

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №1 п. Шушенское**

**Долгосрочный проект
по физическому развитию в ДОО**

«Азбука здоровья»

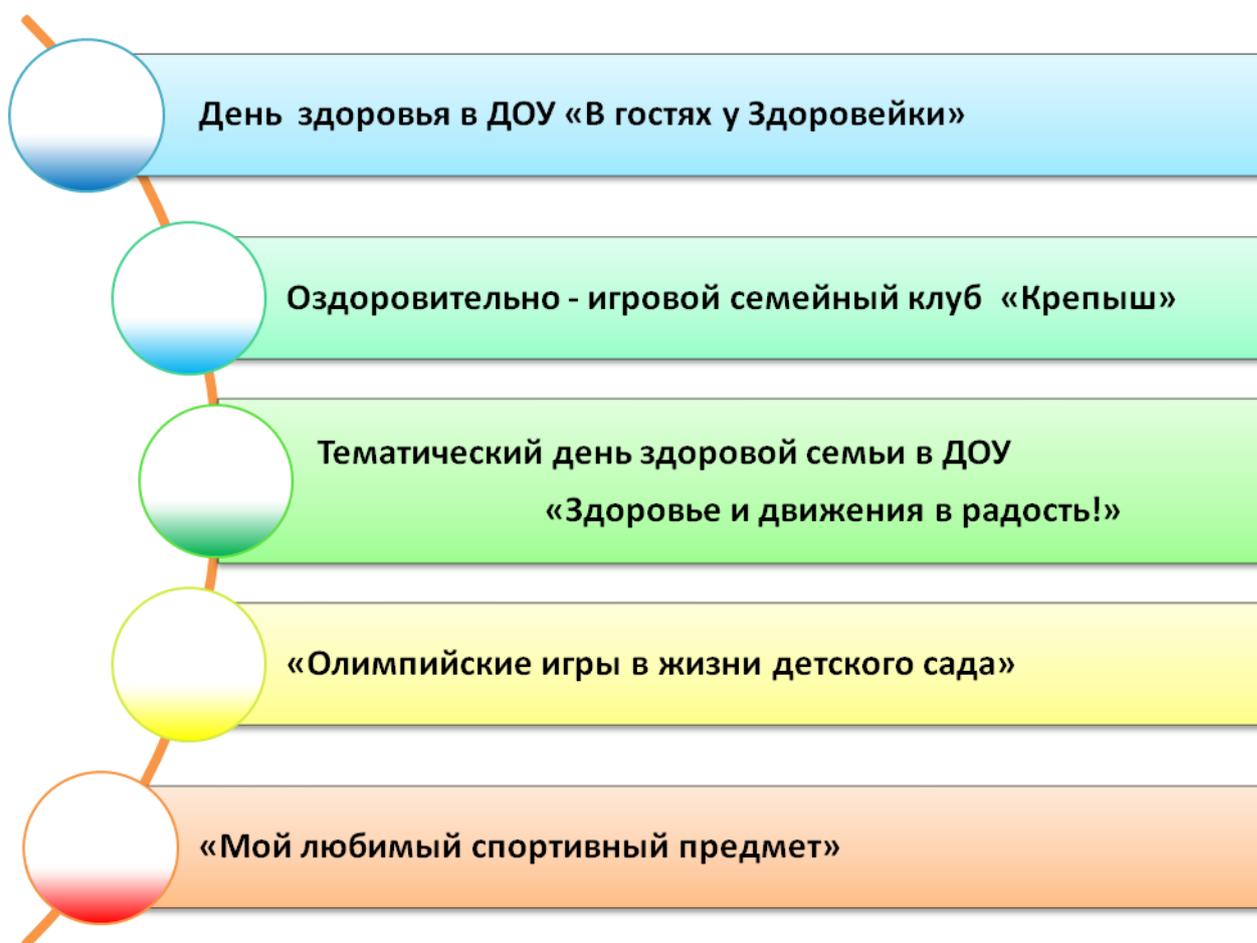


Автор: инструктор по физической культуре

Роменко Ирина Николаевна

ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»



Тип проекта: игровой, оздоровительно – профилактический.

Актуальность: дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека. В настоящее время существует много направлений, направленных на формирование физических и оздоровительных двигательных навыков. В дошкольном учреждении проводится педагогическая деятельность по здоровьесбережению (системы мероприятий по сохранению здоровья детей) и здоровьесформированию (системы мероприятий по приобретению и формированию здоровья детей).

Данные проекты разнонаправленно воздействуют на развитие личности ребенка. Способствуют гармоничному развитию детско - взрослых отношений.

Срок реализации: 2021 - 2022 г.г.

Возраст детей: 3-7 лет (вторые младшие, средние, старшие и подготовительные группы)

Цель: формировать представления о здоровом образе жизни через различные формы физического развития детей и взрослых.

Задачи:

- формировать представления о здоровом образе жизни,
- расширять знания детей и взрослых о профилактических и оздоровительных средствах физического развития,
- научить детей формам и методам сохранения и укрепления физического здоровья,
- развивать самостоятельность и инициативность у детей старшего дошкольного возраста;
- применять в педагогической деятельности схематические изображения для развития детской самостоятельности и инициативности;
- привлечь родителей к активному участию в жизни детского сада.

Предполагаемый результат:

- сформировано представление о здоровье и соблюдении здорового образа жизни,
- актуализируют полученный опыт в повседневной жизни.

Литература:

1. Агеева И.Д. 500 олимпийских загадок для детей.- М.: ТЦ Сфера, 2013.- 96 с.
2. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6- 7 лет в ДОУ – Практическое пособие. Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012.- 224с.
3. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3- 4 лет в ДОУ – Практическое пособие. Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012.- 176с.
4. Верховина Л.Г., Заикина Л.А. Гимнастика для детей 5-7 лет: программа, планирование, конспекты занятий, рекомендации – Волгоград: Учитель, 2013.-126 с.
5. Галанов А.С. Игры, которые лечат- М.: Педагогическое общество России, 2005.-9с.
6. Громова О.Е. Спортивные игры для детей.- М.: ТЦ Сфера, 2003.-128 с.
7. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка- М.: Просвещение, 2006.-144с.

8. Картушина М.Ю. Праздники для детей 6-7 лет. Сценарии для ДОУ.- М.: ТЦ Сфера, 2009.- 128 с.
9. Лунева Т.А. Сценарии праздников, тематических развлечений и утренников в ДОУ – Волгоград.: Учитель, 200.- 234с.
10. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ: Практическое пособие – Воронеж: ООО «Метода», 2013 – 144 с.
11. Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада: метод.пособие.-СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.-240с.
12. Подольская Е.И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5- 7 лет – Волгоград: Учитель, 2012.-143с.
13. Сидорова Т.Б. Познавательные физкультурные занятия. – Волгоград: Учитель, 2011.- 169 с.
14. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС», 2013.-208 с.
15. Сундукова А.К., Калайтанова Г.Н., Майгурова Е.В. Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ-М.: АРКТИ, 2008.-104 с.
16. Токаева Т.Э. Парная гимнастика: программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет- Волгоград: Учитель, 2011.-126с.
17. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников: Метод. пособие - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.- 128 с.

Основная характеристика проектной деятельности в ДОО:

❖ Проект оздоровительно - игрового семейного клуба «Крепыш»

Краткое описание проекта:

Занятия с родителями и детьми выстроены в традиционной форме: оздоровительные, игровые, дискуссионные, семинары-практикумы, консультационные.

Содержание проекта включает в себя представления о способах взаимодействия с детьми 3-4 лет по освоению физкультурно-оздоровительной деятельности, способы совместного выполнения упражнений и игр, воспитание ценностного отношения к себе и своему здоровью. Проект направлен на предупреждение и коррекцию наиболее типичных ошибок в физическом воспитании детей, обучение родителей демократическому типу общения.

Участники проекта: семьи воспитанников вторых младших групп и воспитатели. Специалисты: педагог-психолог, музыкальный руководитель; педагог дополнительного образования.

Цель: формирование представлений о ведущих средствах развития детей и сохранения их эмоционального и физического здоровья.

Задачи:

- способствовать накоплению первоначального опыта совместных двигательных действий;

- приобщать семью к активному использованию средств физической культуры, воспитывать ценностное отношение к физическим упражнениям;
- учить способам демократического стиля общения с детьми, технике выполнения парных физических упражнений;
- показать общие условия полноценного физического и психического здоровья малыша, важность эмоционального благополучия, развития двигательной активности;
- познакомить родителей с основными особенностями развития ребенка 3-4 лет;
- упражнять родителей в приемах взаимодействия с детьми.

Предполагаемый результат:

- накопят определенный опыт по выполнению правил соблюдения здорового образа жизни;
- узнают: способы общения с ребенком данного возраста, разнообразные игры и упражнения;
- научатся владеть приемами взаимодействия, устанавливать доверительные отношения с детьми;
- освоят технику безопасного поведения во время игровой деятельности;
- научатся выполнять комплексы парных (совместных) упражнений;
- приобщатся к активному использованию средств физической культуры.

Литература:

1. Арсеновская О.Н. Система музыкально – оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения – Волгоград: Учитель, 2012. – 204 с.
2. Галанов А.С. Игры, которые лечат- М.: Педагогическое общество России, 2005.-9с.
3. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка- М.: Просвещение, 2006.-144с.
4. Дубровинская Н.В. Рисунки, спрятанные в пальчиках: Наглядно-методическое пособие.-СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2004.-32 с.
5. Коскова Н.В. Поиграй со мной! Развивающие игры и упражнения для детей трех лет – Новосибирск: Сиб.унив.изд-во, 2008. – 205 с.
6. Проснякова Т.Н. Уроки мастерства – Самара: Корпорация «Федоров», Издательство «Учебная литература», 2004.- 120 с.
7. Сауко Т.Н., Буренина А.И. Топ-хлоп, малыши: программа музыкально-ритмического воспитания дете 2-3 лет.- СПб., 2001. -120 с.
8. Токаева Т.Э. Парная гимнастика: программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет- Волгоград: Учитель, 2011.-126с.
9. Фатеева А.А. Рисуем без кисточки- Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2004.-96 с.

❖ Проект тематического дня здоровой семьи в ДОО «Здоровье и движения в радость!»

Тип проекта: оздоровительно – профилактический и игровой.

Актуальность: чтобы сохранить и укрепить здоровье детей необходимо обратить внимание взрослых и детей к самой проблеме сохранения здоровья через оздоровительные и профилактические средства физической культуры. Возможно, привлечь внимание детей и родителей на некоторые виды оздоровительной деятельности, которые возможно выполнять без посторонней помощи, как дома, так и в детском саду.

Возраст детей: дети 5-7 лет.

Участники проекта: дети, родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.

Цель: формировать у детей и взрослых понятие - здоровый образ жизни.

Задачи:

- популяризировать здоровый образ жизни у детей и взрослых через оздоровительные и профилактические формы физической культуры;
- развивать и совершенствовать у детей, взрослых - двигательную память, внимание, мышление, воображение;
- применять схематические изображения для развития детской самостоятельности;
- выполнять совместные движения в паре – ребенок и взрослый;
- помочь ощутить радость от совместной двигательной деятельности.

Предполагаемый результат:

- понимают значение понятий «здоровье». «здоровый образ жизни»;
- имеют представление о том, что для сохранения здоровья необходимо выполнять ряд профилактических и оздоровительных мероприятий;
- актуализируют полученный опыт в повседневной жизни.

Дата проведения:

осень – подготовительный возраст
зима – старший возраст
весна - средний возраст

Форма проведения: спортивный праздник оздоровительного направления.

Литература:

1. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6- 7 лет в ДОУ – Практическое пособие. Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012.- 224с.
2. Бондаренко Т.М. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3- 4 лет в ДОУ – Практическое пособие. Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2012.- 176с.
3. Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада: метод.пособие.-СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.-240с.
4. Подольская Е.И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5- 7 лет – Волгоград: Учитель, 2012.-143с.

❖ Проект дня здоровья в ДОО «В гостях у «Здоровейки»

Тип проекта: оздоровительно – профилактический, игровой.

Актуальность: культурно – гигиенические навыки – важная составляющая часть культуры поведения. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья. В конечном счете от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых. В детском саду у детей воспитываются навыки по соблюдению режима дня, чистоты тела, культуры еды, поддержания порядка в окружающей обстановке и др. Таким образом, актуальность проекта продиктована потребностью формирования культурно-гигиенических навыков, соответствующих возрасту детей и необходимостью развития интереса к здоровому образу жизни.

Участники проекта:

дети средних, старших и подготовительных групп в возрасте 4-7 лет.

Цель: формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

- формировать представления о культурно-гигиенических навыках,
- расширять знания детей о правилах соблюдения культурно-гигиенических норм в повседневной жизни в детском саду и дома,
- применять алгоритмические схемы для развития детской самостоятельности;
- использовать в педагогической деятельности схематические изображения для развития детской инициативности;
- создать условия по формированию ценностного отношения к своему здоровью.

Предполагаемый результат:

- осознанное отношение детей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни,
- значительное повышение знаний о культурно-гигиенических навыках,
- расширение и обогащения практического опыта детей,
- развитие детской инициативности и самостоятельности,
- умение замечать и устранять имеющиеся недостатки.

Сроки проведения:

октябрь - «Наше здоровье – это наши верные друзья»,
декабрь - «Чистота – залог здоровья»,
февраль – «На зарядку – становись!»,
апрель – «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит»,
июнь – «Лето красное – для здоровья время прекрасное!».

Форма проведения: развлечение.

Литература:

1. Громова О.Е. Спортивные игры для детей.- М.: ТЦ Сфера, 2003.-128 с.
2. Картушина М.Ю. Праздники для детей 6-7 лет. Сценарии для ДОУ.- М.: ТЦ Сфера, 2009.- 128 с.
3. Лунева Т.А. Сценарии праздников, тематических развлечений и утренников в ДОУ – Волгоград.: Учитель, 200.- 234с.
4. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС», 2013.-208 с.

❖ **Проект «Олимпийские игры в жизни детского сада»**

Инициатор проведения Олимпийских игр современности Пьер де Кубертен искренне думал, что олимпийский огонь сможет зажечь в человечестве «дух свободы, мирного соревнования и физического совершенствования».

Тип проекта: игровой.

Актуальность: физическое воспитание дошкольника предполагает не только формирование различных двигательных умений и навыков, но и приобретение опыта чувственного познания собственных двигательных возможностей и своего места в окружающем мире. Формирование представлений об олимпизме может стать частью не только физического, но и эстетического и нравственного воспитания ребенка. Отличительная черта данного проекта это органическая связь с умственным воспитанием дошкольников. Включение олимпийского образования в процесс обучения способствует формированию у детей интереса к физическому совершенствованию.

Участники проекта: дети 5-7лет, родители, воспитатели и педагоги ДОО.

Цель: ознакомление старших дошкольников с первоначальными сведениями об истории олимпийского движения древности и современности как достижения общечеловеческой культуры.

Задачи:

- создать у детей представления об Олимпийских играх как мирного соревнования в целях физического совершенствования людей, в котором участвуют народы всего мира;
- развивать детскую самостоятельность и инициативность посредством схематических изображений;
- познакомить дошкольников с доступными для детей этого возраста сведениями из истории олимпийского движения;
- способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями через нравственный и эстетический опыт олимпизма.

Предполагаемый результат:

- сформировано представление об Олимпийских играх;
- пополнен словарный запас и теоретический опыт;

- физическое совершенствование детской двигательной деятельности;
- развитие детской инициативности и самостоятельности;
- желание заниматься физической культурой и спортом.

Сроки проведения:

январь – зимние Олимпийские игры;

февраль – зимние семейные Олимпийские игры;

июнь – летние Олимпийские игры.

Форма проведения: спортивный праздник

Литература:

1. Громова О.Е. Спортивные игры для детей.- М.: ТЦ Сфера, 2003.-128 с.
2. Лунева Т.А. Сценарии праздников, тематических развлечений и утренников в ДОУ – Волгоград.: Учитель, 200.- 234с.
3. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников: Метод. пособие - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.- 128 с.

❖ Проект «Мой любимый спортивный предмет. Мой друг – весёлый мяч».

Тип проекта: игровой, экспериментально – познавательный, оздоровительный, творческий.

Актуальность: использование различных форм работы с мячом дает возможность ребенку проявить себя в творческом и физическом развитии.

Участники проекта: воспитатели, дети и родители

Цель: формирование у детей старшего дошкольного возраста мотивации на укрепление своего здоровья посредством упражнений с мячом.

Задачи:

- развивать потребности в новых знаниях о возможностях использования мяча как предмета для игр и упражнений;
- способствовать осознанному формированию в укреплении собственного здоровья;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;
- формировать познавательные умения (наблюдать, проводить опыты, анализировать, творчески перерабатывать полученную информацию);
- способствовать формированию у детей и взрослых интереса к занятиям физической культуры через нравственные и эстетические достижения.

Предполагаемый результат:

- сформированы знания, умения и навыки владения мячом;
- развиваются активные познавательные процессы;
- сформирован интерес к физическим упражнениям.

Литература:

1. Громова О.Е. Спортивные игры для детей.- М.: ТЦ Сфера, 2003.-128 с.
2. Лунева Т.А. Сценарии праздников, тематических развлечений и утренников в ДОУ – Волгоград.: Учитель, 200.- 234с.
3. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС», 2013.-208 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575814

Владелец Бушманова Наталья Сергеевна

Действителен с 30.06.2021 по 30.06.2022