

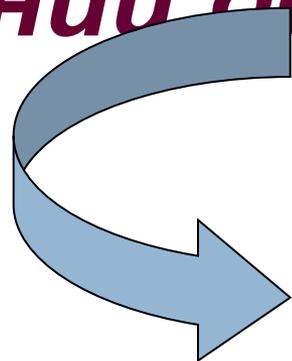
A photograph of two young children lying on their stomachs on a green and brown patterned rug. The child on the left is a boy with short brown hair, wearing a white and blue striped shirt, looking towards the camera. The child on the right is a girl with dark hair, wearing a red top, smiling and holding a red block. They are surrounded by other colorful blocks (yellow, blue, red). The text is overlaid in large, bold, yellow letters.

**ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ  
ПРОЕКТ  
КОЛЛЕКТИВА  
ДОШКОЛЬНОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
МОБУ «ЯНИНСКАЯ СОШ»**



# **Использование классических здоровьесберегающих технологий**

**в физическом воспитании и  
здоровлении дошкольников**



*Желаю вам цвести,  
расти,  
Копить, крепить  
здоровье.  
Оно для дальнего*

# «ЗДОРОВОЕ ТЕЛО - ПРОДУКТ ЗДОРОВОГО РАССУДКА».

Бернард Шоу

*Здоровье - наличие у здорового человека состояния полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.*

*Всемирная организация здравоохранения*



**Здоровье - состояние устойчивости, невосприимчивости к экстремальным, т.е. неожиданно возникающим и не обычным, патологическим, болезненным воздействиям.**

*Змановский Ю. Ф.*

Такое определение предполагает, что здоровый человек обладает настолько сильной верой в здоровье, что ему не страшны какие-либо неблагоприятные ситуации, в которых каждый из нас всегда может оказаться.



# Оздоровительный комплекс

## состоит из следующих основных моментов:

- соблюдение рационального устойчивого распорядка дня с обязательным полноценным по своей интенсивности и длительности сном;
- ежедневная достаточная активность;
- рациональное питание;
- выработка психоэмоциональной устойчивости;
- проведение закаливающих процедур.

**Проект сохранения и укрепления здоровья включает ряд обязательных условий, выполнение которых обеспечит тот фон здоровья, на котором возможно успешное осуществление и физической, и умственной деятельности, а также совершенствование таких качеств, как выносливость, сила, ловкость, красота.**

# Актуальность:

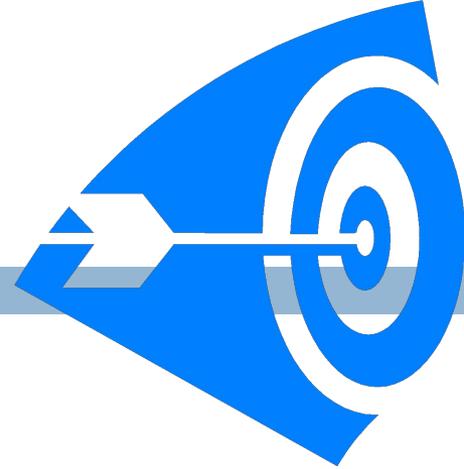
- ❑ Совершенствование работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей всегда актуально.
- ❑ Установлено, что здоровье только на 7 - 8% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека.
- ❑ Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

*Это и привело к необходимости организовать*  
**физическое воспитание в дошкольном**  
**отделении таким образом,**

**ЧТОБЫ ОНО**

- обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие,
- помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня;
- приобщало детей и родителей к физической культуре и здоровому образу жизни.

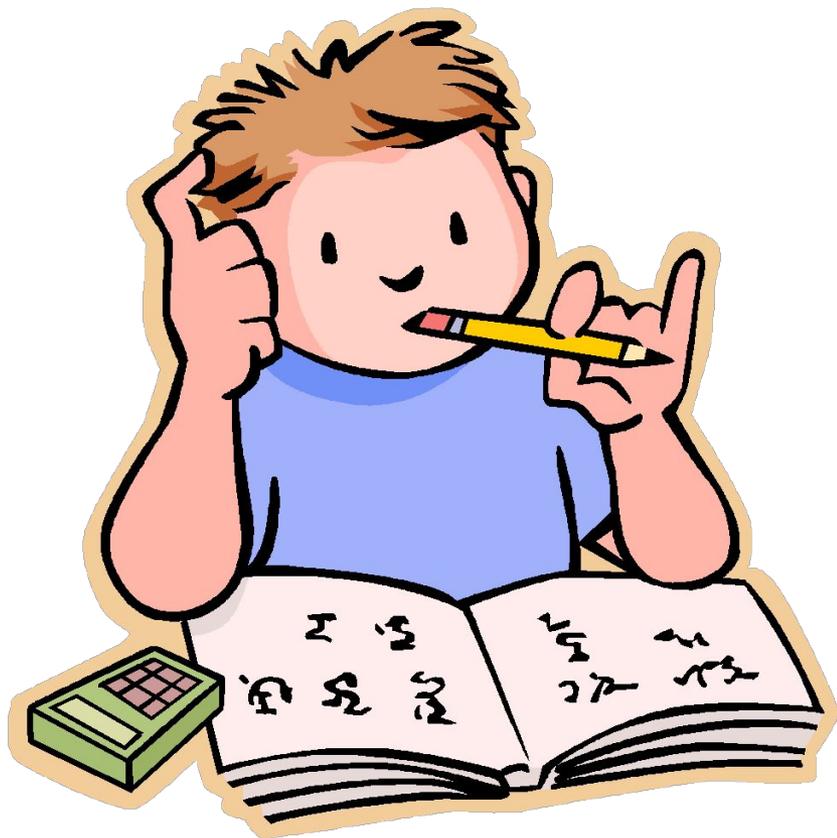
# Цель:



- организовать физическое воспитание в дошкольном отделении таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня;
- приобщение дошкольников к физической культуре и здоровому образу жизни.



# Задачи:



# Оздоровительные задачи:

- *охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;*
- *совершенствование функций организма, средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания;*
- *формирование правильной осанки, гигиенических навыков.*

# Образовательные задачи:

- *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 физкультурно-оздоровительной работы.*

# Воспитательные задачи:

- *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 :**

- ❑ подвижные игры (включая народные),
- ❑ дыхательная гимнастика,
- ❑ точечный массаж,
- ❑ оздоровительная ритмика,
- ❑ закаливание,
- ❑ коррекционная гимнастика в игровой форме в системе воспитательно-оздоровительной работы.

# Участники проекта:

- дети дошкольного отделения МОБУ «Янинская СОШ»
- квалифицированные воспитатели дошкольных групп,
- инструктор по физической культуре,
- старшая медсестра,
- заместитель директора по ВР,
- родители.



# *Научная основа проекта*



# Концепция проекта

**основана на междисциплинарном научно- практическом направлении Б. Б. Егорова, В. Т. Кудрявцева – *развивающей педагогике оздоровления.***

**Основные черты данного направления:**

- представления о здоровом ребенке, как идеальном эталоне и практически достижимой норме детского развития;
- здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма;
- оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей;
- работа по развитию здоровья не может полноценно вестись исключительно медицинскими методами. Эффективность применения последних возрастает при условии их дополнения психолого-педагогическими методами;
- ключевым принципом оздоровительно-развивающей работы с детьми является индивидуально-дифференцированный подход.

# Воспитательно-образовательная работа в *дошкольном отделении*

В основе построения воспитательно-образовательной работы в дошкольном отделении лежит уровень развития детей, заданный «Программой воспитания и обучения детей в детском саду» М. А. Васильевой, а главным фактором является учет состояния физического здоровья детей и их потенциала.

# Сущность проекта

- ❑ Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания .
- ❑ Работа по воспитанию здорового ребенка осуществляется через систему физкультурно-оздоровительной работы, включающей в себя восемь взаимосвязанных разделов.

# Система физкультурно-оздоровительной работы

*Физкультурно-оздоровительная работа*

**ДИАГНОСТИКА**

# *Практическая значимость:*

- валеологические знания, массаж приучают ребенка сознательно относиться к своему здоровью;
- утренняя гимнастика, бег, физкультурные занятия, ритмика, дыхательные упражнения - к ежедневным занятиям физической культурой,
- подвижные игры способствуют развитию речи, физических качеств, формированию патриотических чувств.

# Результаты и продукты

- ❑ Перспективное планирование по физическому воспитанию на все возрастные группы;
- ❑ Система дыхательных упражнений в игровой форме по возрастам;
- ❑ Серия комплексов оздоровительной ритмики в игровой форме;
- ❑ Методика применения игрового и точечного массажа в дошкольном отделении в течение дня;
- ❑ Игровые комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки и стопы;
- ❑ Методическая копилка;
- ❑ Методические рекомендации;
- ❑ Подготовка проекта «Использование классических здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании и оздоровлении дошкольников»

# Определенность перспектив продолжения работы над проектом, обоснованность необходимых для этого условий:

- ❑ повышение качества образования за счет совершенствования методики проведения занятий;
- ❑ включение в проект всех групп дошкольного отделения , начиная с ясельной;
- ❑ расширение возможностей проекта за счет использования **фитбола** (укрепление мышц спины и профилактика нарушений осанки) и **степов** (укрепление дыхательной систем и всех групп мышц);
- ❑ разработка более совершенной системы диагностики оздоровления, физического и психического развития, физической подготовленности дошкольников.

