

Оздоровительная направленность утренней гимнастики у детей раннего возраста



Актуальность проекта:

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является очень актуальной. И когда мы говорим о здоровье детей, речь идет не только об отсутствии каких-либо заболеваний. Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Что же такое здоровье ребенка?

Здоровье — большой дар, без которого трудно сделать жизнь счастливой, интересной и долгой. Здоровье легко потерять, ослабить; вернуть же его очень трудно.

Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей. Она направлена на оздоровление, укрепление, повышение функционального уровня систем организма, развитие физических качеств и способностей. Необходимость приступить после пробуждения к выполнению упражнений утренней гимнастики воспитывает волевые качества: волю, настойчивость, дисциплинированность, упорство, самостоятельность.

Задачи физического развития детей раннего возраста:

Оздоровительные задачи: укрепление здоровья, совершенствование функций и систем организма, закаливание, формирование опорно-двигательного аппарата, воспитание правильной осанки, повышение работоспособности организма.

Образовательные задачи: формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, получение дошкольниками элементарных знаний о своем организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья.

Воспитательные задачи: воспитание потребности в ежедневных физических упражнениях, интереса к физической культуре и спорту, разностороннее развитие детей в процессе физического воспитания.

Цель проекта

Формирование основ здорового образа жизни , его направленность на укрепление здоровья, физического и психического развития, эмоционального благополучия каждого ребенка

Задачи проекта:

- Осуществить анализ научной литературы по проблеме исследования;
- Изучить материал по утренней гимнастике и произвести отбор наиболее доступных комплексов утренней гимнастики.
- Дополнить инвентарь для физического развития детей раннего возраста.
- Разработать информационные листы для родителей с рекомендациями по ознакомлению детей с физическим развитием детей раннего возраста.



Ожидаемый результат:
повышение уровня физического развития детей

Сроки проекта
сентябрь – май 2013 г. - 2014г (долгосрочный)



Главные принципы, на которые мы опираемся в работе:

Принцип дифференциации: объединение детей по подгруппам

Принцип оптимальности – не допускать психических и физических перегрузок;

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитательно-образовательного процесса.

Принцип нарастания самостоятельности и активности детей.

Основные методы и формы обучения детей:

1. Утренняя гимнастика.
2. Игровые образовательные ситуации.
3. Индивидуальная работа с использованием дополнительных упражнений.
4. Подвижные игры.
5. Упражнения на развитие двигательных умений навыков.

Этапы работы:

I этап: информационно-аналитический (подготовительный) включает:

1. повышение уровня профессиональной компетентности;
2. определение объема материала, который будет адресован детям.
3. планирование комплексов утренней гимнастики

реализация:

1. Изучение специализированной литературы;
2. Подбор инвентаря
3. Изучение индивидуальных особенностей и потребностей детей;
4. Подбор заданий и проведение диагностики;
5. По результатам диагностики подобрать систему игр и упражнений;
6. Анкетирование родителей на тему «Какие условия создают для двигательной активности детей»

II этап: творческий (основной) включает:

1 Оформление стендов для родителей по теме проекта;

2. Изготовление дополнительного инвентаря;

3. Консультации для родителей. .

реализация:

1. Дополнить инвентарь для физического развития детей раннего возраста.

2. Проведение работы с родителями на тему: «Понятие двигательной активности» Консультации, беседы, развлечения, оформление уголка для родителей.

3. Исследовательская деятельность детей.



III этап: заключительный включает:

1. Подведение итогов

реализация:

1. Диагностика детей.

2. Проведение заключительного занятия.

3. Самооценка, выводы.



Информационные ресурсы

1. Харченко ,Т. Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2-3 лет/ Т. Е. Харченко.- М.: Мозаика-Синтез, 2011. - 88 с.
2. Кожухова, Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. — М.: Издательский центр «Академия», 2002.— 320 с.
3. Кочетова , Н. П. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста: метод, пособие для воспитателей и родителей / Н. П. Кочетова. — М.: Просвещение, 2005. - 112 с.
4. Степаненкова ,Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. — 4-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2008. — 368 с.
5. Хухлаева , Д. В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: Учеб. для учащихся пед. уч-щ по спец. № 2010 «Вое питание в дошкол. учреждениях» и № 2002 «Дошкол воспитание. — 3-е изд., перераб. и доп.— М.: Просвещение, 1984,—208 с., ил.
6. Григорьева , Г. Г. Играем с малышами : игры и упражнения для детей раннего возраста : пособие для воспитателей дошк. образоват. учреждений и родителей / Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова, Г. В. Груба. — 3-е изд. — М.: Просвещение, 2007. — 80 с