МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 25

« РЯБИНКА»
МАДОУ № 25
633010, Новосибирская обл., г. Бердск, ул. Ленина, 26 Телефон (383-41) 3-06-75
Факс (383-41) 3-06-86 E-mail: bsk _du25@mail.ru
ИНН /КПП 5445116270/544501001, ОГРН 1035404727335

«Наше здоровье в наших руках»

Среднесрочный физкультурно-оздоровительный, познавательный, практико – ориентированный проект в комбинированной группе для здоровых детей, детей с тяжелыми нарушениями речи и детей с задержкой психического развития №9 «Сказка»

Воспитатели:

Облаватная Е.А

Патущева Л.П



Умеренно и своевременно занимающийся физическими упражнениями человек, не нуждается ни в каком лечении, направленном на устранение болезни.

(Авиценна (980-1037)

В Федеральном государственном образовательном стандарте одной из важных задач, стоит задача охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни. Полученные дошкольниками представления о здоровом образе жизни, позволят им в дальнейшей жизни находить способы укрепления и сохранения своего здоровья

(см. п. 2.6 ФГОС ДО)

Актуальность проекта

Здоровый ребёнок – главная ценность нашего общества. Недаром говорят: «В здоровом теле-здоровый дух». Здоровье детей необходимое условие всестороннего развития ребёнка и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма. Сохранение и поддержание здоровья человека – приоритетное направление государственной политики, одна из главных стратегических задач развития страны.

Современные дети испытывают большое эмоциональное напряжение, «двигательный дефицит» вследствие изменения образа жизни современно человека (мы мало двигаемся, много времени проводим за телевизором, компьютером, потребность в двигательной активности снижается, коллективные подвижные игры сменились на компьютерные, дети мало гуляют).

Поэтому актуальным и востребованным сегодня становится поиск средств и методов оздоровления дошкольников и приобщения их к здоровому образу жизни.



Проблема: поиск средств и методов оздоровления дошкольников и приобщения их к здоровому образу жизни.

Одним из путей решения этой проблемы являются применение здоровьесберегающих технологий, направленных на физическое развитие, укрепление здоровья и обучение основам здорового образа жизни.

«Минутки здоровья»- это небольшие по длительности упражнения в игровой форме, которые проводят с целью оздоровления всего организма ребенка и улучшения его физического и психического состояния. Систематическое применение данных упражнений позволит выработать у ребенка полезную привычку – заботиться о своем здоровье.

Упражнения, направленны на профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний, развитие крупной и мелкой моторики, речи, положительного самоощущения. Они хорошо вписываются в систему работы дошкольной образовательной организации, так как построены в соответствии с современными подходами и направлены на формирование здорового образа жизни.

Методическую основу содержания проекта «Наше здоровье в наших руках» составляют разнообразные игровые приёмы. Использование малых форм народного фольклора (потешек, приговорок, стихов) «оживляет» игровые ситуации общения яркими образами, позволяющими детям обыграть выполняемые движения в нужном темпе и ритме. «Минутки здоровья» окажут комплексное воздействие как на физическое, так и на познавательное, речевое, художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие

Цель: формировать потребность в здоровом образе жизни и ежедневной двигательной активности через разнообразные формы физкультурно-оздоровительной работы.

Задачи:

Образовательные:

* **Обогащать РППС с целью создания условий для формирования потребности в здоровом образе жизни и ежедневной двигательной активности.**
* **Укреплять здоровья детей, повышать умственную и физическую работоспособность, предупреждать утомление.**
* **Учить применять доступные формы оздоровления в совместной и самостоятельной деятельности.**
* **Знакомить детей с возможностями здорового человека**
* **Поощрять проявления инициативы с целью получения новых представлений.**

Развивающие:

* **Развивать самостоятельность в двигательной деятельности, способность к самооценке при выполнении упражнений.**
* **Развивать интерес к занятиям физической культурой.**
* **Развивать психические процессы: мышление, внимание, память**

Воспитательные:

* **воспитывать бережное отношение к себе и своему здоровью.**

Повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка

Структура проекта

Определение темы.

Обсуждение проекта с родителями детей

Сбор информации, литературы, дополнительного материала.

Подведение итогов, анализ ожидаемого результата

Участники проекта:

дети комбинированной группы, воспитатели, родители, руководитель по ФК



План реализации проекта

Подготовительный этап

Цель: Анализ и планирование работы по теме проекта

Мероприятия: Анализ методической литературы и передового педагогического опыта по теме проекта;

Определение темы проекта, формулировка цели, задач;
Разработка плана реализации проекта;
Консультация :

«Методы повышения защитных сил организма«

Пополнение развивающей среды: наглядный и демонстрационный материал, атрибуты;

Опрос родителей:

«Меры, предпринимаемые родителями с целью укрепления здоровья дошкольников»

Анкетирование:

"Какое место занимает физкультура в вашей семье"

Основной этап

Цель: формировать потребность в здоровом образе жизни и ежедневной двигательной активности через разнообразные формы физкультурно-оздоровительной работы.

Беседы «Человек и его здоровье», «Что нужно делать, чтобы быть здоровым», «Я здоровье сберегу-сам себе я помогу»

Чтение: рассказы, стихи, пословицы, поговорки

Игры «Докончи предложение», «Из чего мы состоим», «Как вырасти здоровым»

Рассказывание на тему «Каким я хочу быть»

Двигательная деятельность:

НОД: «Как начать утро», «Если хочешь быть здоров», «Мы стараемся – физкультурой занимаемся», «Быть здоровыми хотим»

Гимнастика: утренняя, дыхательная, пальчиковая, для глаз, пробуждения.

Игровой самомассаж, физкультминутки

Подвижные игры и игровые упражнения

Разучивание девиза «Здоровый я, здоровая страна

Рисование «Как я занимаюсь физкультурой»

Оформление папки передвижки «Доступные формы оздоровления детей в домашних условиях».

Памятка для родителей «Расти, малыш,здоровым»

Заключительный этап

Цель: Подведение итогов работы по проекту

Весёлые игровые состязания «Быть здоровыми хотим!»(участие во Всероссийском дне ходьбы)

Развлечение « Путешествие в страну Здоровье»

Оформление фотовыставки «Физкульт – ура!» (на сайт)

Оформление стенгазеты «В здоровом теле-здоровый дух»

Оформление картотеки практического материала по ЗБТ



Ожидаемые результаты

Дети:

- повышение мотивации к ведению здорового образа жизни и ежедневной двигательной активности
- умение заботится о своем здоровье, используя доступные формы оздоровления
- устойчивый интерес к занятиям физической культурой.

Педагоги:

- профессиональный и личностный рост
- создание картотеки ЗБТ,
- обогащение РППС

Родители:

- активность и информированность родителей в вопросах по сохранению и укреплению здоровья детей.

Беседа « Что нужно делать, чтобы быть здоровым»







Минутки здоровья











Гимнастика у нас бывает разная, для здоровья очень важная



НОД «Быть здоровыми хотим»



Рисование «Мой любимый вид спорта»



Лепка «Лягушонок-спортсмен»





Подвижные игры на свежем воздухе







Занятия флорболом













Участие во Всероссийском Дне ходьбы

Неделя здоровья «Здоровый я-здоровая страна»















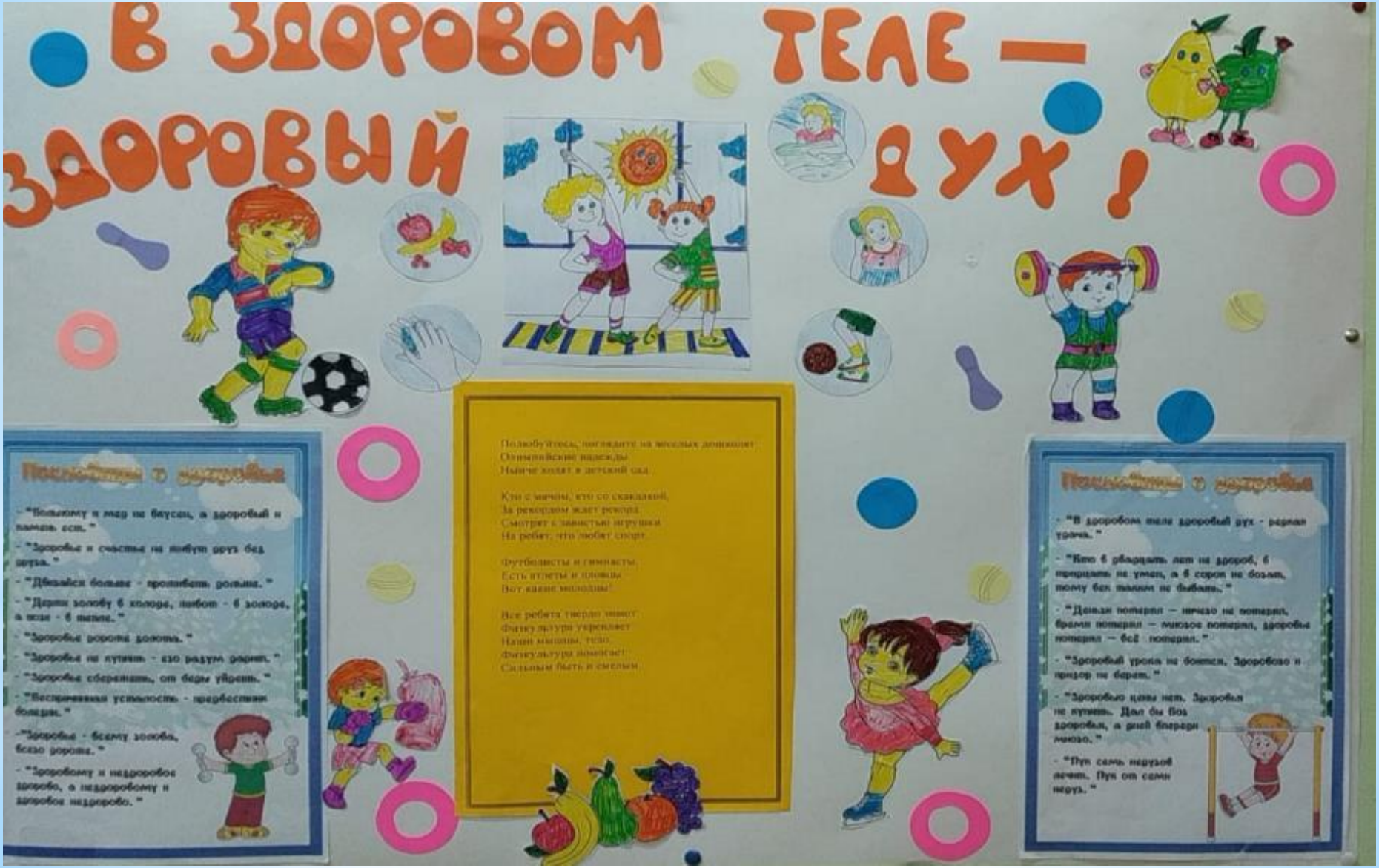






Развлечение « Путешествие в страну Здоровья»

Наша газета


В здоровом теле — здоровый дух!
Полюбуйтесь, посмотрите на веселых девчонок:
Олимпийские надежды
Нынче ходят в детский сад.
Кто с мячом, кто со скакалкой,
За рекордом жмет рекорд.
Смотрят с завистью игрушки
На ребят, что любят спорт.
Футболисты и гимнасты,
Есть атлеты и пловцы.
Вот какие молодцы!
Все ребята твердо знают:
Физкультура укрепляет
Наши мышцы, тело,
Физкультура помогает
Сильным быть и смелым.

Взаимодействие с родителями











Перспектива проектной деятельности в данном направлении

Необходимо продолжать систематическую работу по указанной теме через создание и реализацию новых совместных с родителями проектов с использованием интегрированного подхода в этом направлении.
Таким образом, используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.



Благодаря проекту мы и наши воспитанники:

Знаем, как заботиться о своем здоровье!
Умеем об этом рассказать другим!
Хотим, чтобы об этом знали все!



Список используемой литературы

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «от рождения до школы» под.ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой,М.А. Васильевой.-3 изд.,М.: МОЗАИКА_СИНТЕЗ, 2014.-368с.
2. И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» - пособие для педагогов дошкольных учреждений: – Мозаика-Синтез, 2009.
3. Л.Г. Касьянова «Формирование е представлений о здоровом образе жизни у детей старшего дошкольного возраста»: - Шадринск,2004
4. Т.И. Богина «Современные методы оздоровления дошкольников»: - МИПКРО, 2001
5. Л.В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»: - Сфера, 2007
6. М. Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка» : - АРКТИ, 2000.