

**ПРОЕКТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«ЗДОРОВЕЙКА»

НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД

ГРУППА №7 «СКВОРУШКИ»

ВОСПИТАТЕЛИ: Калинина М.А.

Столярова З.В.

Актуальность: Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма одна из основных проблем в современном обществе. В свете ФГОС содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья.

Анализ работ исследователей по данной теме показывает, что ребёнок уже в младшем дошкольном возрасте способен заботиться о собственном здоровье. Но важно, чтобы дети не просто были помещены в здоровьесберегающую среду, но и сами бы умели охранять и беречь своё здоровье.

В настоящее время идет постоянный поиск методов оздоровления детей в условиях детского сада. Основная цель – снижение заболеваемости детей. От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и которые им необходимы для эффективного обучения в дальнейшем. Для этого необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое развитие. Фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве.

Необходимо так же вести постоянный поиск новых форм взаимодействия с семьей воспитанников.

Гипотеза: Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание и движение (утренняя гимнастика, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия). Причём, чтобы обеспечить воспитание здорового ребёнка, работа в детском саду должна строиться по нескольким направлениям:

- Создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей
- Повышение педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей детского сада
- Комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками
- Воспитание здорового ребёнка совместными усилиями детского сада и семьи.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду должны быть созданы определённые условия. В группе должен быть уголок физической культуры, где располагаются различные физкультурные пособия, спортивный инвентарь, яркое красочное нетрадиционное оборудование, в том числе и для профилактики плоскостопия. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Цель: приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Формирование у детей начального представления о здоровом образе жизни.
- Совершенствование у детей элементарных навыков ухода за своим лицом и телом.
- Развитие у детей познавательного интереса к своему организму, его возможностям и как ухаживать за ним.
- Воспитание бережного отношения к своему телу, своему здоровью и здоровью других

Предполагаемый результат:

Для детей:

1. У детей сформированы первоначальные знания о здоровом образе жизни.
2. Сформированы культурно-гигиенические навыки, знают элементарные правила личной гигиены.
3. Создание предметно развивающей среды в группе.

Для родителей:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей.
2. Приобщение родителей к профилактической работе

Для воспитателей:

1. Повышение теоретического уровня и профессионализма.
2. Использование разнообразных форм взаимодействия с родителями с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.
3. Создание предметно развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы.
4. Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников.
5. Личностный и профессиональный рост.

Участники проекта: дети средней группы, воспитатели, родители.

Срок реализации проекта: 1 год

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

1 этап – подготовительный

- подбор материала;
- чтение методической литературы по данной теме;
- разработка конспекта физкультурного досуга для детей;
- проведение анкетирования родителей.

2 этап – основной

- Оформление родительского уголка, размещение статей, консультации, рекомендации по теме проекта в течение года.
- Пополнение физкультурного уголка нестандартным оборудованием и другими атрибутами.
- Пополнение материальной базы – оформление картотек, приобретение методической литературы по теме.
- Выпуск газеты «Здоровячек»

Работа с детьми:

Оздоровительные мероприятия (ежедневно в режимные моменты):

- Утренняя гимнастика;
- Динамические паузы, физминутки;
- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика (с предметами) с проговариванием стихотворных форм.

Закаливающие мероприятия (ежедневно)

- Воздушные ванны, гигиенические процедуры.
- Хождение босиком по массажным дорожкам;

Профилактические мероприятия

- Облегчённая одежда в помещении и на улице;
- Профилактика плоскостопия (хождение по массажным дорожкам и др.);
- Игры, направленные на формирование правильной осанки
- Сюжетно-ролевые игры «Семья», «Больница», «Мы – спортсмены», «Доктор Айболит», «Собираемся на прогулку».
- Дидактические игры и упражнения, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни: «Оденем куклу на прогулку», «Уложим куклу спать», «Купание куклы», «Накормим куклу», «Водичка, водичка», «Вымой руки», «Умывалочка», «Серый котик умывается», «Я скажу, а ты покажи», «Определи на вкус» и другие.
- Беседы с детьми: «Полезные продукты – овощи и фрукты», «Зачем необходима зарядка», «Правила поведения во время еды и умывания».
- Чтение художественной литературы (К. Чуковский «Айболит», «Мойдодыр» народной сказки «Про непослушные ручки и ножки», потешек, стихотворений, загадывание загадок по теме «ЗОЖ», «КГН»;
- Рассмотрение материала по темам: «Виды спорта», «Предметы личной гигиены», «Если хочешь быть здоров», «Вредные привычки», «Как

правильно пользоваться предметами личной гигиены».

- Подвижные игры «Поймай комара», «Мыши и кот», «Найди свой цвет», «Наседка и цыплята», «Попади в круг», «Найди свое место» и другие;
- Артикуляционная гимнастика;

3 этап – заключительный

- Совместный спортивный праздник детей и родителей «Папа, мама, я спортивная семья». Цель: Продолжать укреплять взаимоотношения детей и родителей в условиях детского сада;
- Оформление отчета по реализации проекта (положительные стороны, отрицательные стороны, причины).

План работы с родителями

- Анкетирование
- Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- Памятка «Нестандартное оборудование своими руками»;
- Папка-передвижка «Как приучить ребенка к зарядке»;
- Папка-передвижка «Зимние игры», «Как уберечь ребёнка от простуды»
- Папки-передвижки «Как закаливать ребенка?»;
- Консультация «Значение режима дня в сохранении эмоционального благополучия ребёнка»;
- Консультация «Гимнастика и зарядка дома»;
- Родительское собрание «Здоровье детей-здоровый образ жизни». Показ детьми гимнастики.
- Оформление наглядной агитации. «Советы доктора Пилюлькина»;
- Приобщение родителей к изготовлению снежных построек на участке;
- День открытых дверей (просмотр родителями утренней гимнастики, подвижных игр, образовательной деятельности по физической культуре, прогулок);
- Фотовыставка «Мама, папа, я – дружная семья»;
- Оформление плакатов родителями «За здоровый образ жизни»;
- Нетрадиционное оборудование для физкультурного уголка».

Перспектива:

Продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.