

**ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ  
ПРОЕКТ**

**«Движение + движение =  
формула здоровья»**

**Выполнила воспитатель первой категории:  
Рахматуллина Светлана Викторовна  
МБДОУ «Д/с №5» Теремок»  
ЗАТО Комаравский  
Оренбургской области**

# **СОДЕРЖАНИЕ**

## **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ДВИЖЕНИЕ + ДВИЖЕНИЕ = ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ»**

- 1.1. ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА ПРОЕКТА**
- 1.2. ПАСПОРТ ПРОЕКТА**
- 1.3. ПРОБЛЕМА И АКТУАЛЬНОСТЬ**
- 1.4. ЦЕЛЬ ПРОЕКТА**
- 1.5. ЗАДАЧИ ПРОЕКТА**
- 1.6. ПРИНЦИПЫ ПРОЕКТА**
- 1.7. ФОРМЫ ПРОЕКТА**
- 1.8. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**
- 1.9. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ**
- 1.10. ДАЛЬНЕЙШЕЕ РАЗВИТИЕ ПРОЕКТА**

**ЛИТЕРАТУРА**

**ИНТЕРНЕТ - ИСТОЧНИКИ**



# ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА ПРОЕКТА

**МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:** МБДОУ «Д/с №5 «Теремок» ЗАТО  
Комаровский, ресурсный центр по направлению  
«Физическое развитие и здоровье»

## **ПОЛНЫЙ АДРЕСС:**

**населенный пункт:** ЗАТО Комаровский  
**улица:** Южная  
**дом:** 33а  
**телефон:** 8(35368) 2-25-65

**АВТОР ПРОЕКТА:** воспитатель первой категории С.В.  
Рахматуллина



## ПАСПОРТ ПРОЕКТА

**ВИД ПРОЕКТА:** информационно-игровой, практический, тактико-ориентированный, групповой

**УЧАСТНИКИ ПРОЕКТА:** воспитатель по физической культуре, воспитанники ДОО, медицинский персонал, педагоги, родители.

**ТИП ПРОЕКТА:** долгосрочный

**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ:** I этап 15.09.2013 г. – 15.05.2014 уч. г.  
II этап 15.09.2014 г. – 15.05.2015 уч. г.

Проект будет реализовываться если использовать полную интеграцию физкультурно-оздоровительного развития с использованием современных информационно-коммуникативных технологий и применением современных методик для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса и достижения позитивного результата. Использоваться комплексный подход к оздоровительной работе вместе с другими направлениями воспитания в ДОО, что отвечает современным ФГТ к общеобразовательной программе.



# ПРОБЛЕМА И АКТУАЛЬНОСТЬ

Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей растущего организма.

Недостаточность двигательных функций у детей проявляется во всех компонентах моторики: в общей, в тонких движениях кистей и пальцев рук, в мимической и речевой моторике, что приводит к плохой координации движений в сложных действиях по самообслуживанию, в трудовых процессах; вызывает затруднения в овладении ручными операциями (письмо, рисование, сказывается на выражении мимики и пантомимики, на формировании выразительной стороны речи, правильного и четкого звукопроизношения). Установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением.

Поэтому организованная своевременная работа по развитию у детей двигательной функции в общей системе коррекционно-развивающих мероприятий становится крайне необходимой и важной. В современных условиях необходимо создавать новую педагогическую ситуацию, связанную с качественным изменением состояния детей, что требует кардинально нового решения:

- использование гибкого охранительного режима
- правильного рационального питания
- создание санитарно-гигиенических условий
- условий для закаливания
- оптимального двигательного режима и соблюдение личной гигиены детей
- обеспечение их физического, психического и эмоционального благополучия

Проблему коррекции и устранения нарушений необходимо рассматривать с позиции оздоровления и обогащения правильно организованной физкультурно-коррекционно-развивающей среды.

**БЕЗ ДВИЖЕНИЯ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ ВЫРАСТИ ЗДОРОВЫМ !**





Детский сад "Теремок"



Детский сад "Теремок"



# ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

- воспитать физически развитого жизнерадостного ребенка путем формирования у него осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей
- создание психолого-педагогических условий для формирования эмоционального благополучия, бережного отношения к ребенку, уважение к индивидуальности и личности
- оптимизация режима двигательной активности детей путем усовершенствования организованных и самостоятельных форм функционально-оздоровительной деятельности детей
- систематизация мероприятий по организации двигательной активности детей
- поиск новых путей практической реализации современных технологий
- формирование интегрированных связей между двигательной, интеллектуальной, коммуникативной способностями
- создание здоровьесберегающей среды
- подготовка ребенка к саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни
- воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, развитие интереса к физической культуре и спорту



# ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- обеспечение сохранения и укрепления здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды, формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями развития физических качеств нравственных основ личности накопление двигательного опыта, коррекция психомоторных нарушений

- создание условий для развития и саморазвития и реализации потребности детей в двигательной активности, на базе соблюдения охранительного режима дня, совершенствования предметно-развивающей, материально-технической и экологической сред

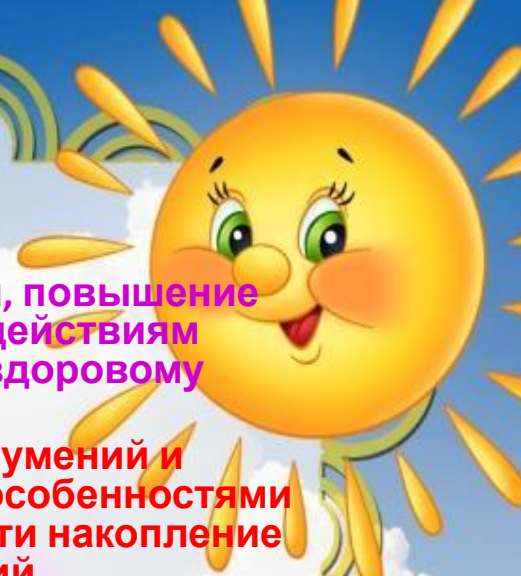
- создание образовательных технологий образовательной физической культуры и их внедрение в образовательный процесс по физическому направлению

- использование здоровьесберегающих технологий в режиме дня с учетом комплексно-тематического планирования

- организация интегрированных видов образовательной и игровой деятельности

- просветительско-воспитательная работа, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, воспитание культуры здоровья, динамическое наблюдение за состоянием здоровья детей, мониторинг «Готовность к школе»

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при усвоении комплексного использования всех средств физического воспитания





# ФОРМЫ ПРОЕКТА:

1. **Специально организованная деятельность**
2. **Совместная деятельность с детьми**
3. **Самостоятельная деятельность детей**
4. **Интеграция с другими образовательными областями**
5. **Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы**
6. **Взаимодействие со специалистами ДОУ**
7. **Внешние связи**

**Все формы работы позволяют повысить двигательную активность детей**



# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ:

- ✓ народные игры, подвижные игры, спортивные игры
- ✓ игровые упражнения, игровые задания
- ✓ гимнастика коррегирующая
- ✓ гимнастика пальчиковая
- ✓ гимнастика для глаз
- ✓ динамическая пауза
- ✓ релаксация
- ✓ прогулка
- ✓ утренняя гимнастика
- ✓ закаливание
- ✓ бодрящая гимнастика
- ✓ индивидуальная профилактическая работа
- ✓ свободная двигательная активность

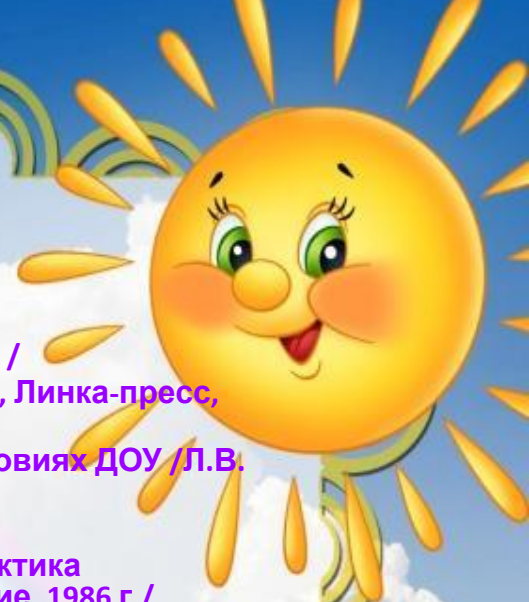


# РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

- соответствующее физическое развитие детей группы возрастной норме
- активность детей, владение навыками здорового образа жизни, формирование основных движений, физических качеств, накапливаемость резерва здоровья
- появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса
- показание высоких результатов мониторинга по снижению заболеваемости, двигательной активности и физической подготовленности, формирование личных качеств детей
- формирование элементарных представлений о пользе занятий физической культурой, освоение культурно-гигиенических навыков
- дети узнают большое количество упражнений, много подвижных игр, пальчиковых, дыхательных, зрительных, артикуляционных гимнастик

Большой эффект в реализации проекта будет достигнут комплексным подходом к оздоровительной работе

# Литература



1. Букварь здоровья /Л.В. Баль, В.В. Ветрова, 1995 г
2. Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ /Т.С. Яколева, 2006 г /
3. Развивающая педагогика оздоровления /В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егоров – М., Линка-пресс, 2000 г./
4. Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях ДОУ /Л.В. Кочеткова – М, МДО, 1999 г./
5. Физическая культура дошкольника /Т.В. Кудрявцева/
6. Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет. Теория и практика физической культуры, практическое пособие /В. Бальсевич – М, Просвещение, 1986 г./
7. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольников: методическое пособие /Н.Н. Ефименко – М, Линка-пресс, 1999 г./
8. Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, коммуникативного. Росту здоровым [текст] программ. Методическое пособие для дошкольников образовательных учреждений /В.И. Зимонина – М, ВЛАДОС, 2003 г./
9. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Учебное пособие /Э.Я. Степаненкова – М, Академия, 2001 г./
10. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов ДУ /М.А. Рунова – М, Мозаика-Синтез, 2000 г./
11. Педагогический контроль за состоянием физической подготовленности дошкольников. Тест-программа Москвы для дошкольников. Методические рекомендации – М, 1999 г.
12. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» И.Е. Варенин, С.Г. Кудрявцева
13. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючина
14. «Игры, которые лечат» Е.А. Бабенкова
15. «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина
16. «Азбука физкультминуток для дошкольников» В.И. Ковалько
17. «Скороговорки и чистоговорки» О.А. Новикова
18. «Развиваем мелкую моторику» О.И. Крупенчук
19. «Давайте чистым воздухом дышать» Д/в 1999 № 7
20. «Развитие звуковой культуры речи у детей» Е.В. Колесникова
21. Дополнительная литература