**Формирование у ребёнка представления о здоровье человека средствами двигательной активности.**

**Проектная деятельность**

**«Движение + движение = формула здоровья»**

**Автор:**

**Е.Ю.Пятова**

**Актуальность**

* Физиологи считают движение **врожденной, жизненно необходимой потребностью человека.**
* Гигиенисты и врачи утверждают: **без движений ребенок не может вырасти здоровым.**
* По мнению психологов: **маленький ребенок** — **деятель! И** деятельность его выражается прежде всего в движениях.Движения — важное средство воспитания.

**Необходимость** создания проекта заключается в том, что физическое развитие детей направлено на двигательную активность, на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также на выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки),на формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами, на становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек) .В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью.

**Проблема исследования данного проекта вытекает из**

* - снижения уровня здоровья;
* -увеличения количества ослабленных детей, подверженных быстрому утомлению

**Пути решения проблемы:**

* Формировать интерес детей к процессу двигательной деятельности
* Создать оптимальные условия для развития и совершенствования основных видов движений, для самостоятельной двигательной деятельности
* Разработать рациональный двигательный режим для малышей
* Формировать у маленьких детей первоначальные знания о правилах безопасного поведения,  о значении физкультуры в жизни человека
* Заинтересовать родителей перспективами развития двигательной деятельности детей, вовлечь их в жизнь детского сада

**Противоречия**

Постановка данной проблемы возникла в результате имеющихся противоречий между:

* вовлечением родителей в процесс физического воспитания ребёнка
* положительным влиянием двигательной активности на состояние здоровья детей

**Цель:**

**Укрепление и сохранение здоровья детей, создание условий для формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений средствами двигательной активности.**

**Задачи:**

* воспитывать интерес у младших дошкольников к физическим упражнениям;
* развивать разнообразные виды движений, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности;
* приобщать детей к здоровому образу жизни через удовлетворение их естественных потребностей в движении, познании и общении;
* формировать активную позицию взрослых в воспитании здорового ребёнка, способствовать повышению педагогической грамотности в вопросах физического воспитания.

**Новизна**

**Реализация данного проекта позволяет исключение отклонений в физическом развитии: нарушений осанки, излишнего веса, задержки в развитии быстроты, ловкости, координации движений; заложить фундамент положительного влияния на здоровье ребенка в младшем дошкольном возрасте; закаляет характер, учит быть ответственным, смелым и сильным не только телом, но и духом.**

**Предполагаемый результат:**

* Будут расширены условия для развития и совершенствования основных видов движений, для самостоятельной двигательной деятельности
* Увеличится интерес детей к процессу двигательной деятельности и активное их участие в ней
* Пополнятся знания родителей о физической культуре и здоровье ребёнка

**Участники проекта:**

* **Воспитатель**
* **Родители**
* **Дети**

**Описание проекта:**

* **Совместная деятельность воспитателя и родителей :**
	+ **Изготовление наглядной информации**
	+ **Индивидуальные беседы**
	+ **Устные опросы**
	+ **Оформление фотовыставки «Играем дома»**
	+ **Организация спортивных развлечений**
	+ **Соблюдение режима дня**
	+ **Прогулки с детьми**
* **Совместная деятельность воспитателя и детей :**
	+ Знакомство с правилами личной гигиены
	+ Знакомство с различными видами спорта
	+ Утренняя гимнастика
	+ Совместная физкультурная деятельность
	+ Физкультминутки
	+ Пальчиковая гимнастика
	+ Прогулки, подвижные игры на прогулках
	+ Гимнастика после сна
	+ Закаливающие процедуры
	+ Самостоятельная игровая деятельность

**Педагогические средства:**

**- утренняя зарядка,**

**- бодрящая гимнастика после сна;**

**- оздоровительная ходьба и упражнения на прогулке;**

**- физкультурные минутки и динамические паузы;**

**- дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз;**

**- активный отдых в группе и на прогулке (игры-забавы, подвижные и хороводные игры);**

**- индивидуальная работа по развитию основных видов движений;**

**- самостоятельная двигательная активность детей;**

**- специальная гимнастика для ног по профилактике плоскостопия и нарушений осанки.**

**Сроки реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы проекта | Содержание проекта | Срокивыполнения |
| Подготовительный  | * Изучение литературы по теме проекта;
* анкетирование родителей;
* устный опрос родителей «В какие подвижные игры вы играете с ребенком дома?»;
* составление плана реализации проекта.
 | 2016г.  |
| Практический  | Реализация основных видов деятельности по направлению проекта.  | 2016г.  |
| Аналитический  | * Сбор и обработка методических и практических материалов;
* анализ деятельности;
* обобщение результатов - соотнесение прогнозируемых и достигнутых результатов;
* создание презентации.
 | 2016г. |

**Рабочий план реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата**  | **Тема**  | **Содержание работы**  | **Участники**  |
| 1-2 марта  |  | Составление плана реализации проекта. Диагностико – аналитическая деятельность.Устный опрос «В какие подвижные игры вы играете с ребенком дома?»  | ВоспитательРодители  |
| 2 марта | Групповая, подгрупповая деятельность | Беседа с детьми «Что такое движение?» | ВоспитательДети  |
| 2,3 марта  | Непосредственно-образовательная деятельность | Речевое развитие. Тема: «Звуки «т», «п», «к»». Цель:закрепление произношение звуков в словах и фразовой речи, учить отчетливо произносить звукоподражание с данными звуками. Подвижная игра «Цыплята и котята», «Поезд» Физическое развитие. Тема:«Путешествие в лес». Цель:Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Найди свой цвет»  | ВоспитательДети  |
| 4 марта  | Спортивное развлечение  | Тема: «Заигрыш» Цель: познакомить с народными играми, изучить подвижные игры с правилами, развивать физические качества, такие как координация и гибкость  | ВоспитательДети  |
| **Дата**  | **Тема**  | **Содержание работы**  | **Участники**  |
| 1-11 марта  | Подвижные игры со стишками и песенками  | а) «Едем-едем»;б) «Зайка»;в) «Ножки и ладошки»;г) «Самолеты»;д) «Дождик».  | ВоспитательДети  |
| 1-11 марта | Свободная двигательная деятельность  | 1. Игры в центре активности
2. Ритмичные занятия под музыку
3. Свободная деятельность в игровых ситуациях
 | ВоспитательДети  |
| 1-11 марта  | Гимнастика  | 1. Утренняя гимнастика
2. Гимнастика после сна
3. Закаливающие процедуры
4. Пальчиковая гимнастика
 | ВоспитательДети  |
| 9 марта  | Фотоколлаж  | Создание фотоколлажа «Движение-это здоровье» | ВоспитательРодители  |
| 10 марта  | Консультация  |  Консультация для родителей «Семейное воспитание по развитию двигательной активности детей». | ВоспитательРодители  |
| 11 марта  | Диагностика  | Диагностика детей с целью выявления достигнутых результатов, их анализ для последующей работы.  | ВоспитательДети  |

**Выводы:**

* Создавая оптимальные условия для развития и совершенствования основных видов движений, для самостоятельной двигательной деятельности, мы воспитываем интерес у младших дошкольников к физическим упражнениям;
* Развивая разнообразные виды движений, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности, мы увеличиваем интерес детей к процессу двигательной деятельности и активное их участие в ней
* Формируя у маленьких детей первоначальные знания о правилах безопасного поведения,  о значении физкультуры в жизни человека, мы приобщаем детей к здоровому образу жизни через удовлетворение их естественных потребностей в движении, познании и общении
* Формируя активную позицию взрослых в воспитании здорового ребёнка, способствуя повышению педагогической грамотности в вопросах физического воспитания мы пополняем знания родителей о физической культуре и здоровье ребёнка