

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 27 «Микки-Маус»



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №27
«Микки-Маус»
О.Н.Ревнивцева
» 09 2022г.

Педагогический проект
«Здоровьесберегающие технологии в хореографии как инновационный метод
работы с детьми дошкольного возраста»

Автор-составитель:
Фахраддинова Резеда Ильдаровна
педагог дополнительного образования

г. Сургут, 2022г.

Содержание

Введение	3
Пояснительная записка	3
Актуальность проекта и постановка проблемы	4
Цель и задачи проекта	5
Ожидаемые результаты проекта.....	5
Механизмы реализации	5
Основные принципы и методы проекта	6
Методы реализации	6
Этапы реализации проекта	6
Методы и формы работы, направленные на реализацию проекта	7
Организация и ресурсное обеспечение программы	8
Материально-техническая база	8
Мониторинг реализации проекта	9
Организация совместной консультативно-информационной работы	10
Заключение.....	10
Список использованных источников	11
Приложение № 1. «Здоровьесберегающие технологии, применяемые в работе с детьми»	
Приложение № 2. «Перспективный план взаимодействия с родителями»	
Приложение № 3. Анкета для родителей «Условия здорового образа жизни в семье»	
Приложение № 4. «Опросник для ребенка»	

Введение.

Забота о человеческом здоровье, тем более здоровье ребенка – это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества

В.А. Сухомлинский

Здоровье лежит в основе благополучия любого человека, ведь только здоровый человек может добиться успехов в жизни, быть активным творцом в современной действительности. Уровень современной жизни предъявляет высокие требования к человеку и его здоровью. Состояние здоровья детей на сегодняшний день волнует многих специалистов, в том числе и педагогов дополнительного образования.

Дети в современном мире подвержены не меньшим нагрузкам, чем взрослые. В настоящее время внимание педагогов, психологов, физиологов привлечено к дошкольному возрасту, поскольку практический опыт и многочисленные научные исследования свидетельствуют о существовании в данном периоде онтогенеза человека больших, зачастую неиспользуемых психофизиологических резервов развития ребенка.

В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны. Решение этой задачи регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании» (ст. 51); «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ»; «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ» и другими.

Пояснительная записка.

Задача каждого детского дошкольного учреждения сохранить и улучшить здоровье ребенка. Это вызвано целым рядом объективных причин: слабое здоровье детей; недостаточная организация профилактики заболеваний, отсутствие положительного примера по соблюдению здорового образа жизни для детей со стороны родителей. Поэтому оздоровление детей в последние годы становится приоритетным направлением в работе многих ДООУ. Педагоги и медики ищут новые приемы сохранения и укрепления здоровья детей, создают благоприятные условия для их внедрения, основываясь на результатах диагностики состояния здоровья и индивидуальных особенностях каждого ребенка.

Мы пытаемся постоянно ответить на вопросы: Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? «Как нужно решать проблему здоровья ребенка?». На педагогических советах мы анализируем свою работу, делимся опытом, учимся друг у друга. Ведь дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического здоровья. Именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма,

закладываются основные черты личности, формируется характер. Поэтому важно в дошкольном возрасте сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни,

После анализа своей совместной работы с детьми я пришла к выводу, что движения под музыку, дыхательные упражнения, пальчиковая гимнастика, танцевальные этюды, слушание музыки, благоприятно сказываются на нервной системе ребенка, на его физическом и моральном развитии. В условиях решения проблем здоровья детей в ходе ежедневной практической работы я определила, что нужно систематизировать применение здоровьесберегающих технологий с помощью музыки и движения вовремя занятий, совместной и самостоятельной деятельности.

Актуальность проекта и постановка проблемы.

Актуальность исследования на социально-педагогическом уровне определяется заказом общества на обучение детей дошкольного возраста хореографии. Танец – искусство, любимое детьми, обладающее огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного не только духовного, но и физического развития. Занятие танцем формирует правильную осанку, тренирует мышечную силу, дает организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

На научно-теоретическом уровне актуальность исследования исходит из научного осмысления таких понятий, как «хореографическое обучение», «хореографическое обучение детей дошкольного возраста» «здоровьесберегающие технологии» и обоснования их содержания.

Важнейшим фактором обучения детей является создание таких условий, при которых здоровье детей не ухудшится, а в лучшем случае – «окрепнет». Т.е. на научно-методическом уровне актуальность проявляется в обосновании возможностей здоровьесберегающих технологий оказывать положительное влияние на уровень здоровья детей дошкольного возраста в процессе хореографического образования в системе дополнительного образования.

Здоровьесберегающие технологии, представляют собой эффективную систему мер профилактической работы с детьми, направленные на сохранение и укрепление здоровья. Выбор данной темы самообразования обусловлен стремлением повысить профессиональный уровень в области организации безопасных условий на занятии хореографии. Применение в работе здоровьесберегающих технологий повысит результативность образовательного процесса, сформирует ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Новизна проекта заключается - в том, что она направлена на синтез различных видов деятельности (физической, танцевальной, музыкальной, игровой, сценической, речевой). А также включает набор интегрированных дисциплин, использование которых наиболее эффективны для оздоровительных практик: музыкально-подвижных и танцевальных игр, пластических этюдов, оздоровительной, коррекционной и ритмической гимнастики.

Понимая важность этой проблемы, и проанализировав состояние физического здоровья детей, я определила для себя цель.

Цель проекта: содействие правильному физическому развитию и осознание отношения к своему здоровью через хореографическое искусство посредством внедрения здоровьесберегающих технологий.

Задачи проекта:

1. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребёнка, в том числе их эмоциональное благополучие;
2. Формировать умение самостоятельно и творчески использовать накопленный арсенал двигательных средств;
3. Развитие потребности к самовыражению в движении под музыку;
4. Воспитание здорового образа жизни дошкольников.

Ожидаемые результаты проекта:

- эмоциональное благополучие дошкольника;
- снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными болезнями), улучшение соматических показателей здоровья;
- сформированность элементов культуры движения, потребность в движении под музыку, привычка к выполнению упражнений.

Целевая группа:

- Дети дошкольного образовательного учреждения (от 3 до 7 лет).
- Родители детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение.
- Педагоги и специалисты дошкольного учреждения.

Механизмы реализации:

- тематические интегрированные занятия, в том числе и физкультурные;
- мониторинговые процедуры (анкетирование родителей, тесты для педагогов);
- спортивные соревнования и эстафеты;
- тематические беседы;
- русские народные игры, хороводы;
- праздники, развлечения, концерты, фестивали;
- викторины, конкурсы, акции;
- экскурсии;
- консультации для родителей.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в работе с детьми
(Приложение 1)

Проект рассчитан на 2022 – 2026 учебные годы.

I этап – Информационно-подготовительный (сентябрь 2022 – август 2023)

II этап – Основной (внедренческий) (сентябрь 2023 – август 2025)

III этап – Заключительный, аналитический (оценочный) (сентябрь 2025 – август 2026)

Основные принципы проекта:

1. Это принцип активности и сознательности — определяется через участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение

высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

2. Систематичности и последовательности в организации здоровьесберегающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

3. «Не навреди» - это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

4. Доступности и индивидуализации - оздоровительная работа в детском саду должна строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

5. Оздоровительной направленности - нацелен на укрепление здоровья в процессе воспитания и обучения. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

Методы реализации:

1. Наблюдение за влиянием образовательного процесса на состояние здоровья детей, их развития.

2. Проведение исследований в области соблюдения здорового образа жизни, двигательной активности детей (анкетирование, опрос, наблюдение).

3. Анализ научной литературы, нормативно-правовых и программно-методического материалов.

4. Мониторинг.

Оценка результатов:

1. Качественная и количественная система контроля исполнения мероприятий.

2. Качественная оценка реализации программы субъективная удовлетворённость педагогов, родителей, детей отслеживается при помощи анкетирования, опросов, собеседования.

3. Динамика заболеваемости и посещаемости детей отслеживается по результатам изучения медицинских карт и журнала посещаемости.

Интеграция образовательных областей

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Этапы реализации проекта:

2022-2023 учебный год

Информационно-подготовительный этап:

Цель: изучение возможностей и потребностей воспитанников, педагогического коллектива и родителей детей по здоровьесберегающим технологиям.

- Наблюдение за детьми. Анализ проблемы.

- Изучение научно-методической литературы по проблеме.
- Анализ существующих инновационных форм работы методической службы.
- Составление плана обновления предметно – пространственной среды.
- Разработка поэтапного перспективного плана образовательной деятельности для младшей группы.
- Разработка диагностического инструментария.
- Анкетирование родителей.
- Подбор новых более эффективных форм работы с родителями и педагогами.

2023-2025 учебный год

Основной (внедренческий) этап:

- Анализ результатов детей в младшей группе.
- Изготовление картотек игр по темам.
- Обогащение предметно-пространственной развивающей среды.
- Разработка методических материалов для работы с детьми.
- Разработка перспективного плана для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.
- Внедрение современных форм работы с семьей и педагогами по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни

2025-2026 учебный год.

Заключительный, аналитический (оценочный) этап

Цель: Оценка эффективности форм и содержания здоровьесберегающих технологий. Совершенствование результатов проекта.

Проводимая работа:

Исследование эффективности проводимой работы деятельности на основе анализа мониторинга:

- Исследование состояния здоровья детей за 3 года
- развития двигательных навыков детей;
- Проведение праздников, дней здоровья, викторин и КВН по ЗОЖ, творческих отчетов в конце учебного года и т.д.

Методы и формы работы, направленные на реализацию проекта

1. Работа с детьми

- Использование индивидуального подхода в образовательной деятельности.
- Повышение уровня знаний по здоровьесбережению.
- Развитие у детей инициативы, сообразительности, самостоятельности в образовательной деятельности.

2. Работа с педагогами

- Проведение практического семинара по использованию и внедрению здоровьесберегающих технологий.
- Анализ результатов реализации проекта и перспективы развития детского сада.
- Создание кейса методических материалов по здоровьесбережению.
- Оформление и передача педагогического опыта через методические объединения, семинары-практикумы, размещение на сайте учреждения.

3. Работа с родителями

- Мастер-классы для родителей по здоровьезбережению детей на занятиях хореографии.
- Представление семейного опыта участия в проекте детского сада (представление детьми совместных проектов с родителями).
- Повышать информированность и заинтересованность родителей, как потребителей образовательных услуг.
- Оформление для родителей презентаций.
- Посещение открытых занятий, концертов.

Организация и ресурсное обеспечение программы

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление деятельности нашего детского сада. Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Материально-техническая база:

Организация развивающей предметно-пространственной среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться. Обеспечивая условия для самостоятельной двигательной активности детей, во всех возрастных группах имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей способствующие физическому развитию дошкольников и проведения закаливающих мероприятий.

Предметно-пространственная среда отвечает современным требованиям и содержит:

- спортивный и музыкальный уголок;
- спортивный инвентарь;
- музыкальные инструменты;
- наглядный и демонстрационный материал: альбомы, презентации, иллюстрации, фотографии, дидактические игры по теме проекта;
- библиотека книг художественной и познавательной литературы по ЗОЖ;
- ТСО.

Методическое:

- теоретическая и методическая литература;
- периодическая печать;
- материалы по передовому педагогическому опыту.

Информационное обслуживание проекта:

- сайт дошкольного учреждения;
- фотоотчёты;
- публикации в журналах.

Краткий анализ теоретических источников по проблеме инновационного проекта

Работа по реализации проекта «Здоровьесберегающие технологии в хореографии как инновационный метод работы с детьми дошкольного возраста» проводится со второй младшей группы (3-4 года).

В основе работы лежат разработки авторской программы «Хореография для малышей» и «Игроритмика». Принципы и развивающие идеи разработанные Соколовой И.Ю. «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе», Бурениной Л.И. «Ритмическая мозаика» Бриске И.Э, Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» и «Лечебно-профилактический танец «Фитнес-данс», «Танцетерапия» Черемновой Е.Ю., а также были учтены современные тенденции, рассмотрены различные стили и направления по оздоровлению детей.

Содержание работы определяется в соответствии с «Федеральным государственным образовательным стандартом» дошкольного образования позволяющие интегрировать образовательное содержание при решении поставленных задач по оздоровлению детей в различные образовательные области.

Мониторинг реализации проекта

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДОУ является мониторинг здоровья ребенка, который осуществляется медицинским и педагогическим персоналом.

Цель обследования – определить исходный уровень детей, спланировать работу на год и получить динамику к концу года.

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость детей – статистический учет по результатам годовых отчетов группы по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- уровень развития двигательных навыков детей.

Диагностическое обследование детей состоит из 2-х частей.

№ п/п	Аспекты отслеживания	Ответственные
1.	Мониторинг состояние здоровья детей. Анализ заболеваемости.	мед. сестра, педагог дополнительного образования (хореограф)
2.	Анализ развития двигательных навыков детей	педагог дополнительного образования (хореограф)

В процессе диагностики использовались: метод наблюдений, беседы, дидактические игры, а также анкетирование (тестирование) родителей воспитанников.

На основании этих исследований выяснилось, что воспитанники имеют хороший эмоциональный настрой и активную двигательную деятельность, а вот родители воспитанников недостаточно информированы о методах ЗОЖ и пассивно осуществляют оздоровление своих детей в семье по различным причинам. Но ведь именно родители в плотном контакте с педагогами ДОУ должны обеспечить здоровый образ жизни будущему поколению, так как дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья

ребенка, обеспечивающим единство его физического, психического, духовно-нравственного и эстетического развития.

Организация совместной консультативно-информационной работы.

Для педагогов и специалистов ДОО:

Особая роль интеграции, отводится сотрудничеству со специалистами и педагогами ДООУ (педагог-психолог, музыкальные руководители, инструктора по физической культуре, учителя-логопеды).

Эффективная разработка темы возможна при консультативной помощи администрации.

Для организации продуктивного взаимодействия со специалистами и педагогами проводятся:

- семинары
- консультации
- выступления на педсоветах
- работа творческих групп
- открытые просмотры
- мастер-классы
- лекции и семинары по вопросам здоровьесбережения;
- обмен опытом между педагогами внутри ДООУ и педагогами района и города по инновационным технологиям оздоровления детей;
- деловые игры педагогов.

Для родителей (законных представителей) по взаимодействию.

Планируя систему взаимодействия с родителями, определили цель, формы, содержание работы, составили перспективный план работы (приложение № 2).

Для осуществления поставленных задач используются следующие формы работы с родителями:

- информационно-просветительская работа (консультации, папки-передвижки, буклеты, памятки);
- родительские собрания;
- индивидуальные беседы, консультации, рекомендации и советы родителям;
- открытые мероприятия, день открытых дверей;
- мастер – классы;
- семинар - практикумы;
- анкетирование родителей;
- фотовыставки,
- обмен опытом.
- совместные праздники и развлечения.

Заключение.

Использование здоровьесберегающих технологий в хореографии оказывает положительное влияние на организм детей, делая их более раскрепощёнными, собранными и сообразительными. Такие технологии помогают сохранению, формированию и укреплению психофизического здоровья детей, выработке веры

в свои силы, настойчивости, организованности, увлечённости, активности и трудолюбия.

Практика показывает, что здоровьесберегающие технологии очень важны и нужны, особенно в современных реалиях. Применение таких технологий повышает результативность воспитательного образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Список использованных источников:

1. Арсеновская О. Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения. Волгоград: «Учитель», 2011 г. – 204 с.
2. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М.: «Мозаика – Синтез», 2006. – 112 с.
3. Буренина А. И. «Ритмическая мозаика» программа по ритмической пластике для детей 3 – 7 лет. Издание переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО. «Музыкальная палитра». Санкт-Петербург, 2015 г.
4. Кацер О. В., Коротаева С. А. Музыка. Дети. Здоровье. Игровая методика развития музыкальных способностей детей. Ч.1, 2.-СПб, 2007 г.
5. Котешева И. А. Лечение и профилактика нарушений осанки. М.: ЭКСМО, 2002.-206 с.
6. Кудра Т. А. Аэробика и здоровый образ жизни: Учебное пособие. Владивосток, 2001 г. - 119 с.
7. Крылова Н. И. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия. Волгоград: «Учитель», 2009 г. – 218 с.
8. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Лечебно-профилактический танец «ФИТНЕС-ДАНС» для детей. Учебное пособие. - СПб.: «Детство-пресс», 2007 г. – 384 с.
9. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. — СПб.: «Детство-пресс», 2016 г. - 352 с.
10. Черемнова Е.Ю. Танцетерапия: танцевально-оздоровительные методики для детей. Ростов на/Д: Феникс, 2008г. - 121с.
11. Чупаха И.В., Путаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в воспитательно-образовательном процессе. М.: Илекса, Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2003г. 400 с.
12. Яковлева М.А. Мониторинг здоровьесберегающей деятельности в ДОО: учебно-методическое пособие, - Н.Новгород, 2018г.-135 с.

Интернет – источники:

1. <http://www.nauka-shop.com/mod/shop/productId/50722/>
2. <http://www.teoriya.ru/>
3. <http://www.dissercat.com/content/razvitie-dvigatelnykh-sposobnostei-detei-starshego-doshkolnogo-vozra>
4. <http://www.myshared.ru/slide/765718/>

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в работе с детьми.

Здоровьесберегающие технологии, используемые на занятиях хореографии и в образовательной организации	Примеры
Технологии обучения здоровому образу жизни	
Физкультурно-оздоровительные (направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств. Реализуются на занятиях хореографии, физической культуры и самостоятельной деятельности	1. Физкультурные занятия. – выполнение которых обеспечивает физическое развитие, укрепление здоровья ребенка, приобретение им правильных двигательных навыков, воспитание эмоционально-положительного отношения к физкультуре и спорту, всестороннее развитие его личности. 2. Утренняя гимнастика. - Она снимает остаточное торможение после ночного сна; обеспечивает тренировку всех мышц, что способствует воспитанию хорошей осанки; подготавливает организм ребенка к последующим нагрузкам. 3.Динамические паузы. - Продолжительность физкультминуток 2-3-мин. Их проводят в момент, когда у детей снижается внимание и наступает утомление 4. Прогулки и экскурсии. - Они содействуют укреплению здоровья, физическому развитию детей, воспитанию эстетических чувств, совершенствованию двигательных навыков и физических качеств. 5. Индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию. - заключается в улучшении физического развития ослабленных детей; в активизации малоподвижных, застенчивых детей и повышении их эмоционального тонуса. 6. Физкультурный досуг, праздники, дни здоровья, эстафеты. 7. Гимнастика после дневного сна – постепенный переход от сна к бодрствованию; 8.Закаливающие мероприятия – ходьба по массажным дорожкам,

	босохождение, умывание прохладной водой, воздушные и солнечные ванны; массаж, самомассаж 9. Коммуникативные игры Сюжетно-ролевые и дидактические игры, направленные на привитие культурно гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Поликлиника», «Больница», «Магазин продуктов», «Сделаем куклам красивые прически»; «Оденем куклу на прогулку», «Купание куклы», «Вредно – полезно», «Узнай на ощупь», «Узнай по вкусу», «Умею – не умею». Занятия из серии «Азбука Здоровья» 12. Чтение художественной литературы А. Барто «Девочка чумазая», «Я расту»; К. Чуковский «Доктор Айболит», «Мойдодыр», «Федорино горе»; Ю. Тувим «Овощи»; Е. Шкловский «Как вести себя во время болезни»; В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», загадки об овощах и фруктах, ягодах. - Заучивание потешек: используем при умывании, стихотворений: «По утрам зарядку делай, будешь сильным, будешь смелым», «Никогда не унываю, и улыбка на лице, потому что принимаю витамины А, Б, С». - Рассматривание иллюстраций, сюжетных картинок о: здоровье, гигиене, витаминах, строении тела человека и т.п. - Просмотр мультимедийных презентаций (5-7 лет), мультфильмов. - Художественное творчество: аппликация, лепка, рисование и т.д. 13.Познавательная - исследовательская деятельность
Здоровьесберегающие образовательные технологии, используемые в образовательном процессе	
Организационно-педагогические (определяют структуру образовательного процесса, частично регламентированы СанПиНами, способствуют предотвращению	1.Физминутки. -помогают отдохнуть, развлечься, снять напряжение, получить ощущение физической разрядки, улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, создают положительные эмоции и повышают интерес к

переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний)	занятиям. 2.Пальчиковая гимнастика. - стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию. 3.Гимнастика для глаз.
Психолого-педагогические (связаны с непосредственной работой педагога на занятии, а также с психолого-педагогическим сопровождением всех элементов образовательного процесса)	1.Релаксация - снимает состояние напряжения или усталости, которое возникает в результате получения огромного количества информации и постоянного общения с другими членами группы. Проводится двумя методами: 1-е – мышечное расслабление по контрасту с напряжением; 2-е - релаксацию по представлению. 2.Музыкотерапия - улучшают настроение и избавляют от негативных эмоций, настраивает на позитивный лад, способствует раскрепощению. Некоторые дети перестают стесняться в процессе танцев под веселую музыку. 3.Психогимнастика - помогает избавиться от страхов, научиться общаться со сверстниками, стать смелым, уверенным в себе. 4.Сказкотерапия - помогает ребенку справиться со многими внутренними переживаниями. Маленькому человечку всегда проще передать нормы поведения и умение ориентироваться в разных жизненных ситуациях в игровой форме. С помощью сказочной метафоры ребенок сам делает нужные выводы. Рассказ о какой-нибудь капризной принцессе или «зайце-хвастуне» всегда эффективнее нотаций. 5. Арттерапия

Перспективный план взаимодействия с родителями

№ п/п	Тема мероприятия	Форма организации	Сроки
1	Здоровый ребенок - в здоровой семье»	Родительское собрание	сентябрь
	«Как сформировать правильную осанку»	Методические рекомендации	
2	«Здоровый малыш»	Анкетирование	октябрь
	«Музыкотерапия как коррекционно-профилактическое средство»	Презентация	
3	«Что такое ЗОЖ?»	Памятки, буклеты	ноябрь
	«Логоритмика»	Мастер-класс	
4	«Вместе интересней», клуб «Школа дошкольных наук»	Открытые занятия	октябрь-май
	«Волшебные звуки и здоровье ребенка»	Консультация	
5	«В гостях у доктора Айболита»	Вечер развлечений с родителями	декабрь
	«Влияние музыки на эмоциональную сферу ребенка»	Консультация	
6	«Выставка массажных дорожек (их важность и значимость в развитии ребенка)»	Конкурс с привлечением родителей	январь
	«Зачем ребенку нужны лечебно-профилактические танцы»	Консультация, советы родителям	
7	«Зимние забавы для малышей»	Памятка	февраль
	«Когда ребёнок хочет танцевать - поддержка и первые шаги»	Дискуссия	
8	«Оздоровительно-развивающие игры с детьми дома»	Памятки, буклеты	март
	«Учимся пластики у растений и животных»	Открытый просмотр	
9	«Поза ребенка во время сна	Беседа	апрель
	«Движения, музыка и подготовка к школе»	Консультация	
	«День Здоровья»	Развлечение	
10	«Будь здоров без докторов!»	Стенгазета	май
	«Волшебные звуки»	День открытых дверей	

Анкета для родителей
«Условия здорового образа жизни в семье»

Уважаемые родители! Просим Вас оказать нам содействие, заполнив анонимную анкету.

1. Читаете ли вы литературу о здоровом образе жизни?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

2. Используете ли Вы полученные знания в воспитании ребёнка?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

3. Можно ли назвать образ жизни в Вашей семье здоровым?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

4. Делаете ли Вы утреннюю зарядку?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

6. Как Вы организуете питание в вашей семье?

А) полноценное питание;

Б) предпочтение отдаёте каким – то одним видам продуктов;

В) питаетесь регулярно;

Г) нерегулярно.

7. Как воздействует на вашего ребёнка климат в семье?

А) положительно;

Б) отрицательно;

В) не воздействует.

8. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

9. Занимаетесь ли Вы физической культурой, ритмикой и играми вместе с детьми?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

10. Занимаетесь ли Вы закаливанием детей?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

11. Вы сами здоровы?

А) ДА; Б) Нет; В) ИНОГДА.

12. Часто ли болеет Ваш ребёнок?

А) ДА; Б) Нет.

13. Что, по вашему мнению, будет способствовать укреплению его здоровья?

а) Физкультурные, музыкальные и занятия по хореографии в детском саду;

б) закаливание;

в) прогулки на свежем воздухе в любую погоду;

г) утренняя гимнастика;

д) соблюдение режима дня;

е) другие варианты.

14. Что Вы считаете здоровым образом жизни? (напишите)

Благодарим за участие в анкетировании!

Материал, полученный в процессе анкетирования, должен быть использован для проведения разъяснительной и коррекционной работы с родителями в ходе индивидуальных консультаций.

Приложение 4

Опросник для ребенка

«Как ты относишься к здоровью и здоровому образу жизни».

Цель: изучить особенности ценностного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью и здоровью человека, здоровому образу жизни. Для достижения обозначенной цели используется методика «Неоконченные предложения».

Воспитатель приглашает ребенка поиграть. Он начинает предложение, а дошкольник его заканчивает первой пришедшей в голову мыслью.

1. Здоровый человек — это...
2. Мое здоровье...
3. Иногда я болею, потому что...
4. Когда я болею, мне помогают...
5. Когда у человека что-то болит, то он...
6. Я хочу, чтобы у меня было много здоровья, потому что...
7. Когда я думаю о здоровье, то представляю себе...
8. Когда я думаю о своем здоровье, то мне хочется...
9. Если бы у меня была волшебная палочка здоровья, я бы загадал...
10. Когда я попадаю в опасную для здоровья ситуацию, то...
11. Когда мои друзья болеют, то я...
12. Когда мы с мамой идем к врачу, то я думаю...

Между предложениями можно сделать паузу, перерыв, если ребенок устанет или начнет отвлекаться

Результаты оформляются в таблицу.

№ п/п	Направленность отношения	№	Детские суждения (комментарии)
1	Отношение к здоровью	1,7	
2	Отношение к своему здоровью	2,3,6,12	
3	Отношение к болезни	4,5,11	
4	Отношение к опасным для здоровья ситуациям	10	

5	Направленность желаний о здоровье	8,9	
---	--------------------------------------	-----	--

Обработка результатов: в последнюю графу таблицы записываются реакции ребенка, его ассоциации и мысли, которые он излагает, продолжая предложение. По характеру ответов Вы сделаете вывод об особенностях отношения ребенка к здоровью, понимания и интерпретации его старшим дошкольником. Обратите внимание на эмоциональность детских высказываний, этот параметр также является своего рода показателем отношения к здоровью, переживаний, связанных с ним. Обработка результатов требует индивидуального подхода, с учетом жизненного опыта ребенка, его личностных особенностей и возможностей.