

*Физкультурно-оздоровительная работа
в МБДОУ ДСН № 56 «Северяночка»*

**ПРОЕКТ
«Физкультура – это здоровье!»**

Инструктор физической культуры
Пономарева Юлия Дмитриевна



Актуальность

- Оздоровительная работа с дошкольниками в последние десятилетия приобрела особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России, в том числе и детей. Причин тому много: это социальные, экологические, политические факторы и пр. В связи с этим ныне принимаются меры для изменения ситуации: развивается сеть оздоровительных центров и спортивных клубов, разрабатываются и апробируются на практике новые оздоровительные методики, адаптируются к современным условиям хорошо известные, но забытые методы, формы и средства оздоровления.
- Предметом нашего обсуждения в данном проекте станет такая форма оздоровительной работы, как утренняя гимнастика, образовательная деятельность по физической культуре, гимнастика после сна, закаливание.



«Физкультура – это здоровье!»

Участники проекта	Возраст	Тип проекта	Форма проведения
воспитанники группы, родители воспитанников, воспитатели групп, старшая медицинская сестра, воспитатели, инструктор по физической культуре (плавание)	дети от 5 до 7 лет	долгосрочный, групповой, познавательнo - оздоровительный	дневная (в рамках организации образовательного процесса на занятиях непосредственно образовательной деятельности и в повседневной жизни с учетом принципов частичной интеграции)



Физкультурно-оздоровительная работа:

Цель: охрана и укрепление здоровья детей, формирование предпосылок здорового образа жизни на основе создания эффективной здоровьесберегающей педагогической системы в дошкольном учреждении, повышение физической подготовленности через оптимизацию двигательной активности.

Задачи физкультурно-оздоровительной работы:

- 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.
- Применение здоровьесберегающих технологий в режиме дня с учетом комплексно-тематического планирования.
- Организация и проведение интегрированных видов образовательной и игровой деятельности
- Обеспечение безопасности и профилактика детского травматизма.
- Обеспечение индивидуально-дифференцированного подхода к детям.



Механизм реализации проекта

- Изучение программно-методической литературы по физкультурно – оздоровительной и спортивной работе в дошкольном учреждении.
- Организация и проведение работы с родителями по сохранению и укреплению здоровья воспитанников (использование ИКТ-технологий; размещение информации на персональном сайте, сайте образовательного учреждения: консультации, памятки, рекомендации по здоровьесбережению; проведение анкетирования, оформление папок-передвижек, уголков здоровья; проведение родительских собраний, совместных спортивных и оздоровительных мероприятий; организация участия воспитанников в спортивных соревнованиях).
- Организация и проведение закаливающих, профилактических мероприятий.
- (дыхательная гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия, ходьба по ребристым дорожкам и.п.).
- Организация и проведение физкультурно-оздоровительной работы в течении дня (утренняя гимнастика, физкультминутки, физкультурные занятия, подвижные игры и т.п.).
- Осуществление индивидуальной работы, дифференцированного подхода в работе с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии.



Принципы проекта

- принцип индивидуальности (обеспечение здорового образа жизни каждому ребенку с учетом его здоровья, подбор оптимальной физической нагрузки);
- принцип цикличности и систематичности (постепенное повышение нагрузки, по мере физической подготовленности);
- принцип оздоровительный (физкультурно-оздоровительная деятельность, обеспечение рационального общего двигательного режима, чередование двигательной и познавательной активности детей в продуктивных видах деятельности);
- принцип взаимосвязи с семьей (соблюдение единых требований ДООУ и семьи в воспитании здорового ребенка и вовлечение в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия)



Этапы работы над проектом

Подготовительный	Основной	Заключительный
<ul style="list-style-type: none">- обоснование актуальности темы, мотивация её выбора;- формулирование цели и задач проекта;- подбор методической и справочной литературы по тематике проекта;- подбор необходимого оборудования и пособий для практического обогащения проекта.	<ul style="list-style-type: none">- анализ собранной информации, выделение главной мысли;- организация работы над проектом;- реализация проекта.	<ul style="list-style-type: none">- анализ эффективности реализации проекта;- оформление презентации по результатам проекта



Формы физкультурно - оздоровительной работы

Специально организованная деятельность:

- утренняя гимнастика;
- непосредственно образовательная деятельность по физической культуре (виды: игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренировочные);
- бодрящая гимнастика, включающая в себя корригирующие упражнения по профилактике плоскостопия, нарушения осанки, дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж;
- подвижные игры, спортивные эстафеты, общеразвивающие упражнения, основные движений;
- гимнастика после сна;
- закаливающие мероприятия: босохождение, хождение по массажным коврикам, контрастное обливание ног, проведение утреннего приема на улице;
- проведение праздничных и досуговых мероприятий по физической культуре;
- участие воспитанников в спортивных соревнованиях



Формы физкультурно - оздоровительной работы

Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы:

- совместная физкультурно-досуговая деятельность,
- наглядная агитация по вопросам физического воспитания (стенды, памятки, газеты, выставки),
- организация совместного активного отдыха,
- оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной активности,
- посещение родителями режимных моментов,
- пополнение методической и познавательной литературы по здоровому образу жизни,
- анкетирование.

Взаимодействие со специалистами ДОУ

- консультации учителя-логопеда, педагога-психолога, инструктора по плаванию, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя, медицинского



Ожидаемый результат

- I. Снижения уровня заболеваемости
- II. Повышения уровня физической подготовленности детей.
- III. Родители проявят искреннюю заинтересованность в сохранении и укреплении здоровья детей ,готовность к сотрудничеству.

