

**Педагогический проект  
«Активный отдых, как основа  
формирования здорового образа жизни  
дошкольников»**

**Автор:  
Долганова Ольга  
Юрьевна,  
инструктор по  
физической культуре,  
1 КК**

**2016г.**

# ТИП ПРОЕКТА

- ❑ По доминирующей в проекте деятельности: практико-ориентированный.
- ❑ По содержанию: социально - педагогический.
- ❑ Участники проекта: дети подготовительной группы, воспитатели группы, родители.
- ❑ По времени проведения: долгосрочный.
- ❑ По характеру контактов: в рамках ДОУ.
- ❑ Форма представления проекта: презентация на итоговом педагогическом совете ДОУ

# **АКТУАЛЬНОСТЬ**

**Забота о здоровье ребенка и взрослого человека занимает во всем мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые.**

**На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей**

**Дошкольный возраст - благоприятный период, когда закладываются основные навыки по формированию здоровья, вырабатываются правильные привычки**

**Одним из средств, эффективно способствующих формированию здоровья дошкольников и выработке правильных привычек, является специально-организованная досуговая деятельность, включающая спортивные праздники, развлечения, досуги – основные формы активного отдыха.**

# Противоречия

*• между потребностью общества, заинтересованного в воспитании здоровой личности, с одной стороны, и резким ухудшением состояния здоровья подрастающего поколения, с другой*

*между недостаточным уровнем валеологических знаний детей и необходимостью воспитания подрастающего поколения в духе бережного отношения к своему здоровью*

*между необходимостью перехода на новые методы оздоровительных мероприятий и отсутствием адекватного учебно-методического комплекса*

# Проблема

поиск эффективных путей  
укрепления здоровья ребенка и  
приобщения его к здоровому образу  
ЖИЗНИ.



# *Гипотеза:*

Целенаправленная работа по организации досуговой деятельности с вовлечением родителей позволит не только сохранить здоровье дошкольников, но и сформировать у них знания о культуре здоровья, мотивацию на здоровый образ жизни, создать условия для раскрытия индивидуальных возможностей и резервов организма.



## **Цель:**

Формирование компетентной, увлеченной и грамотной здоровой личности, предоставление возможностей дошкольникам приобщения к здоровому образу жизни посредством организации активного отдыха в детском саду.



# ЗАДАЧИ

пропаганда здорового образа жизни;

поиск эмоционально привлекательных для детей форм получения информации о здоровом образе жизни

разработка системы оздоровительных досуговых мероприятий

создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья дошкольников, приобщению ребенка к здоровому образу жизни

развитие физических качеств: силы, ловкости, гибкости, ориентировки в пространстве, координации движений, быстроты, равновесия, двигательного творчества

воспитание у детей эмоционально положительного отношения к физической культуре, как естественной составляющей общечеловеческой культуры; творческое и всесторонне развитие личности ребенка

гармонизация детско-родительских отношений; повышение интереса родителей к участию в физкультурных и оздоровительных мероприятиях вместе с детьми



# Методы проекта

- ❑ Тематические физкультурные занятия;
- ❑ Праздники, досуги, развлечения и туристические мини – походы с привлечением родителей;
- ❑ Специальные игровые задания;
- ❑ Мониторинговые исследования детей;  
анкетирование.



# Стратегия осуществления проекта

Данный проект осуществляется в рамках педагогической системы МБДОУ детский сад «Чебурашка»:

- с детьми – в специально организованной деятельности, в совместной деятельности педагога и детей;
- с родителями – посредством проведения психолого-педагогической работы, вовлечения родителей в единое общеобразовательное пространство «семья - детский сад»:

# Ожидаемые результаты

- ❑ будет разработана система оздоровительных досуговых мероприятий;
- ❑ будут созданы необходимые условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников, приобщения ребенка к здоровому образу жизни;
- ❑ обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор;
- ❑ у детей повысится интерес к физкультурным занятиям и спорту;
- ❑ сформируется коммуникативная и социальная компетентность детей;
- ❑ у родителей сформируются представления о создании благоприятного эмоционального и социально – психологического климата для полноценного развития ребенка;
- ❑ родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад»;

# Этапы и сроки реализации проекта

## I этап

Подготовительный  
(август-сентябрь)

## II этап

Основной  
(конец сентября -  
середина мая)

## III этап

Заключительный  
(май)



**Подготовка цикла  
тематических  
физкультурных  
занятий  
с включением  
валеологического  
компонента**

**Изучение понятий,  
касающихся темы  
проекта**

**Изучение  
современных  
нормативных  
документов,  
регламентирующих  
деятельность  
по здоровье –  
сбережению**

**Разработка  
перспективного  
плана организации  
физкультурно-  
досуговых  
мероприятий**

**Подготовите  
льный  
этап**

**Организация  
физкультурно-  
оздоровительной  
среды**

**Анализ полученных  
результатов,  
выводы**

**Анкетирование  
родителей**

**Диагностика  
физической  
подготовленности  
детей**

# Диагностика валеологических знаний дошкольников

Вопросы	Знают	Не знают
Какие части тела ты знаешь?	68%	32%
Какие органы ты можешь назвать?	43%	57%
Что такое «здоровье»?	25%	75%
Что надо делать, чтобы быть здоровым?	47%	53%
Что вредит здоровью?	34%	66%
Занимаешься ли ты спортом?	36%	64%

# Основной

1. Проведение цикла тематических физкультурных занятий с включением валеологического компонента

2. Проведение Дней здоровья с участием родителей

3. Проведение физкультурных праздников и развлечений с участием семейных команд

4. Организация походов выходного дня в лесной массив с участием родителей.

5. Организация просветительской и консультативной деятельности по вопросам Формирования у детей привычки ЗОЖ, Организации активного отдыха в семье

6. Оформление фотогазет с представлением репортажей с проведенных мероприятий

# *Подготовка физкультурных мероприятий*

- ❑ определение основных задач, времени, даты, места проведения;
- ❑ подготовка показательных выступлений: парад участников, конкурсов, игр, соревнований;
- ❑ определение количества участников, приглашенных гостей;
- ❑ подготовка пригласительных для родителей, сообщение родителям о проведении мероприятия;
- ❑ Определение порядка подведения итогов конкурсов и соревнований, поощрение участников праздника



# Условная структура проведения досуговых мероприятий



## Подготовительная часть

Организация детей и психологический настрой:  
-создание интереса и праздничного настроения;  
-разогрев мышц

## Основная часть

- Закрепление и совершенствование двигательных умений и навыков;  
- развитие физических качеств;  
- тренировка различных групп мышц

## Заключительная часть

Постепенное возвращение детей в спокойное состояние (нормализация пульса, поддержание положительных эмоций, бодрого, жизнерадостного настроения)

✓ **Мониторинг**

**Заключительный  
этап**

**Презентация проекта на итоговом  
педагогическом педсовете ДОУ**

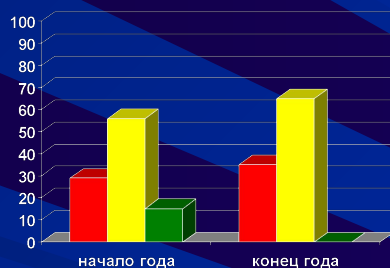
# Результативность

Результатом реализации проекта стало:

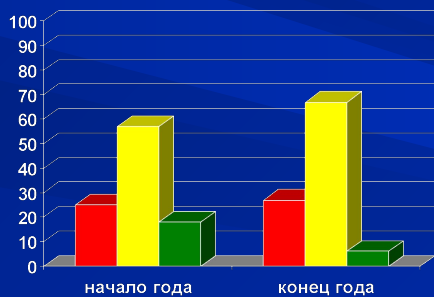
- ❑ сформированность у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни, развился интерес к творческой деятельности;
- ❑ выросли показатели физической подготовленности детей;
- ❑ грамотное использование детьми разного спортивного оборудования и физкультурного инвентаря;
- ❑ осознание ребёнком и родителями необходимости и значимости здорового образа жизни, а также “видение” и реализация путей совершенствования здоровья ребёнка и членов семьи (активный отдых вместе с детьми, посещение кружков, секций оздоровительной направленности);
- ❑ повышение активности родителей воспитанников, проявляющееся в участии в физкультурно-оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимые в ДОУ

# Диагностика физических качеств

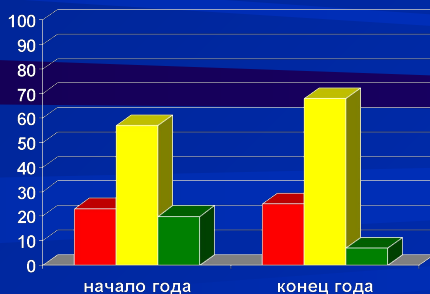
## Двигательное творчество



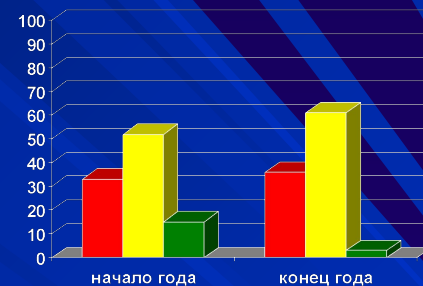
## Координация движений



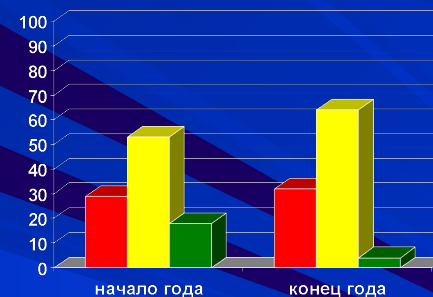
## Статическое равновесие



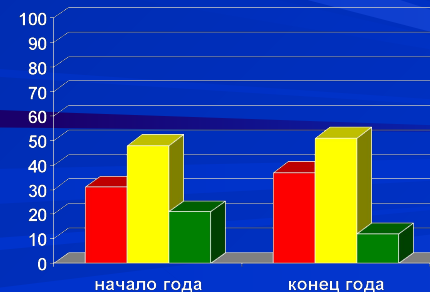
## Быстрота



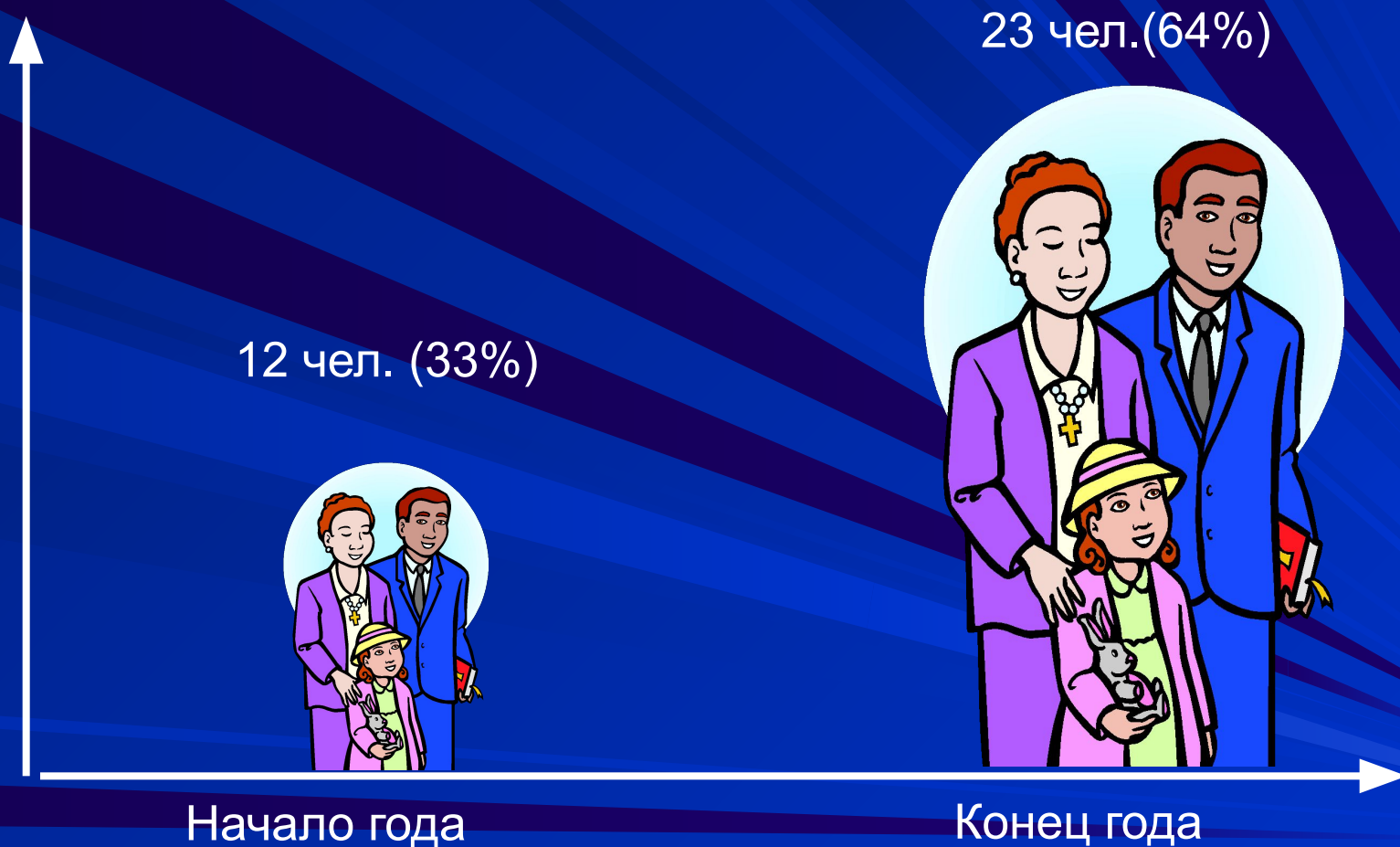
## Гибкость



## Ловкость



# Вовлеченность родителей



# **Выводы**

**Гипотеза на практике подтвердилась:**

**проводимая работа достаточно эффективна, результативна и позволяет не только сохранить здоровье дошкольников, но и сформировать у них знания о культуре здоровья, повышает мотивацию на здоровый образ жизни, создает условия для раскрытия индивидуальных возможностей и резервов организма**

# Обеспечение проектной деятельности

## Информационные ресурсы

- <http://www.iteach.ru> – сайт программы Intel® «Обучение для будущего»;
- <http://festival.1september.ru/>
- <http://www.doshcolniki.ru/innovations/>

## Методическое

- 1.Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ, Воронеж 2007
- Н.В. Гуреев Активный отдых Москва «Советский спорт» 1991
- Бочарова Н.И. «Физическая культура дошкольника в ДОУ» / программно-методическое пособие/ - Центр педагогического образования Москва 2007.
- Журнал «Дошкольное воспитание» №4 2008.
- Журнал «Дошкольное воспитание» №9 2005.
- «Инструктор по физкультуре» научно- практический журнал №1 2009.
- «Инструктор по физкультуре» научно-практический журнал №2 2008.
- «Современный детский сад» методика и практика №1 2007.

## Дидактическое

- перспективный план;
- конспекты тематических физкультурных занятий;
- конспекты досуговых мероприятий;
- консультации для родителей;
- конспект родительского собрания

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!