

Неуймина Анна Юрьевна
инструктор по физической культуре
МКДОУ «Маминский детский сад»
Село Маминское Каменский район
Свердловская область

Физкультурно-оздоровительный проект «Территория здоровья» Для воспитанников всех возрастных групп и их родителей

Дошкольный возраст — период формирования физического и психического здоровья детей. Необходимо объединить усилия родителей и сотрудников ДОО, чтобы дошкольники были здоровы, проявляли интерес и самостоятельность к ведению здорового образа жизни. Мы разработали проект «Территория здоровья» для воспитанников всех возрастных групп их родителей, в ходе которого у его участников формируется желание вести здоровый образ жизни (ЗОЖ).

Тип: физкультурно-оздоровительный.

Срок реализации: долгосрочный (в течение учебного года).

Участники: дети, родители, педагоги.

Цель: формирование осмысленного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи

Образовательные:

- закреплять представления детей о здоровом образе жизни (ЗОЖ);
- формировать представления о методах профилактики нарушений зрения, простудных заболеваний, умение выражать свое настроение через движения и воспроизводить в движении эмоциональное состояние;
- прививать навыки элементарного самомассажа, правильного дыхания;
- учить взаимодействовать со сверстниками, совместно выполнять игровые действия.

Развивающие:

- развивать потребность в знаниях о себе и своем здоровье, двигательные умения и навыки, эмоционально-волевую сферу и игровую деятельность, познавательную активность, инициативу, кругозор;
- формировать стремление к сохранению своего здоровья через наличие устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями в ДОО и семье.

Воспитательные:

- формировать бережное отношение к здоровью своему и окружающих;
- интерес к семейным традициям физического воспитания;
- стимулировать познавательную, двигательную активность в процессе поиска знаний, средств, приемов укрепления здоровья в образовательном пространстве ДОО;
- создавать положительный эмоциональный микроклимат;
- повышать психологическую компетентность педагогов и родителей по сохранению и укреплению ЗОЖ;
- мотивацию детей и взрослых к пониманию, сопереживанию, поддержке других при разных эмоциональных состояниях и ситуациях, оказанию помощи, проявлению положительных чувств и эмоций;
- гармонизировать отношения между детьми и взрослыми;
- устанавливать тесную взаимосвязь родителей и педагогов в воспитании здорового образа жизни.

Предполагаемые результаты:

- повышение уровня знаний детей о себе и своем здоровье;
- компетентности родителей в вопросах физического развития и психологического здоровья детей, а также их заинтересованности и активного участия в жизнедеятельности ДОО;
- формирование эмоционального контакта с детьми;
- развитие у дошкольников познавательного интереса;
- обогащение эмоционального мира детей.

Условия реализации проекта:

- подготовка наглядного, дидактического материала, музыкального репертуара; — подбор методической литературы;
- подвижных и спортивных игр, физических и дыхательных упражнений, оздоровительных гимнастик, массажей, игр для развития эмоциональной сферы ребенка для занятий;
- создание развивающей среды ДОО;
- оснащение физкультурного зала необходимым оборудованием;
- реализация здоровьесберегающих технологий по всем разделам общеобразовательной программы;
- интеграция работы педагогов, специалистов ДОО, родителей воспитанников.

Мероприятия проекта

- Проведение консультаций, семинаров для педагогов ДОО.
- Размещение информации в родительских уголках и сайте ДОО.
- Организация открытых мероприятий совместной деятельности педагога-психолога, инструктора по физкультуре и музыкального руководителя с детьми всех возрастов.
- Конкурс плакатов.
- Акции и открытые мероприятия, семинар-практикум.
- Проведение кукольных спектаклей.
- Дни, недели здоровья, спортивные досуги.
- Создание книги сказок о здоровье.
- Изготовление словаря добрых слов.
- Выставка детских работ, плакатов, стенгазет, эмблем, смайликов. Тематическое

планирование

Сентябрь

- Мониторинг здоровья воспитанников.
- Беседы о ЗОЖ, просмотр мультфильмов, слушание песен о здоровье.
- Родительские собрания «Я выбираю здоровье».
- Консультация для педагогов на тему «Мы за здоровый образ жизни».

Октябрь

- Осенний музыкально-спортивный досуг в старшей и подготовительной к школе группах «Мы за здоровый образ жизни».
- Акция для воспитанников всех групп «Поделись хорошим настроением».
- Изготовление смайликов-открыток.
- Игра «Настроение в кармашке».
- Игры с воздушными шарами, мыльными пузырями.
- Рисование под музыкальное сопровождение на тему «Мое настроение».

Ноябрь

- Конкурс плакатов «Я выбираю здоровье» в группах:
 - ясельной по теме «Культурно-гигиенические навыки»;
 - младшей по теме «Положительные эмоции и здоровье»;

— средней по теме «Свежий воздух»; — старшей по теме «Мы за здоровое питание»;
— подготовительной к школе по темам: «Спорт — залог здоровья», «Врачи разные нужны, врачи разные важны».

- Презентация любимой игрушки, музыкально-спортивные и коммуникативные игры для создания положительного эмоционального настроения.

- Мероприятия к Дню матери: — написание писем «Открытое письмо моей маме»; — просмотр слайдов «Мама и ребенок».

- Занятие по теме «Животные и их детеныши»: чтение стихов, пение песен о маме, просмотр мультфильмов.

Декабрь

- Совместный спортивный праздник педагогов и детей «Прыгай, бегай и играй — от детей не отставай».

- Консультация по теме «Здоровьесберегающие технологии в ДОО».

- Выступление на педагогическом совете «Сохранение психо-логического здоровья педагогов ДОО».

- Акция «Здорово жить здоровым!» в группах:

- младшей — дидактическая игра «Цветок здоровья» (соединить части цветка и составить рассказ);

- средней — подготовка стенгазеты по теме «Здоровьесбережение»;

- старшей — фоторепортаж «Наша семья — за здоровье» (рецепты семейного отдыха, занятий спортом, интересных семейных дел оздоровительной направленности);

- подготовительной к школе — создание плаката «Пусть наши дети растут здоровыми».

- Интегрированная совместно-образовательная деятельность с использованием здоровьесберегающих технологий «Как заяц учил волка здоровье беречь».

- День здоровья (сооружение ледяных построек, катание на санках с горы, игры в снежки).

Январь

- Конкурс физкультурных уголков.

- Неделя здоровья:

- совместная выставка рисунков «Я выбираю здоровье»;

- изготовление «словаря добрых слов»; — зимний спортивный досуг «Зимние забавы с Емелей»;

- семинар-практикум для педагогов «Жить здорово!»;

- составление книги сказок о здоровье и пользе физкультуры и спорта;

- кукольные спектакли «Колобок — ледяной бок» (в младшей, средней группах), «Друзья здоровья» (в старшей, подготовительной к школе группах).

- Открытое мероприятие занятий для педагогов-психологов и инструкторов по физкультуре «Где прячется здоровье».

- Презентация проекта «Территория здоровья».

Февраль

- Педагогический совет по теме «Создание психологического комфорта в группах детского сада».

- Анкета «Стиль педагогического общения».

- Организация конкурса МДОУ «Центр двигательной активности и нетрадиционного спортивного оборудования».

- Открытие детских олимпийских игр.

- Соревнования по видам спорта.

Март

- Акция «Цветы для мамы» (изготовление эскиза для стенда в виде корзины, бумажные цветы — на лицевой стороне пишутся пожелания).

- Презентация для родителей «Хорошо у нас в саду!» (показ совместной деятельности инструктора по физической культуре и педагога-психолога в работе с детьми).

Апрель

- Мероприятие к дню смеха «В гостях у клоунов Хо-хи и Хахи».
- Просмотр мультфильмов «В гости к Смешарикам».
- Спортивный праздник «Папа, мама, я — спортивная семья».
- Проведение мастер-класса для воспитателей по ознакомлению с физическими упражнениями, направленными на сохранение и укрепление осанки.

Май

- Мониторинг здоровья воспитанников.
- Итоговое мероприятие — квест-игра с участием педагогов и родителей «Территория здоровья».

Ресурсы

Финансовые: бюджет ДОО (призы для воспитанников, грамоты).

Кадровые: сотрудничество с педагогом-психологом, логопедом, педагогами ДОО, родителями воспитанников, музыкальным руководителем. Информационные:

- Интернет;
- учебно-методические пособия;
- ресурсы медиатеки.

Методические:

- художественная литература, мультфильмы, презентации;
- сценарии праздников и досугов;
- музыкальный материал; — костюмы для проведения праздников и досугов; — методический материал, наглядные дидактические пособия, картотеки: утренней, дыхательной и пальчиковой гимнастики, физкультминуток, подвижных и дидактических игр.

Материально-технические:

- проектор и экран для просмотра презентаций;
- аудио- и видеоаппаратура (музыкальный центр, телевизор);
- цветной принтер, компьютер, фотоаппарат;
- оборудованные музыкально-спортивный зал, спортивная площадка, медицинский блок;
- предметно-развивающая среда по реализации задач физкультурно-оздоровительного направления.

Результаты:

- наблюдается снижение заболеваемости детей;
- повышен уровень знаний о себе и своем здоровье;
- уровень компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения;
- сформированы ценностное отношение к своему здоровью, потребность заботиться о нем;
- умение выделять компоненты здоровья (гигиена, здоровое питание, спорт, закаливание, сон, прививки);
- налажено взаимодействие с родителями, направленное на повышение педагогической компетентности в вопросах формирования привычек культуры здоровья.

Таким образом, практика доказывает, что, если правильно организовать развивающую предметно-пространственную среду, учитывая возрастные особенности

детей, активно взаимодействовать с родителями воспитанников, систематическая работа по формированию здорового образа жизни детей будет способствовать укреплению их здоровья.

Литература

1. Горькова Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ. М., 2005.
2. Дик Н.Ф., Жердева Е.В. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников. Ростов-н/Д., 2005.
3. Женина И.Г. Тематическая неделя психологии «Жизнь без вредных привычек». Справочник педагога-психолога. 2013. № 3.
4. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М., 2004.
5. Крюкова С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь (программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста). М., 2007.
6. Кудрявцев В.Т. Развивающая педагогика оздоровления. М., 2007.
7. Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. СПб., 2008.
8. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. М., 2009.