова, сюрпрызны момант, праблемныя сітуацыі, логарытмічныя практыкаванні і інш.) |
| Спецыяльна арганізаваная дзейнасць | * Выконванне норм СанПін * Дынамічныя перапынкі паміж заняткамі * Хвілінкі цішыні * Рэлаксацыя ў канцы дынамічна актыўных заняткаў * Фізкультквілінкі, элементы самамасажа |
| Вячэрні адрэзак часу | * Дзейнасць дзяцей неабходна чаргаваць каб не было перагрузак * Забяспечыць падгрупавую работу з дзецьмі праз спалучэнне базіснай адукацыі і дадатковых адукацыйных паслуг |
| Загартоўванне | * Сістэматычна на працягу ўсяго дня згодна пор года, пагодных умоў, стану здароўя дзяцей |

ДАДАТАК 4

***План работы з бацькамі (законнымі прадстаўнікамі) на навучальны год***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяц | Змест работы | Адказны |
| Верасень | Кансультацыя “Адзенне дзяцей для заняткаў па фізічнай культуры”  Анкетаванне бацькоў “Пра здароўе сур’ёзна” | Кір. па фіз. вых.  Выхавальнік, кір. па фіз. вых. |
| Кастрычнік | Бацькоўская школа будучых першакласнікаў “Культура здароўя сям’і адна з галоўных задач выхавання культуры здароўя дзіцяці” | Нам. заг. па АД. |
| лістапад | Кансультацыя “Турызм і сямейныя паходы”,  “Харчаванне дашкольнікаў” | Кір. па фіз. вых.  Мед. сястра |
| Снежань | Папка-перасоўка “Рэкамендацыі бацькам па ўзмацненню здароўя дзяцей” | Выхавальнік дашкольнай адукацыі |
| Студзень | Бацькоўскі сход “Сакрэты псіхалагічнага здароўя”  Кансультацыя “Шкодныя звычкі бацькоў і іх роля на стан здароўя дзяцей” | Выхавальнік дашкольнай адукацыі, псіхолаг  Выхавальнік дашкольнай адукацыі |
| Люты | Кансультацыя “Выхаванне ў дзяцей дашкольнага ўзросту здаровага ладу жыцця” | Кір. па фіз. вых. |
| Сакавік | Памятка “ Каб тэлевізар не надта пашкодзіў” | Выхавальнік дашкольнай адукацыі |
| Красавік | Папка-перасоўка “Асаблівасці фізічнага выхавання дзяцей пры паступленні ў школу” | Выхавальнік дашкольнай адукацыі |
| Май | Кансультацыя “Роля сям’і ў фізічным выхаванні дзяцей”  Спартыўнае свята “Здаровым быць прыемна!” | Кір. па фіз. вых.  Выхавальнік дашкольнай адукацыі |

ДАДАТАК 5

«ПРА ЗДАРОЎЕ СУР'ЕЗНА»

Анкета для бацькоў і законных прадстаўнікоў.

1. Ф, І, П, адукацыя, колькасць дзяцей у сям'і.

2. Хто з бацькоў займаецца або займаўся спортам? Якім?

3. Ці есць у доме спартыўны снарад? Які?

4. Наведвае ваша дзіця спартыўную секцыю? Якую?

5. Які рэжым дня ў вашага дзіцяці?

6. Выконвае ці ваш дзіця гэты рэжым?

7. Ці робіце вы дома ранішнюю гімнастыку?

*Рэгулярна або нерэгулярна.*

8. Соблюдат ці ваш дзіця дома правілы асабістай гігіены (мые рукі перад ежай, пасля туалета, мыецца, чысціць зубы, мые ногі?

9. Ці ведаеце вы, асноўныя прынцыпы і метады загартоўвання? Пералічыце іх.

10. Хто з членаў сям'і часцей за ўсе гуляе з дзіцем?

11. Гуляеце ці вы пасля дзіцячага саду?

12. Гуляе ці ваш дзіця адзін, без дарослых?

13. Віды дзейнасці дзіцяці пасля прыходу з дзіцячага саду і ў выхадныя дні:

Рухомыя гульні

Спартыўныя гульні

Настольныя гульні

Сюжэтна - ролевыя

Музычна - рытмічная дзейнасць

Прагляд тэлеперадач

Канструяванне

Чытанне кніг

14. Быць здаровым – гэта модна? Чаму?