МДОУ детский сад «Чебурашка» п. Плесецк Разработчик: старший воспиатель Козловская В.И.



ПРОЕКТ



Нетрадиционное использование классических здоровьесберега ющих технологий в физическом воспитании и оздоровлении дошкольников

ЦЕЛЬ

Организовать физическое воспитание в ДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку:

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

ЗАДАЧИ

- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, профилактических упражнений, массажа, йоги, закаливания;
- • формирование правильной осанки, гигиенических навыков.
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;

ЗАДАЧИ

- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы;
- • 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;
- • благотворное влияние на развитие речи, расширение кругозора, физических и нравственных качеств, сохранение и укрепление здоровья.

ИДЕЯ ПРОЕКТА



Использование оздоровительных практик:

- народные подвижные игры,
- дыхательная гимнастика, йога, массаж,
- ритмическая гимнастика,
- акробатические упражнения с элементами художественной гимнастики в игровой форме и с использованием русского фольклора в системе воспитательнооздоровительной работы.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ



• мониторинг физической подготовленности и показателей здоровья (диагностика физической подготовленности, физических качеств, дыхательной системы, индекса здоровья и др.)

ЭТАПЫ ПРОЕКТА

- І этап Организационный 2 младшая группа (2010-2011 учебный год).
- II этап Диагностический средняя группа (2011-2012 учебный год).
- III этап Практический старшая группа (2012-2013 учебный год).
- IV этап Обобщающий подготовительная группа (2013-2014 учебный год

Блок I. Условия.





- Физкультурный зал;
- Оборудование центров;
- Физкультурная площадка;
- Медицинский кабинет.

Блок II. Диагностика

- 1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребенка, уровню физического развития, биологическому портрету и группе здоровья.
- 2. Сочетание двигательной активности с закаливающими процедурами.
- 3. Включение классических оздоровительных техник в игровой форме (релаксации, дыхательной и пальчиковой гимнастики, ритмической гимнастики, игрового массажа, гимнастики для глаз, упражнений йоги, акробатических упражнений.)
- 4. Проведение циклических движений для повышения выносливости (медленный бег, продолжительная ходьба, оздоровительный бег, прогулка-туризм).

Блок III. Развитие движений

- · оздоровительный (дозированный) бег;
- - дыхательная гимнастика и игры;
- · упражнения на коррекцию осанки и стопы , народные подвижные игры;
- гимнастика в сюжетной форме с предметами и без них;
- ритмическая гимнастика и упражнения йоги;
- · гимнастика по интересам и игры по желанию детей.

Блок III. Развитие движений

- • ритмическая гимнастика, массаж и самомассаж,
- - логоритмическая гимнастика,
- дыхательные упражнения, акробатические упражнения с элементами художественной гимнастики,
- упражнения по профилактике нарушения осанки и стопы.







