

ПРОЕКТ

Физкультурно-оздоровительный

"Малыши - крепыши"

для детей 2 младшей группы

Вид проекта: средне срочный, физкультурно - оздоровительный

Цель проекта: создать образовательную модель организации физкультурно - оздоровительной деятельности, на основе здоровьесберегающих технологий, обеспечивающую физический и психологический комфорт ребёнка в условиях ДОУ и дома.

Задачи проекта:

- Организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий понимания детьми смысла выполнения режимных моментов.
- Обеспечить комплексное решение физкультурно - оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками ДОУ.
- Обеспечить пропаганду здорового образа жизни, используя методы наглядной агитации.
- Формировать познавательное, позитивное отношение ребёнка к окружающему миру и эмоциональную отзывчивость к проблемам и переживаниям людей в зоне ближайшего окружения (родителей).
- Обеспечить безопасность жизнедеятельности ребёнка, разумное сочетание разнообразных зон деятельности.
- Сформировать конкретную образовательную модель здорового образа жизни младшего дошкольника.

Педагогические условия:

1. Помещение группы.
2. Групповой участок на улице.
3. Спортивная площадка.
4. Медицинский кабинет.
5. Спортивный зал
6. Музыкальный зал

Участники проекта:

1. Дети первой младшей группы
2. Воспитатели, медицинский работник , инструктор по физической культуре, родители, музыкальный руководитель.

Этапы проекта:

1. Подготовительный этап.

- 1.1. Определение цели и задач проекта, распределение должностных обязанностей среди членов коллектива по обеспечению условий реализации проекта.
- 1.2. Обеспечение условий для полноценного психического развития ребёнка.
- 1.3. Беседы с детьми, направленные на отношение ребёнка к миру, укреплению познавательных отношений.

2. Творческий этап.

- 2.1. Составление перспективного плана проекта. Определение тематики работы.
- 2.2. Составление конспектов мероприятий.
- 2.3. Изготовление пособий, атрибутов.
- 2.4. Определение участников проекта.
- 2.5. Консультирование и взаимодействие с родителями.

3. Рефлексивный этап.

- 3.1. Обобщение материала.

Краткое содержание проекта: Дошкольный возраст является решающим в формировании физического и психологического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый

на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний, и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Поэтому необходимо создавать такие условия, при которых осуществляется полноценное физическое развитие детей, реализуется потребность в движении.

В группе создан спортивный уголок, где располагаются различные физкультурные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду оборудован физкультурный зал для занятий с разнообразным оборудованием, тренажёрами, модулями. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, повышает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении. На территории детского сада имеется спортивная площадка «с полосами препятствий».

В целях оздоровительной и профилактической работы с детьми нами был разработан перспективный план по закаливанию. Ознакомление ребёнка с проблемами и переживаниями других людей, ставит целью дать детям конкретные знания и представления о мире, закладывать основы созидательного.

Данный проект направлен на создание образовательной модели, обеспечивающей физический и психологический комфорт ребёнка, формировать эмоциональную отзывчивость к проблемам и переживаниям других людей.

На втором этапе будут проведены беседы с детьми, игры - занятия, логоритмические упражнения, пальчиковые игры, дети смогут самостоятельно попробовать свои силы. Параллельно проводится работа с родителями, именно они могут помочь ребёнку вырасти здоровым. Поэтому необходимо повысить уровень знаний и интерес родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей. Результаты работы позволят сделать следующие выводы, что:

- комплексная система физкультурно- оздоровительной работы способствует оздоровлению_детей
- у родителей появится интерес к содержанию физкультурно – оздоровительной деятельности с детьми в условиях ДОУ и дома;
- повысится уровень психолого – педагогической грамотности родителей;
- вырастит уровень включённости родителей в оздоровительный процесс.

Блок №1

Физкультурно – оздоровительный

Задачи:

1. Организовать рациональный режим дня в группе, обеспечивающий физический и психологический комфорт ребёнка.
2. Обеспечивать понимания детьми выполнения режимных моментов.

Проводимая работа по этому направлению.

Самообслуживание:

1. Пальчиковая игра «Водичка, водичка»
2. Стихотворение Г. Лагздынь «Мы чистые»
3. Пальчиковые упражнения «Я сам», «Умывание», «Зайка умывается».
4. Дидактическая игра «Кукла купается»

Подготовка к еде.

1. Пальчиковые игры «Трава – мурава», «Сорока – белобока».
2. Дидактическая игра «Угощение кукол».

Подготовка ко сну.

1. Пальчиковая игра «Ночь пришла, темноту привела».
2. Потешка «Зайка».
3. Пение песенок «Сны гуляют по планете», «Спят усталые игрушки», «Спать не хочет бурый мишка», «Тишина».
4. Дидактическая игра «Уложим куклу спать».

После сна:

1. Потешки из книги «Потягушеньки – порастушеньки».
2. Русское народное стихотворение «Вот проснулся петушок».
3. Дидактическая игра «Оденем куклу»
4. Минутка – побудка.

Прогулка.

1. Занятие на улице «Прилетели к нам ласточки»
2. Комплекс логоритмических упражнений.
3. Игровое физкультурное занятие по сказке: «Репка»
4. Подвижные игры на улице: «Зайцы и медведь», «Курочка – хохлатка», «Смелые мыши».

Блок №2

Медико - профилактический

Задачи:

1. На основе глубокой диагностики физического состояния ребёнка обеспечить индивидуальные меры укрепления здоровья, обеспечения своевременного физического развития и совершенствования физической подготовленности.
2. Обеспечить комплексное решение физкультурно - оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками ДООУ.

Проводимая работа по этому направлению

1. Следовать рекомендациям врачей – педиатров по профилактике и лечению заболеваний, проведению оздоровительных мероприятий .
2. Проводить пропагандистко - медицинскую работу среди родителей по предупреждению заболеваемости.

Блок №3

Валеологический

Задачи:

1. Создать условия для полноценного физического развития детей.
2. Разработать противоэпидемиологические мероприятия.

Проводимая работа по этому направлению.

Профилактика:

1. Массаж кистей рук.
2. Комплексы игр по профилактике плоскостопия .
3. Комплексы игр по профилактике нарушений осанки.
4. Комплексы дыхательной гимнастики .
5. Снятие умственной усталости во время занятий (физкультминутки).

6. Прогулки на свежем воздухе.

7. Закаливание: - сон без маек - ходьба босиком - обширное умывание.

8. Кислородный коктейль .

9. Оптимальный двигательный режим.

. 10. Занятие босиком физкультурой .

11. Рациональная одежда детей.

Мероприятия на период повышенной заболеваемости гриппом и ОРЗ.

1. Фитонциды (лук, чеснок)

2. Полоскание полости рта настоем трав.

3. Витаминизация третьего блюда.

4. Фитотерапия (отвар шиповника).

5. Кислородные коктейли .

6. «Чесночные» киндеры - амулеты .

Блок №4

Информационно – научный.

Задачи:

1. Обеспечить пропаганду здорового образа жизни, используя методы наглядной агитации. 2. Повысить уровень знаний и интерес родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей.

Проводимая работа по этому направлению:

1. Создание банка данных детей (портфолио на каждого ребёнка).

2. Наглядное оформление группы по приобщению детей к ЗОЖ.

3. Консультации для родителей:

3.1. «Игры, для развития мелкой моторики».

3.2. «Если ребёнок заболел. Лечимся играя».

3.3. «Соблюдение режимов питания».

4. Оздоровительные игры.

4.1. «Зайка, попляши».

4.2 «Найди пуговку» .

4.3. «Весёлая карусель».

Блок №5.

Психолого – педагогической коррекции.

Задачи:

- 1.Создание комфортной, тёплой, уютной обстановки. Радужный, внимательный приём детей.
- 2.Способствовать своевременному и полноценному психическому развитию ребёнка.
- 3.Формировать отношение ребёнка к самому себе, и к окружающим его людям. Проводимая работа по этому направлению.
 - 1.Мероприятия по адаптации.
 - 1.1.Рассматривание с детьми домашних фотографий.
 - 1.2.Показ - обыгрывание любимой игрушки ребёнка.
 - 1.3.Дидактическая игра «Напой куклу чаем».
 - 1.4Дидактическая игра «Уложим куклу спать».
 - 1.5.Слушание песенок – потешек.
 - 1.6.Подарки игрушки - самоделки детям.
 - 2.Консультации для родителей.
 - 2.1. «Ребёнок поступает в детский сад»
 - 2.2. «В детский сад как на праздник».

Блок №6

Нравственный

Задачи:

- 1.Формировать познавательное, позитивное отношение ребёнка к окружающему миру.
- 2.Формировать эмоциональную отзывчивость к проблемам и переживаниям людей в ближайшего окружения.

Проводимая работа по этому направлению:

- 1.Занятие «Друзья».

Цель: развивать элементарные представления о дружеских взаимоотношениях.

- 2.Занятие «Ссора».

Цель: помочь ребёнку понять возможные причины возникновения ссор.

- 3.Занятие «Как помириться».

Цель: формировать у детей умения простым способом выхода из конфликта.

- 4.Занятие «Совместное дело».

Цель: помочь ребёнку понять, что вместе легче справиться с любым делом и интересно играть.

Блок №7

Экологический.

Задачи:

1. Организовать среду, доступную восприятию, пониманию ребёнка, удовлетворяющую его потребности.
2. Обеспечить безопасность жизнедеятельности ребёнка, разумное сочетание разнообразных зон деятельности.

Проводимая работа по этому направлению:

1. Работа в уголке природы.
2. Занятия по ознакомлению с комнатными цветами.
3. Прогулки на групповом участке .
4. Прогулка к остановкам экологической тропы ДОУ.

Блок №8

Научно – методический.

Задача:

1. Сформировать конкретную образовательную модель по здоровому образу жизни. Примерное перспективное планирование по здоровьесбережению .

| Месяц | Неделя | Содержание работ | Ответственные |
|----------|----------|---|---|
| Сентябрь | 1 неделя | Чтение потешек, пение песенок. Игры для профилактики правильной осанки «Походи босиком» . Консультация для родителей «Ребёнок поступает в детский сад». Оформление наглядного материала для ознакомления родителей с мероприятиями по профилактике гриппа и простуды. Создание банка данных (портфолио на каждого ребёнка). | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |
| Октябрь | 2 неделя | Игры для профилактики нарушений осанки «Походи босиком», «Лягушонок». Пальчиковая игра «Водичка – водичка» Подвижная игра | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |

| | | | |
|---------|----------|--|---|
| | | «Курочка – Хохлатка» Консультация для родителей «Особенности адаптационного периода детей раннего возраста в условиях ДООУ» | |
| Ноябрь | 3 неделя | Игры для профилактики нарушений осанки «Походи босиком», «Лягушонок», «Ласточка» Подвижная игра «Курочка – Хохлатка», «Зайцы и медведь» Пальчиковые упражнения «Умывание», «Я сам» Консультация для родителей «Игры для развития мелкой моторики» | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |
| Декабрь | 4 неделя | Пальчиковая игра «Зайка умывается» Подвижные игры «Курочка – Хохлатка», «Зайцы и медведь», «Смелые мыши» Игра по профилактике плоскостопия «Идём по ребристой доске» Консультация для родителей «Если ребёнок заболел. Лечимся играя» | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |
| Январь | 1 неделя | Игры по профилактике плоскостопия «Иди по ребристой доске», «Кач – кач» Подвижные игры «Курочка – Хохлатка», «Смелые мыши», «Зайцы и медведь», «Гуси – гуси» Дидактическая игра «Кукла купается» Оздоровительная игра «Зайка попляши» Консультация для родителей «В детский сад – как на праздник» | Воспитатели Инструктор по физкультуре Муз.руководитель Медсестра Родители |
| Февраль | 2 неделя | Игры по профилактике плоскостопия «Иди по ребристой доске», «Кач – кач», «Воробьи» Подвижные игры «Снежинки». «Санки» | Воспитатели |
| Март | 3 неделя | Комплекс логоритмических упражнений Подвижные игры «Курочка – Хохлатка», «Смелые мыши», «Воробушки и автомобиль», «Гуси – гуси» Оздоровительная игра «Найди | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |

| | | | |
|--------|----------|---|---|
| | | пуговицу» Консультация для родителей «Соблюдение режимов питания» | |
| Апрель | 4 неделя | Игры по профилактике плоскостопия и нарушения осанки Игровое физкультурное занятие по сказке «Репка» Оздоровительная игра «Весёлая карусель» Подвижные игры «Смелые мыши», «Воробушки и автомобиль», «Гуси – гуси» Консультация для родителей «Народные игры, песни в развитии творческих способностей детей» | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |
| Май | 1 неделя | Комплекс логоритмических упражнений Развивающая игра «Посади огород» Подвижные игры «Гуси – гуси». «Курочка – Хохлатка». «У медведя во бору», «Автомобиль и воробушки» Консультация для родителей «Лекарственные растения» | Воспитатели Инструктор по физкультуре Медсестра Родители |
| Июнь | 2 неделя | Дидактическая игра «Оденем куклу» Прогулка к остановкам экологической тропы ДОУ Подвижные игры «Гуси – гуси», «Воробушки и автомобиль». «Курочка – хохлатка». «У медведя во бору», «Воробушки и автомобиль», «Смелые мыши» Консультация для родителей «Этикет в семье» | Воспитатели Инструктор по физкультуре Муз.руководитель Медсестра Родители |
| Июль | 3 неделя | Дидактическая игра «Оденем куклу» Занятия на свежем воздухе «Прилетели к нам ласточки» Подвижная игра на улице «Зайцы и медведь» Консультация для родителей «Что делать если ребёнок упрямится» | Воспитатели |
| Август | 4 неделя | Пальчиковая игра «Пальчики» Прогулка к остановкам экологической тропы ДОУ Подвижные игры «У медведя во бору». «Смелые мыши». «Курочка – Хохлатка», «Воробушки и автомобиль» | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | Выставка совместных работ детей и родителей «Рисуем вместе с детьми» (нетрадиционные техники рисования) | |
|--|--|---|--|

Блок №9

Родители и дети

Задачи:

1.Формировать у детей умение проявлять доброжелательное отношение к родителям, быть внимательным к их просьбам, заботиться о близких, замечать состояние и настроение окружающих.

Проводимая работа по этому направлению:

- 1.Консультация для родителей «Не забудьте! Этикет в семье» .
- 2.Рассматривание семейного альбома.
- 3.Сюжетно – ролевая игра «Мой дом».
- 4.Игра «Пальчики»

