

ГБДОУ РД «Детский сад № 92 «Звездочка»

Проект
«Здоровый дошколенок»
«Формирование у детей привычки
ЗОЖ через разные виды
деятельности»



Выполнила физинструктор
Алиева П.М.
Воспитатель Магомедова Т.А.



Актуальность

Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину - от образа жизни человека. 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.



Цель проекта

Создание условий для физического развития каждого воспитанника в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностями; приобщение детей и родителей к физической культуре и здоровому образу жизни.



Задачи проекта

Оздоровительные:
охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания.

Образовательные:
формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.

Воспитательные:
воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;
расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире, уважительное отношение к культуре родной страны, создание положительной основы для воспитания патриотических чувств;
воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.



Ожидаемый результат

Снижение уровня заболеваемости;
повышение уровня физической
подготовленности;
сформированность осознанной потребности в
ведении здорового образа жизни;
благоприятное влияние на развитие речи,
расширение
кругозора, физических и нравственных
качеств,
сохранение и укрепление здоровья.



Идея проекта

Использование наиболее эффективных оздоровительных практик (народные подвижные игры, дыхательная гимнастика, йога, самомассаж, массаж, оздоровительный бег, релаксационная гимнастика, зрительная и пальчиковая гимнастика) в игровой форме и с использованием народного фольклора в системе воспитательно-оздоровительной работы.



Этапы реализации проекта

1. Организационный.

составление и обсуждение со всеми участниками проекта поэтапного плана работы; анализ проблемы: что уже есть и что нужно сделать; создание банка идей и предложений; подбор методической, справочной, энциклопедической и художественной литературы по выбранной тематике проекта; подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта, целенаправленности, систематизации воспитательно-образовательного процесса.

2 Планирование реализации проекта

определение задач воспитательно-образовательной работы; планирование деятельности педагогов; разделение на творческие группы для реализации задуманного; объединение результатов коллективной деятельности в логике общего замысла.

3 Реализация проекта



Вид проекта: познавательно- творческий

Участники проекта: воспитанники старшей группы, воспитатели, физинструктор, родители, медицинский персонал, работники пищеблока, родители воспитанников

Сроки реализации проекта: долгосрочный (с 1.09.2024г.- 30.01.2025г.)

Степень применения: возможность использования проекта в старшей, подготовительной группах.



Блоки проекта

Блок 1

Условия

Блок 2

Диагностика

Блок 3

Развитие движений

(Деятельность физинструктора)

Блок 4

Продуктивная деятельность

(Деятельность воспитателя)



Блок 1 Условия

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в дошкольном учреждении созданы определенные условия: спортивный зал для физкультурных занятий, уголки в группах, кабинет ЛФК, во дворе д/с имеются оборудованные площадки для физкультурных занятий



Блок 2 Диагностика

Вся работа по физическому воспитанию детей строится с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Основой являются результаты медико- педагогической диагностики. В этих целях в ДОУ на каждого ребенка оформляется индивидуальная карта.

Обработка данных позволила выделить 3 группы здоровья детей для осуществления дифференцированного подхода в процессе развития двигательных умений. Это позволяет планировать физкультурно-оздоровительную работу с учетом имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Используя свои наблюдения, мы определили, что в работе с детьми необходимо соблюдать следующее:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребенка, уровню физического развития, биологическому портрету и группе здоровья.
2. Необходимо сочетание двигательной активности с закаливающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания классических оздоровительных техник в игровой форме (релаксации, дыхательной и пальчиковой гимнастики, оздоровительной аэробики, игрового массажа, гимнастики для глаз, упражнений йоги).
4. Проведение циклических движений для повышения выносливости (медленный бег, продолжительная ходьба, оздоровительная аэробика)



Блок 3 Развитие движений (Деятельность физинструктора)

Под руководством педагогов систематично проводятся мероприятия, способствующие активизации двигательной деятельности.

Гимнастика:

- утренняя
- релаксационная
- пальчиковая
- коррекционная
- дыхательная
- гимнастика после сна



Гимнастика: утренняя, релаксационная, пальчиковая, коррекционная, дыхательная, гимнастика после сна



Физкультурные занятия



ЛФК



Блок 4 Продуктивная деятельность (Деятельность воспитателя)

1. Заучивание стихотворений
2. Чтение художественной литературы
3. ИЗО деятельность
4. Экскурсии в медкабинет, пищеблок
5. Работа с родителями
6. Работа с воспитателями



Здоровый образ жизни (Беседа)



ИЗО деятельность



Экскурсия в медкабинет



Экскурсия в пищеблок



Использование ИКТ в проекте



Спортивная игра «Доктор Айболит»



Использование Фольклора в проекте

Дагестанская народная игра
«Чабан и овцы»



Русская народная игра «Венок»



Работа с педагогами



Работа с родителями



Наглядный материал



Вывод:

Быть здоровым- естественное желание каждого.

Хорошее здоровье- это радостное восприятие жизни, высокая трудоспособности.

Для поддержания здорового образа надо соблюдать несколько простых правил: соблюдать режим дня; заниматься спортом, регулярно посещать лечащего врача с целью профилактики болезней





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ