Педагогический проект:
«За здоровьем в детский сад!»
(образовательная область физическое развитие)

Разработала:
инструктор по физической культуре
Васина Наталия Николаевна

Март- май, 2021г

Актуальность проекта

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.
Двигательная активность дошкольников является важнейшим компонентом их образа жизни и поведения. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей растущего организма. Также установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением.Поэтому искусству сохранения и укрепления здоровья, формирования осознанной потребности в здоровом образе жизни должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи.
Анализ анкетирования показывает, что во многих семьях потребность дошкольников в движении удовлетворяется далеко не полностью, предпочтение отдается просмотру телепередач, компьютерным играм, занятиям статического плана и малоподвижным играм. Большая загруженность родителей ведет к сокращению прогулок на свежем воздухе, тем самым естественная потребность ребенка в движении в семье пусть неосознанно, но подавляется. Основными причинами таких результатов является то, что родители недооценивают роль двигательной активности, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка, недостаточно осознанно подходят к процессу физического воспитания детей, занижая свою роль в этом процессе и перекладывая основную нагрузку на образовательное учреждение. И как следствие не понимают важности всех критериев, способствующих формированию здорового образа жизни у детей.
Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Проблема: Как укрепить и сохранить здоровье наших детей?
Гипотеза:
Если мы в процессе организованной, оздоровительной деятельности будем формировать у воспитанников осознанное отношение к своему здоровью, понимать значение и преимущество хорошего самочувствия, то это поможет сохранению, укреплению, оздоровлению детей.

Так появилась необходимость введения в жизнь детей проекта «За здоровьем в детский сад!».

Цель проекта:

создание необходимых условий воспитания и развития ребёнка, направленных на сохранение и укрепление физического и нравственного здоровья детей.

Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья.

Задачи проекта:

Образовательные:

- совершенствовать здоровьесберегающее пространство;
- расширять и обогащать опыт детей по способам и правилам сохранения его здоровья;
- продолжать приобщать родителей к активной совместной работе и объединять совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию воспитанников;
- расширять и обогащать опыт родителей по способам и правилам сохранения здоровья детей.
- прививать привычку повседневной физической активности;

Оздоровительные:

- проанализировать состояние здоровья воспитанников на момент начала проекта;
- сохранять и укреплять здоровье детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности при помощи нетрадиционных форм и методов;
- способствовать укреплению сердечно – сосудистой, дыхательной систем, стимулировать нервно – мышечную систему;
- использовать нетрадиционные методы оздоровления воспитанников;
- повышать сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям;
- улучшать психоэмоциональное состояние детей.

Развивающие:

- содействовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости);
- повышение активности и общей работоспособности;

Воспитательные:

- формировать интерес к занятиям физической культуры;
- воспитывать дружеские чувства;
- воспитывать интерес к физкультуре и спорту;
- способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима дня, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при усвоении комплексного использования всех средств физического воспитания.

Объектом проекта:
является сохранения и укрепления здоровья, развитие физических качеств у детей дошкольного возраста.
Предмет проекта:
особенности взаимодействия с родителями в процессе развития физических качеств у детей через использование современных здоровьесберегающих технологий.
Участники проекта:
дети 5-7 лет, инструктор по физической культуре, воспитатели, медицинский работник, родители.

Практическая значимость проекта:

- внедрена в практику модель организации работы по физическому развитию;
- обновлена и пополнена развивающая предметно – пространственная среда в соответствии с требованиями ФГОС ДО;
- разработано примерное перспективное планирование по физическому развитию детей 5 - 7 лет;
- подготовлены методические материалы по теме (конспекты НОД, сценарии спортивных праздников, досугов и развлечений, презентации, доклады, консультации для родителей и педагогов и другое).

Ожидаемые результаты проекта:

- создание модели организации работы по физическому развитию детей;
- обновление и пополнение развивающей предметно – пространственной среды в соответствии с требованиями ФГОС ДО;
- разработка примерного перспективного планирования по физическому развитию детей 5 - 7 лет, методических разработок;
- разработка методических материалов по теме (конспектов НОД, сценариев спортивных праздников, досугов и развлечений, видеопрезентаций для детей и родителей, консультаций для родителей и педагогов и другое).
- совершенствование уровня профессионального мастерства педагогов по физическому развитию детей дошкольного возраста;
- использование в образовательном процессе инновационных форм работы с детьми;
- повышение качества воспитательно – образовательной работы с детьми;
- использование условий социума для физического развития детей 5 – 7 лет;
- расширение сотрудничества детского сада с организациями города;
- рост престижа дошкольного образовательного учреждения.

Предполагаемые результаты проекта:

- увеличилось количество детей с высоким уровнем физической подготовленности;

- снизилась заболеваемость;
- у дошкольников сформировано желание вести здоровый образ жизни;
- появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса;
- сформированы элементарные представления о пользе занятий физической культурой и освоения культурно-гигиенических навыков;
- дети знают большое количество упражнений, много подвижных игр, пальчиковых, дыхательных, зрительных, артикуляционных гимнастик;
- активизировалось участие родителей в физкультурно-оздоровительном процессе;
- повысилась педагогическая компетентность родителей в вопросах физического развития и здоровья.

Механизмы реализации проекта:
Проект реализуется через интеграцию физкультурно - оздоровительного развития с использованием современных информационно-коммуникативных технологий и применением современных методик для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса и достижения позитивного результата. Используется комплексный подход к оздоровительной работе вместе с другими направлениями воспитания ДОУ детском саду «Теремок» Ясногорскогоского района, что отвечает современным ФГОС ДО к общеобразовательной программе.

Ресурсное обеспечение:
Реализация проекта обеспечивается без дополнительного финансирования из местного бюджета, (приобретение спортивно – игрового оборудования, наглядных материалов).
Проект будет реализовываться через систему индивидуальных и групповых форм деятельности с детьми, через видеопрезентации для детей и родителей. Участие детей, родителей и педагогов в подготовке спортивных соревнований, досугов, праздников и развлечений.

Тип проекта:
оздоровительный, информационно – игровой,
практический, поисковый, групповой.

Продолжительность проекта:
среднесрочный.
Срок реализации проекта:
3 месяца
Главные принципы работы по физическому развитию по реализации проекта:

- **Принцип активности и сознательности** — определяется через участие педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение

высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

- **Принцип систематичности и последовательности** в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;
- **Принцип «Не навреди»** - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.
- **Принципдоступности и индивидуализации** – оздоровительная работа в детском саду строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.
- **Принцип оздоровительной направленности** — нацеленна укрепление здоровья воспитанников. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.
- **Принцип взаимосвязи с семьей** - соблюдение единых требований ДОУ и семьи в воспитании здорового ребенка и вовлечение в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия и их оценка

Формы работы с детьми по данному направлению разнообразны:
1. Специально организованная деятельность:

- гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;
- гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.);
- занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями подарками);
- подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения;
- оздоровительный бег, босохождение;
- динамические паузы;
- бодрящая гимнастика (включающая коррегирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж);
- гимнастика пробуждения;
- закаливающие мероприятия (босохождение, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны);

- чесночно-луковая ингаляция;
- массаж;
- рациональное питание;
- проектная деятельность;
- прием детей на улице в теплое время года;
- оснащение спортинвентарем, оборудованием, наличием спортзала, спортплощадки, спортивных уголков в группах;

2. Совместная деятельность с детьми:
индивидуальная здоровьесберегающая работа, подвижные игры, праздники и развлечения, участие в соревнованиях, кружковая работа, коммуникативные игры, походы, минута тишины, музыкальные паузы, игровые беседы с элементами движений, Дни здоровья.

3. Самостоятельная деятельность детей:
в спортивном уголке, на спортплощадке с использованием пиктограмм основных движений, схем наблюдения за поведением ребенка.

4. Интеграция с другими образовательными областями:
Познавательное развитие, речевое развитие, художественно - эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

Все формы работы позволят повысить двигательную активность детей.

Здоровьесберегающие технологии:

- народные игры, подвижные игры, спортивные игры;
- игровые упражнения, игровые задания;
- гимнастика коррегирующая;
- гимнастика пальчиковая;
- гимнастика для глаз;
- динамическая пауза;
- релаксация;
- прогулка;
- утренняя гимнастика;
- закаливание;
- бодрящая гимнастика;
- индивидуальная профилактическая работа;
- свободная двигательная активность.

Все проводится в игровой форме!

Этапы реализации проекта

- определение темы и проблемы будущего проекта, постановка цели и задач;

- изучение и подборка литературы по данной теме;

-диагностика детей и анкетирование родителей;

- подбор и изготовление дидактического материала, нестандартного спортивного оборудования (совместно с родителями), картотеки игр и упражнений, разработка конспектов мероприятий;

- оформление стенда для родителей с информацией по проведению мероприятий данного проекта;

- подготовительная работа с родителями воспитанников и сотрудниками ДОУ.

- проведение с детьми бесед:
«О физкультурниках и спортсменах»,
«Что такое Олимпиада», «Разговор о правильном питании»,
«Здоровье и польза утренней гимнастики»,
«Мы любим спорт».
- проведение спортивных мероприятий:
игровых занятий; дидактических игр и упражнений, праздников, досугов, развлечений,
веселых стартов, эстафет, викторин .
- чтение детям художественной литературы по теме: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», заучивание стихов, загадок, пословиц и поговорок о спорте;
- слушание музыкальных произведений о зарядке, здоровье, физкультуре и спорте;
- рассматривание картин и иллюстраций;
- выставка рисунков, составление альбомов и мини – сборников;
- просмотр мультфильмов и художественных фильмов на спортивную тематику;
- просмотр спортивных соревнований, передач.
- проведение спортивных праздников: - создание с детьми и их родителями видеопрезентаций: «Моя спортивная семья»;
- фото выставки, выставки детских рисунков на тему: «Спорт наш друг».
- активный отдых с детьми на природе.

План работы по реализации проекта
Связь с другими видами деятельности
(Образовательных областей)

Март
1.Пропаганда здорового образа жизни. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой и спортом.
Выявить отношение детей к занятиям утренней гимнастикой.

Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- беседа «Здоровье и польза утренней гимнастики»;
«Художественно – эстетическое развитие»:
- «Песня про зарядку» слова В. Викторова;
- рисование: «Мы делаем зарядку».
Закреплять знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности
Воспитывать желание быть здоровым.

Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- беседа: «Здоровье и болезнь»;
«Художественно – эстетическое развитие»:
- рисование:
«Дерево здоровья»;
3. «В стране витаминов и полезных продуктов».
Закрепить знания о пользе витаминов и полезных продуктах,
формировать потребность в двигательной активности.
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- беседа: «О витаминах и полезных продуктах»;
- разучивание стихов о пользе витаминов;
«Познавательное развитие»:
- дидактическая игра: «Полезные и вредные продукты»;
«Художественно – эстетическое развитие»:
Изготовление ЛЕП БУКА
« ФИЗКУЛЬТ –УРА ! »

1. Развлечение
« Широкая Масленица».
Приобщать детей к народной культуре, познакомить с историей праздника.
Формировать основные виды движений, воспитывать чувство уверенности в своих силах, доброжелательное отношение друг к другу.
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- беседы: «Традиции народных гуляний намасленичной недели»;

«Художественно – эстетическое развитие»:
- создание альбома: «Широкая масленица»;
- слушание и пение народных песен.

Апрель
Совершенствовать умение свободно выполнять упражнения, направленные на укрепление мышц и суставов, профилактику плоскостопия и осанки. Укреплять дыхательную систему, согласовывать
движения с речью и музыкой.
Физкультурный праздник « Поехали!» посвящённый дню космонавтики, с проведением эстафет, конкурсов, совместных игр.
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- разучивание чистоговорок, скороговорок;
«Художественно – эстетическое развитие»:
- музыкальный оркестр «Веселые молоточки»;
- изготовление атрибутов для подвижных игр: «Собери букет», «Волк во рву».

Формировать гармоничную личность (чувство уважения, доброты к близким людям).
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- заучивание стихов о космосе;
- составление рассказа»;
- «Мы и космос»;
- беседа: «О первом человеке полетевшем в космос»;
«Художественно – эстетическое развитие»:
- изготовление поделок о космосе;
- разучивание флеш-моба « Поехали!»
Воспитывать уважительное отношение к маме, познакомить с праздником
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- беседа – интервью «Космос»;
«Художественно – эстетическое развитие»:
- изготовление стенгазеты:
«Рисунки о космосе».
Май
1. Неделя здоровья «Здоровым быть – здорово!».
Формирование основ здорового образа жизни.

Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- беседа:
«Если хочешь быть здоров – закаляйся»;

«Художественно – эстетическое развитие»:
- лепка: «Дети на прогулке»;
«Познавательное развитие»:
- дидактическая игра: «Азбука здоровья».
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- составление рассказа о летних видах спорта;
- рассматривание иллюстрации: «Игры летом»:
«Художественно – эстетическое развитие»:
- изготовление макета: «Рисунки о летних видах спорта».
3. «Спорт в картинках».

Развивать у ребят интерес к спорту, понимать значение спорта вжизни человека.

Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- рассматривание картинок о спорте;
«Социально – коммуникативное развитие»:
- организовать детей и родителей для участия в конкурсе детско - родительских презентаций;
«Познавательное развитие»:
- дидактическая игра «Спортсмены».
4.**Спортивное развлечение, соревнование подготовительных групп « Перестрелка ».**
Развивать физические качества: выносливость, быстроту способствовать развитию положительных эмоций.
Воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.
Образовательные области:
«Речевое развитие»:
- рассказывание детей по теме: «Кто занимается спортом»;
«Познавательное развитие»:
- дидактическая игра:
«Собери картинку».

Научно - методическое обеспечение проекта

Условия реализации проекта по развитию физического развития детей

- Создание благоприятного психологического климата в коллективе.
- Оптимизация оздоровительной деятельности в ДОУ путем организации здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни.

- Соблюдение рационального режима дня, обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха.
- Использование современных методов и приемов оздоровления.
- Создание условий для удовлетворения потребности детей в движении
- Реализация различных форм систематической работы с родителями, ее модернизацию и совершенствование ее качества.
- Создание условий для проявления положительных эмоций.
- Формирование на доступном уровне необходимых знаний в области гигиены, медицины, физической культуры.
- Единые требования к предметно – развивающей среде развития ребенка, учитывающие запросы субъектов образовательного пространства – педагогов, родителей, детей, учитывается принцип интеграции.
- Использование системы мониторинга (педагогической диагностики): сочетание разнообразных методов (наблюдений, бесед, экспертной оценки, тестов), обеспечивающих объективность и точность получаемых данных.

Развивающая – предметно пространственная среда:

Спортивном зале создана развивающая – предметно пространственная среда, которая рассматривается как система, представляющая собой обогащающий фактор детского развития, способствующая физическому развитию дошкольников. Развивающая – предметно пространственная среда структурирована с учетом интересов и потребности ребенка, предоставляет возможность ребенку продвигаться в своем развитии.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Образовательное пространство спортивного зала оснащено в соответствии с требованиями образовательных программ, реализуемых в дошкольном учреждении и создано таким образом, что дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.

Для основных видов движения: гимнастические скамейки, доска с ребристой поверхностью, дорожка – змейка (канат, коврик массажный, коврик со следочками, скакалки, маты гимнастические, гимнастические мячи (фитбол, кегли, кольцеброс, мешочки с грузом, мячи большие, мячи средние, кольца баскетбольное, стенка гимнастическая деревянная, дуги большие, дуги средние, дуги малые, туннели.

Для общеразвивающих упражнений: флажки, кубики, ленточки, платочки, гимнастические палки, кегли, теннисные мячики, мячики массажные (обручи, султанчики, мячи средние, мячи малые, гантели).

Для подвижных игр и эстафет: Маски, шапочки, кольца, обручи, кегли, ориентиры, кубики, мячики, клюшки, шайбы, ворота, платочки, прищепки, (пальчиковая гимнастика, муляжи овощей и фруктов, ракетки для бадминтона, маленькие мячики: волейбольный мяч . Маски из бумаги, ориентиры для эстафет из бросового материала, маленькие мячи.

Все пространство предметно-пространственной среды и оборудование спортивного зала безопасное, эстетически привлекательное,

здоровьесберегающее, развивающее, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной безопасности, с учетом свободного доступа детей к местам эвакуации. Спортивное оборудование зала соответствует возрасту и росту детей.
Дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые находятся в свободном доступе детей разных возрастных групп. Использование мягких красочных модулей помогает трансформировать пространство, а полифункциональность материалов помогает изменить его в зависимости от образовательной ситуации. Все пособия спортивного зала полифункциональны и пригодны для использования в разных видах детской активности.
Организация предметно-пространственной среды в спортивном зале построена в соответствии с возрастными и гендерными особенностями воспитанников.

Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы

Как инструктор по физической культуре для достижения положительного результата, в своей работе я сочетаю разные формы работы с семьёй, такие как:

- **Физкультурные праздники:** способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.
- **День открытых дверей в спортивном зале:** помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребенка в выборе движения и уровне его освоения, а также получить положительные эмоции при совместной двигательной активности детей.
- **Беседы индивидуальные и групповые:** в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребенка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движений у детей.
- **Консультации (по запросу родителей):** целью консультаций является
- Усвоение родителей определенных знаний и умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов.
- **Разработка и оформление стендовой информации:** позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.

- **Родительское собрание:** позволяет наладить более близкий контакт с семьей воспитанников, обсудить интересующие вопросы, обменяться мнениями в том или ином направлении работы дошкольного учреждения, наметить дальнейшие планы.
- **Анкетирование:** необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья семьи, выявить индивидуальные возможности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно – оздоровительной направленности в семью.

<u>Фото отчёт</u>

ЛЭП БУК

Физкультурный вечер развлечений «Масленница»

Физкультурный праздник
« День космонавтики »

Спортивное соревнование «Перестрелка»
(подготовительные группы)