КОиН

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 246»

( МБ ДОУ «Детский сад № 246»)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Проект**

**Здоровьесберегательных технологий для детей с ЗПР**

**Разработала: Тахтобина Марина Александровна**

Новокузнецкий городской округ

**Проект**

**«МЫ ЗДОРОВЬЕМ ДОРОЖИМ!»**

(здоровьесберегательные технологии для детей с ЗПР

 дошкольного возраста)

|  |
| --- |
| ***Период реализации:*** *10 дней.****Возрастная категория:*** *4-5 лет.****Тип проекта:*** *практико – ориентированный.****Участники:*** *дети средней группы, педагогический коллектив группы, родители.****Продукт:*** *фоторепортаж «Мы здоровьем дорожим!», оборудование «Сухой дождик».* |

**Пояснительная записка**

**Актуальность и значимость темы:**

Каждый из нас уникален и обладает своими индивидуальными особенностями. Однако существуют определенные группы людей, требующие к себе особо пристального внимания и поддержки ввиду их специфических потребностей. К сожалению, количество «особых» детей в современных детских садах становится все выше, и педагогам следует повышать личный уровень профессиональной компетенции для построения эффективного взаимодействия с ними. Как показывает практика работы с детьми, имеющими задержку психического развития, использование здоровьесберегающих технологий является наиболее эффективным. Обосновано это тем, что у большинства таких детей ярко выражены функциональные нарушения, ослаблены защитные силы организма, наблюдаются повышенная возбудимость и утомляемость, эмоциональная лабильность и невротические проявления.

В основе настоящего проекта - идея о том, что использование здоровьесберегающих технологий с детьми с задержкой психического здоровья позволяет сохранить уровень их здоровья и повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса.

**Проблема:**

Дети с ЗПР, как правило, отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно-психического развития. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, неустойчивость и истощаемость нервных процессов, легкая возбудимость, отсутствие длительных волевых усилий и т. д. Все это требует от педагогов использования в работе определенных методов и приемов.

**Цель и задачи:**

**Цель:** сохранение и стимулирование здоровья детей с ЗПР посредством использования возможностей здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

* формировать представление о здоровом образе жизни;
* развивать интерес к собственному организму;
* развивать мелкую моторику;
* развивать сенсорные способности;
* развивать тактильную чувствительность;
* воспитывать положительное отношение к здоровому образу жизни;
* формировать потребность в положительных привычках.

**Предполагаемые результаты:**

* у дошкольников сформируется представление о здоровом образе жизни;
* дошкольники станут проявлять интерес к собственному организму;
* дошкольники станут проявлять положительное отношение к здоровому образу жизни;
* у дошкольников сформируется потребность в положительных привычках.

**Предполагаемые риски проекта:**

* нежелание родителей принимать участие в проекте;
* отсутствие интереса к проблеме у воспитанников;
* нехватка ресурсов.

**Перспективный план проекта**

1. Подготовительный этап:

* Анализ информационных ресурсов, опыта коллег.
* Формулировка цели и задач.
* Планирование деятельности.
* Подготовка необходимого оборудования, оснащение РППС (подготовка «сухих бассейнов» с разным наполнением, создание оборудования «Сухой дождь», подготовка цветных полотен из шифона, создание картотек гимнастик, пополнение ассортимента массажного оборудования).

2. Основной этап:

### РАЗДЕЛ: «Организация работы с детьми»

|  |  |
| --- | --- |
| Вид деятельности | Срок |
| Беседа «Что значит быть здоровым?».Чтение сказки «Как белка всех зверей приучила к зарядке».Хождение по дорожкам здоровья. | 1 день |
| Игры на снятие эмоционального напряжения: «Злые – добрые кошки», «Детский футбол».Цветотерапия: «Посмотрим на мир в голубом / зеленом / красном цвете!». |  2 день |
| Занятие «Гигиена тела. Правила личной гигиены».Игра «Почистим зубки».Приготовление витаминного напитка: лимонад. Дегустация. |  3 день |
| Релаксационные упражнения: «Рот на замочке»,«Злюка успокоилась».Игры с сухим пальчиковым бассейном. | 4 день |
| Игровой самомассаж: «Утка и кот», «Дождик», «Летели утки», «Наши ушки».Игры с «Сухим дождиком». | 5 день |
| Акватерапия. Свободные игры с водой. Дыхательная гимнастика: «Послушаем свое дыхание», «Дышим тихо, спокойно и плавно». | 6 день |
| Чтение сказки «Про здоровье».Релаксационные упражнения: «Любопытная Варвара»,«Лимон». | 7 день |
| Игровой самомассаж: «Чтобы не зевать от скуки», «Гусь», «Кто пасется на лугу».Дыхательная гимнастика «Воздушный шар». | 8 день |
| Игры на снятие эмоционального напряжения: «Качели», «Мешок с капризками».Спортивные игры на прогулке. | 9 день |
| Песочная терапия: - игры с песком на прогулке;- рисование на песке в группе. |  10 день |

### РАЗДЕЛ: «Организация работы с родителями»

|  |  |
| --- | --- |
| Вид деятельности | Срок |
| Анкетирование «Здоровый образ жизни» – как Вы это понимаете?».Помощь в создании оборудования «Сухой дождь». | 1 неделя  |
| Папка – передвижка «Здоровый образ жизни семьи».Папка – передвижка «Психическое здоровье ребенка и телевизор». | 2 неделя |

3. Заключительный этап:

* ****Презентация продуктов:**** фоторепортаж «Мы здоровьем дорожим!», оборудование «Сухой дождик».
* ****Проведение итогового мероприятия: развлечение «В стране здоровья».****
* Подведение итогов.
* Самоанализ результатов, составление планов на будущее.

**Список информационных ресурсов**

1. Безруких, М.М. Здоровьеформирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет/ М.М. Безруких. – М.: ВЛАДОС, 2001. - 333 с.
2. Бутко, Г.А.  Физическое воспитание детей с задержкой психического развития / Г.А. Бутко. - М.: «Книголюб», 2006. - 144 с.
3. Карепова, Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников/ Т.Г. Карепова. - Издательство «Учитель», 2014. - 172 с.