Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Тулуна «Центр развития ребенка – детский сад «Гармония»

Проект

«Здоровый ребенок – успешный дошкольник»

Подготовил: инструктор по ФИЗО

Фильшина Ю.А.

2012 год

Проект «Здоровый ребенок – успешный дошкольник»

***Актуальность***

Здоровье – бесценный дар, который преподносит человеку природа.

Здоровый ребенок характеризуется, прежде всего, гармоничным, соответствующим возрасту физическим, психическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным и социальным развитием.

Воспитать здорового ребенка – значит создать все условия для его нормального роста и разностороннего гармоничного развития.

Ведущим естественным фактором роста и развития ребенка является движение. Благодаря движению происходит развитие физиологических и психических функций. Только движение стимулирует развитие иммунной системы организма и повышает его устойчивость к действию неблагоприятных факторов.

Вот почему так важно укрепить растущий детский организм, особенно в период дошкольного детства, используя все новейшие технологии физической культуры и спорта, а также включение в физкультурные занятия нестандартных средств и методов.

***Тип проекта***

1. По доминирующей деятельности: смешанный.
2. По времени проведения: краткосрочный
3. По характеру контактов: в рамках ДОУ.
4. Участники проекта: старшие дошкольники, инструктор по физическому воспитанию, педагоги, родители.

***Цель проекта***

формирование интереса к занятиям физической культурой, сохранение физического и психического здоровья детей.

***Задачи:***

*Оздоровительные*

1.Содействовать правильному физическому и психическому развитию детского организма.

2.Удовлетворять потребность детей в движении.

3.Формировать разумное отношение к своему здоровью.

*Образовательные*

1. Формировать у детей двигательные умения и навыки.

2. Развивать психофизические качества (сила, гибкость, быстрота, выносливость, ловкость).

3. Способствовать расширению словарного запаса, развитию памяти, мышления, воображения, восприятия.

*Воспитательные*

1.Формировать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности.

2.Воспитывать волевые и нравственные качества детей (доброжелательность, взаимопомощь, умение побеждать и проигрывать).

3.Содействовать развитию положительных эмоций, умению общаться со сверстниками.

***Предполагаемые результаты***

1. Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

2.Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.

3. Вовлечение в физкультурно-оздоровительное пространство детского сада детей, родителей и специалистов ДОУ.

***Обобщение проектной деятельности:*** проведение анкетирования родителей; изготовление родителями портфолио «Спортивный отдых зимой», проведение физкультурного развлечения «Зимние забавы».

***Формы взаимодействия педагогов с детьми***

*Реализация проекта осуществляется в игровой форме, включением детей в различные виды творческой деятельности:*

- беседы

- утренняя гимнастика

- наблюдения

- дидактические игры

- коммуникативные игры

- психологические тесты

- сюжетно-ролевые игры

- подвижные игры

- совместная деятельность (ЗОЖ, валеология, физическая культура)

- чтение художественной литературы

- физкультурное развлечение

- организация выставки портфолио «Спортивный отдых зимой»

***Взаимодействие участников проекта***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Родители*** | ***Воспитатели*** | ***Инструктор по ФИЗО*** | ***Психолог*** |
| - помощь в изготовлении портфолио «Спортивный отдых зимой»;  - анкетирование. | - проведение бесед о здоровье и здоровом образе жизни;  - организация сюжетно-ролевых и подвижных игр;  - проведение закаливающих мероприятий;  -информирование родителей «Двигательная активность детей в зимнее время». | - совместная деятельность по физическому воспитанию;  - физкультурное развлечение «Зимние забавы». | - проведение коммуникативных игр с детьми в течение дня. |

***Этапы реализации проекта***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Этапы проекта*** | ***Содержание работы*** |
| 1. | Подготовительный этап | Создание условий для реализации проекта.  Подготовка физкультурного оборудования.  Подбор проблемных ситуаций и коммуникативных игр. |
| 2. | Практический этап | Соблюдение двигательного режима.  Совместная деятельность по физическому воспитанию.  Организация и проведение коммуникативных, сюжетно-ролевых и подвижных игр.  Оздоровительная работа.  Условия для формирования навыков здорового образа жизни.  Работа с родителями. |
| 3. | Обобщающий этап | Анализ анкетирования родителей.  Проведение физкультурного развлечения.  Выставка портфолио детей. |

***Реализация практического этапа проекта***

***Работа с детьми***

*Соблюдение двигательного режима.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Мероприятия*** | ***Сроки*** |
| 1. | Проведение совместной деятельности по физическому воспитанию | 2 раза в неделю. |
| 2. | Утренняя гимнастика в четверках.  Утренняя гимнастика: «В гости к солнышку»  *(комплекс с использованием методов снятия психоэмоционального напряжения)*    Утренняя гимнастика: «Добрые слова»  *(комплекс с использованием методов снятия психоэмоционального напряжения)* | 06.02.2012 - 07.02.2012 г.  08.02.2012 – 09.02.2012 г.  10.02.2012 г. |
| 3. | Физкультминутка | Ежедневно при проведении совместной деятельности |

*Организация и проведение игр*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Мероприятия*** | ***Сроки*** |
| 1.  2.  3. | Проведение коммуникативных игр:  - «»  -«»  - «»  Проведение сюжетно-ролевых игр:  - «Больница» *цель: расширять знания детей о профессии врача, формировать представления о здоровом образе жизни, развивать умение договариваться и играть в коллективе.*  *- «*Магазин: «Фрукты», «Овощи» *цель:* *закреплять знания детей об окружающем, о профессии продавца; закреплять представления о том, что «овощи и фрукты – продукты питания», об их пользе; развивать навыки речевого поведения; учить выполнять соответствующие действия.*  - «Дочки-матери***»*** *цель: развивать умение взаимодействовать, договариваться друг с другом, распределять роли в непродолжительной совместной игре, продолжать учить понимать обобщающие слова: одежда, посуда и т.д.*  Проведение подвижных игр:  - «Самолёты**»** *цель: закреплять умение бегать с расставленными в стороны руками, не наталкиваясь друг на друга, развивать координирование движений и слов.*  - «Гроза» цель: закреплять умение бегать, не наталкиваясь друг на друга, развивать умение быстро реагировать на сигнал.  - «Мяч по кругу*» цель: передача мяча по кругу, не роняя его, развитие ловкости.*  - «Пустое место» *цель: развивать быстроту, ловкость.*  - **«**Цыплята и наседка**»** *цель: упражнять в прыжках на двух ногах, подлезанием под шнур, развивать ловкость.*  **-** «Мышеловка» *цель: совершенствовать навыки бега, развивать внимание, быстроту реакций.*  *-* «Цветные автомобили» *цель: учить бегать, не наталкиваясь друг на друга, быстро действовать по сигналу воспитателя.*  - «Мы веселые ребята» *цель: упражнять детей в быстром ускорении*.  - «Собери венок» *цель: воспитывать чувство товарищества, взаимовыручки, поддерживать дух честного соревнования.*  *-* «Найди себе пару» *цель: развивать быстроту реакции на сигнал и умение ходить в парах врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* | с 6.02.2012 по 9.02.2012г.  В течение недели  06.02.2012 г.  07.02.2012 г.  08.02.2012 г.  В течение недели |

*Оздоровительная работа*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Мероприятия*** | ***Сроки*** |
| 1. | Дыхательная гимнастика:  - «Здравствуй, солнышко»;  - «Пузырь»;  - «Цветок распускается»;  - «Вырасти большим»;  - «Самолет» | с 06.02.2012 по10.02.2012 г. |
| 2. | Беседы:  - «А как надо питаться зимой?» *цель: дать детям понятия о том, что здоровье зависит от правильного питания.*  - «Чистота – залог здоровья»  *цель: подвести детей к выводу о значении чистоты и опрятности для здоровья, развивать речь детей.*  - «Значение витаминов на организм человека» *цель: закрепить знания о витаминах, их пользе и значении для здоровья человека.*  - « Зимние виды спорта» *цель: закреплять и расширять знания детей о видах спорта в зимнее время, формировать потребность в здоровом образе жизни.* | 06.02.2012 г.  07.02.2012 г.  08.02.2012 г.  09.02.2012 г. |
| 3. | Аутотренинг с музыкотерапией «Волшебный сон» *цель: снятие эмоционального напряжения детей.* | В течение недели |
| 4. | Проведение гимнастики пробуждения: *цель: поднятие настроения, мышечного тонуса детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.*  - «Мышки-шкряботушки»;  - «Мы проснулись»;  - «Пробуждение солнышка» (1 часть);  - «Пробуждение солнышка» (2 часть);  - «Ветерок». | В течение недели |
| 5. | Рисование  «Зимние виды спорта» *цель: приобщать детей к спорту через изобразительную деятельность, закреплять навыки рисования карандашами и красками.* | 09.02.2012 г. |
| 6. | Проведение пальчиковой гимнастики  цель: формировать правильное звукопроизношение, умение быстро и чисто говорить; развивать координацию движений рук, мелкую моторику; совершенствовать память, внимание, умение согласовывать движения и речь.  **-** «Раз, два, три, четыре, жили мыши на квартире»  - «Стала Маша гостей приглашать»;  - «Здравствуй»;  - «Погреемся»;  - «Мизинчик». | В течение недели |
| 7. | Проведение физкультурного развлечения «Зимние забавы» | 10.02.1012 г. |

***Работа с родителями***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Мероприятия*** | ***Сроки*** |
| 1. | Анкетирование "Какое место занимает физкультура в вашей семье" | 07.02.2012 г. |
| 2. | Консультация «Организация активного отдыха в зимнее время» | 08.02.2012 г. |
| 3. | Творческое задание, подготовка детских портфолио «Спортивный отдых зимой» | В течение недели |
| 4. | Физкультурное развлечение «Зимние забавы» | 10.02.2012 г. |