

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 85
г. Белгород

Средняя группа № 9 «СМЕШАРИКИ»

(воспитатель – Черкесова Марина Александровна)

**Физкультурно-оздоровительный
проект «ЗДОРОВЯЧОК»**

Физкультурно-оздоровительный проект «ЗДОРОВЯЧОК»

Вид проекта - оздоровительный,
краткосрочный – 6 месяцев.

Цель: оздоровление детей, формирование
основ здорового образа жизни у детей
среднего дошкольного возраста.

Гипотеза проекта:

*мы предположили, что процесс оздоровления детей среднего дошкольного возраста будет эффективен, если будут соблюдаться следующие **педагогические условия**:*

- в процессе организованной, оздоровительной деятельности будут формироваться у детей **осознанное отношение к своему здоровью**, понимать значение и преимущество хорошего самочувствия;
- добиться, чтобы дети понимали, что **знание и соблюдение правил гигиены** поможет им сохранить здоровье, улучшить социальные контакты и настроение;
- процесс оздоровления дошкольников будет идти с **привлечением ближайшего социального окружения детей** – семьи.

Задачи проекта:

Оздоровительные задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям 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 спортивно-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;
- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.

Основные этапы и сроки реализации:

Проект реализуется в течение летнего периода

- 1 этап:** (подготовительный, диагностический) – май 2015 г.
- 2 этап:** (основной, практический) – июнь-август 2015 г.
- 3 этап:** (заключительный, аналитический) – сентябрь 2015 г.

Ожидаемые результаты:

У детей:

- сохранение и укрепление физического здоровья детей;
- привитие навыков безопасного поведения.

У родителей:

- совместное участие с детьми в оздоровительных мероприятиях;
- повышение компетентности в вопросах летнего отдыха.

У педагогов:

- разработка методического и практического материала по проекту;
- составление конспектов досуга и праздников;
- повышение компетентности в вопросах летнего оздоровительного отдыха.

Актуальность темы проекта:

В рамках опытно-экспериментальной работы педагогом (Черкесова М.А.) МБДОУ д/с комбинированного вида № 85 был разработан проект по здоровьесбережению на летний период «Здоровячок».

В здоровьесберегающем пространстве детского сада особое место занимает физкультурно-оздоровительная работа и правильная организация двигательной деятельности воспитанников с учётом индивидуальных особенностей детей, времени года и режима работы ДОУ. В работе по физическому воспитанию используется примерная образовательная программа «Детство», главная цель которой – оптимальная реализация оздоровительного, воспитательного и образовательного направления физического воспитания с учётом индивидуальных возможностей развития ребёнка.

Комплекс закаливающих мероприятий:

- соблюдение сезонной одежды;
- облегчённая одежда в детском саду;
- гимнастика после сна;
- дыхательная гимнастика;
- ходьба босиком по массажным дорожкам;
- самомассаж стоп и ушных раковин.

Содержание проекта

Формы работы	Ответственные	Сроки исполнения
I этап (диагностический)		
1. Изучение медико-педагогической литературы по вопросам здоровья детей.		
2. Анкетирование родителей и педагогов по данной проблеме.		
3. Уточнение данных о соматическом и психофизическом здоровье дошкольников.		
4. Разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий для детей ДОО в летний период.		

II этап (практический)

<i>Оздоровительные мероприятия</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Утренняя гимнастика на свежем воздухе2. Самомассаж рук, ушей Методика А. Уманской и К. Динейки3. Динамические паузы/физминутки4. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой5. Пальчиковая гимнастика (с предметами) с проговариванием стихотворных форм6. Физкультурный досуг «Джунгли зовут»
<i>Закаливающие мероприятия</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Обливание ног контрастной водой2. Солнечные и воздушные ванны3. Хождение босиком по мокрому и сухому песку, траве, асфальту.4. Закаливающее дыхание «Поиграем с носиком» Методика А. Уманской и К. Динейки

II этап (практический) (продолжение)

Профилактические мероприятия

- 1. Витаминизация**
- 2. Облегчённая одежда в помещении**
- 3. Беседы с родителями по профилактике заболеваемости в летний период.**
- 4. Разработка рекомендаций для родителей, регулярное обновление стенда «Здоровячок»**
- 5. Беседы с детьми «Разговор о правильном питании»; «Составление описательного рассказа о том, как я отдыхаю летом»; «Виды спорта» и др.**
- 6. Чтение художественной литературы**
- 7. Сюжетно-ролевые/дидактические игры, направленные на привитие культурно-гигиенических навыков, здорового образа жизни**
- 8. Театрализованные игры и драматизации**
- 9. Профилактика плоскостопия (хождение по ребристым дорожкам и др.)**
- 10. Гимнастика для глаз**
- 11. Игры, направленные на формирование правильной осанки (А.С. Галанов)**

III этап (аналитический)

1. Физкультурный праздник с участием родителей «Летняя спартакиада»

2. Создание банка методических разработок по здоровьесбережению в ДОУ (картотека игр, презентация гимнастики для глаз, физкультминуток)

3. Творческая выставка «Лето! Ах, Лето!» (с привлечением родителей)

4. Презентация проекта «Здоровячок»

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!