

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижевартовск детский сад № 29 «Ёлочка»

ПРОЕКТ по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ «ЗДОРОВЯЧОК»

разработчик инструктор

по физической культуре:

Сергеева М.А.

2019 год

Проект по физической культуре «Здоровячок»

Тип: познавательный - оздоровительный

Основание темы проекта – создание условий для физического здоровья детей в условиях детского сада.

Вид – групповой

Продолжительность: краткосрочный

Сроки реализации: октябрь - ноябрь 2019 г

Участники проекта: Медицинская сестра, психолог, физкультурный руководитель, воспитатель, родители, дети.

Актуальность проблемы здоровье детей на сегодняшний день требует качественного подхода к воспитанию и обучению детей дошкольного возраста. Интерес к здоровью детей обусловлен все возрастающей тенденцией к росту заболеваемости, снижением функциональных способностей детей и темпов их физического и умственного развития.

Поэтому на этапе дошкольного возраста, когда жизненные установки детей еще не достаточно прочны и нервная система отличается особой пластичностью, необходимо формировать мотивацию на здоровье и ориентацию их жизненных интересов на здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Обоснование:

Снижение высокой заболеваемостью дошкольников острыми респираторными инфекционными являются наиболее трудно решаемой проблемой в детских коллективах. Это связано, прежде всего, с сотнями вирусов - возбудителей этих инфекций, большим количеством детей в коллективах, что превышает риск инфицирования, а также с непродолжительностью иммунитета, отсутствием специфических средств защиты. Физическая культура как метод неспецифической патогенетической терапии является важным компонентом системы восстановительного лечения и профилактики. Только при правильной организации физического воспитания способствуют у детей логического мышления, памяти, инициативности, воображения, самостоятельности. Дети становятся более внимательными и более дисциплинированными.

Все это подтолкнуло меня на использование эффективных, доступных, но не сложных в осуществлении немедикаментозного оздоровления детей: хождение босиком, точечный массаж, фиточай, ароматерапия, чесночная терапия, и необходимости профилактики с помощью различных гимнастик, созданию оптимального двигательного режим.

Направленность проекта: Снижение уровня заболеваемости дошкольников острыми респираторными заболеваниями в детском коллективе.

Цель проекта: Формирование осознанного отношения дошкольников к своему физическому и психическому здоровью;

Воспитание культуры здоровья и формирование потребности в здоровом образе жизни дошкольников в семье;

Задачи:

- Разработка системы мер по уменьшению риска заболеваний дошкольников;
- Развитие и укрепление иммунной системы дошкольников;
- Овладение детьми немедикаментозными методами и приемами коррекции здоровья;
- Популяция преимущества здорового образа жизни, расширение кругозора в области физической культуры и спорта;

Образовательный блок:

- Народная медицина (зеленая аптека - лекарственные травы);
- Здоровое питание;
- В здоровом теле - здоровый дух (гигиена, гимнастика, пальчиковая гимнастика, чесночная терапия, закаливание, спорт);
- Я и мое тело;
- Физическая культура;

Условия реализации проекта:

Материально-технические условия

- Помещение для оздоровительного и профилактических мероприятий, спортивный зал дошкольного учреждения;
- Уголок здоровья;
- Медицинский кабинет;

- Комната отдыха.

Кадровые условия:

- Взаимодействие всех служб: старшей медицинской сестры, психолога, физкультурного руководителя, воспитателя, родителей.

Методические условия:

- Подбор методической литературы физического воспитания дошкольников,

Внешние условия:

- Соблюдение режима дня (оздоровительные паузы, физкультминутки, хождение босиком, фитобар, хождение по ребристой доске, пробкам, камням и т. д).

- Оптимизация деятельности группы совместно с врачом учреждения;

Работа с родителями

Родители должны активно участвовать в оздоровлении своих детей. С целью повышения их роли в профилактической работе рекомендуется провести цикл бесед, консультаций на ряд тем, в том числе:

1. Анкетирование родителей
2. Выявить причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
3. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
4. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
7. Рациональное питание детей.
8. Роль закаливания в повышении резистентности к ОРЗ.
9. Особенности физического и нервно-психического развития у часто болеющих детей.
10. Физические упражнения в ДОУ и дома.
11. Профилактика заболеваний.

12. Воспитание культурно-гигиенических навыков у дошкольников.

Направление деятельности с детьми.

1.«Тропинка будущего» 2.«Тропинка заботы» 3.«Тропинка спорта»

Направление деятельности	Задачи	Основное содержание	Форма работы с детьми
«Тропинка будущего»	Воспитание у дошкольников культуры здоровья и формирование потребности в здоровом образе жизни	Популяция преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора в области гигиены, соблюдения санитарно-гигиенических норм. Создание библиотеки по проблеме здоровья. Организация консультаций специалистами для родителей.	Уроки здоровья, игры, встречи со специалистами, интересными людьми. Консультации психолога, воспитателя, медсестры, викторины, анкеты.
«Тропинка заботы»	Укрепление иммунной системы детей. Овладение немедикаментозными методами и приемами коррекции здоровья (отвары чаев, различные коррекционные упражнения, фитотерапия)	Разработка системы мер, уменьшение риск возникновения простудных заболеваний детей дошкольников. Изучение состояния здоровья через диагностику детей. Создание кружка «Сибирячок»	Витаминотерапия, ароматерапия, фиточай, чесночная терапия, физкульт-минутки вовремя занятий, мед. осмотр детей, беседы, фильмы, закаливание.
«Тропинка спорта»	Привлечение к физическим упражнениям, обучение методам и приема организации коллективного и активного отдыха с родителями, привлечение к спорту дошкольников.	Взаимодействие с другими воспитателями и физруками по пропаганде здорового образа жизни дошкольников. \расширение двигательной активности детей. Организации в проведении спортивных праздников и соревнований в саду и	Соревнования, конкурсы, спортивные прогулки, ежедневные прогулки не зависимо от погодных условий на участке, выезд детей на море с родителями, походы, секции. Занятия кружка

		между ними.	«Сибирячок»,
--	--	-------------	--------------

Выводы и значимость проекта.

Проект по работе оздоровления детей поможет решить задачи: нравственного, эстетического, умственного и физического развития через использования эффективных и доступных методов в осуществлении физического здоровья ребенка.

А также позволил осуществить активизацию творческого потенциала по созданию условий для пребывания детей в дошкольном учреждении.

Родители и педагоги, объединив усилия, создали для детей среду, позволяющую играть, отдыхать, заниматься спортом, познавательной деятельностью развития и укрепления своего здоровья.

- преобразование предметно - оздоравливающей средой детского сада.
- укрепились заинтересованность родителей в сотрудничестве с детским садом.
- дети проявляют творческую активность в познании физического развития.

Родители принимают участие в проектной деятельности детского учреждения:

- Наладили тесный контакт не только с ребенком, но и с коллективом группы,
- Получили возможность не только узнать о том, чем занимается ребенок в детском саду, но и принять активное участие в жизни группы.
- Смогли реализовать свою активность в физическом воспитании ребенка.

Проект позволил осуществить активизацию творческого потенциала педагогического и родительского коллектива по созданию благоприятных условий для пребывания детей в дошкольном учреждении.

Дошкольники меньше болеют, больше занимаются спортом и закаливанием, правильно питаются, посещают различные секции. Повысился познавательный интерес у детей к спорту и к своему здоровью с помощью взрослых.

Итоговая беседа, проведение спортивного праздника «Мы - веселые ребята»

Приложение: консультации: «Здоровье и семья»,

«Физическая культура – зоолог здоровья!», «Будем здоровы!», спортивный праздник «Мы - веселые ребята!», презентация о видах спорта в спорте.

Литература:

Программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы.

Агапова И.А. «Спортивные сказки и праздники дошкольников», М-2011г,

Журнал «Дошкольное воспитание» №3 -2012г,

Журнал «Дошкольное воспитание» №7 -2011г

Журнал «Инструктор по физической культуре» №7 -2011г

Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет», Владос -2002г

Картушина М.Ю. «Праздник здоровья для детей» М-2010г



