**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 36 III –IV видов»**

Ул. Бажова, 28, г.Озерск, Челябинской области, 456780

 **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ**

**«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»**

**средняя группа «Ласточки»**

**дошкольное отделение МБОУ СКОШ № 36**

**2016 – 2017 учебный год**

**Воспитатель: Торопчина И.А.**

**Содержание**

1. **Пояснительная записка**

 1.1. Проблема и актуальность

 1.2. Цель проекта

 1.3. Задачи проекта

 1.4. Принципы проекта

 1.5. Формы проекта

 1.6. Результативность

1. **Перспективно- тематическое планирование физкультурно – оздоровительной деятельности детей**
2. **Взаимодействие с родителями воспитанников**
3. **Методическое сопровождение**
4. **Пояснительная записка**

**1.1 Проблема и актуальность**

Анализ практики работы дошкольных образовательных учреждений показывает, что в последнее время немало дошкольных учреждений работает по новым комплексным программам, но они к сожалению ограничиваются рамками физического воспитания, направленными главным образом на развитие у детей основных качеств движений. Зачастую и родители не прививают ребенку потребность в здоровом образе жизни. Однако этого не достаточно.

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 развитии 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 в соответствии с индивидуальными особенностями детей

- правильного рационального питания

- создание и поддержании 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 !***

***Так появилась необходимость введения в жизнь детей проекта «Азбука здоровья и развития»***

**1.2 Цель проекта**

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с

учётом индивидуальных особенностей.

* 1. **Задачи проекта**
* Создать условия обеспечивающие охрану жизни и укрепления здоровья детей, обеспечение своевременного и полноценного физического развития.
* Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей, на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания.
* Способствовать развитию положительных мотиваций у воспитанников к проведению оздоровительных мероприятий.
* Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей, развитие самостоятельности, инициативности, активности.
* Определение эффективных путей оздоровления детей при взаимодействии с семьёй.
* Обучение и пропаганда знаний здорового образа жизни среди родителей и законных представителей воспитанников дошкольного отделения МБОУ СКОШ № 36.

**1.4. Принципы проекта**

**- принцип разностороннего развития личности**

активизация мыслительной деятельности детей, создание условий, в которых ребенок сам ищет рациональный способ решения

 **- принцип гуманизации**

физкультурно-оздоровительная деятельность строится на основе комфортности, с учетом желаний и настроений детей

 **- принцип индивидуальности**

обеспечение здорового образа жизни каждому ребенку с учетом его здоровья, интереса, подбор оптимальной физической нагрузки

**- принцип цикличности и систематичности**

постепенное повышение нагрузки, по мере физической подготовленности

 **- принцип оздоровительный**

обеспечение рационального общего двигательного режима, чередование двигательной и познавательной активности детей в продуктивных видах деятельности

 **- принцип взаимосвязи с семьей**

соблюдение единых требований ДОУ и семьи в воспитании здорового ребенка и вовлечение в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия и их оценка

 **- принцип доступности медико-социальной помощи**

 **- принцип ответственности сотрудников дошкольного отделения МБОУ СКОШ № 36**

 **- принцип соблюдения прав человека и гражданина**

 **- принцип обеспечения равных возможностей при реализации проекта оздоровления детей**

 **- принцип активности детей.**

* 1. **Формы проекта**

**Формы работы с детьми по данному направлению разнообразны:**

**1. Специально организованная деятельность**

 - гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов

 - гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.)

 - занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями подарками)

 - подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения

 - оздоровительный бег, босохождение

 - динамические паузы

 - бодрящая гимнастика (включающая коррегирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж)

 - гимнастика пробуждения

 - закаливающие мероприятия (босохождение, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны)

 - чесночно-луковая ингаляция

 - массаж

 - психологическая поддержка

 - прием детей на улице в теплое время года

**2. Совместная деятельность с детьми**

 индивидуальная здоровьесберегающая работа, подвижные игры, праздники и развлечения, участие в соревнованиях, коммуникативные игры, походы, минута тишины, музыкальные паузы, игровые беседы с элементами движений, Дни здоровья

**3. Самостоятельная деятельность детей**

 в спортивном уголке, на спортплощадке с использованием пиктограмм основных движений, схем наблюдения за поведением ребенка

**4. Интеграция с другими образовательными областями**

 «Художественно – эстетическое развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие».

**5. Взаимодействие с семьями воспитанников 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, обогащение литературы по здоровому образу жизни, анкетирование, вовлечение родителей в образовательный процесс «Вместе с мамой и папой»

**6. Взаимодействие со специалистами ДОУ**

 консультации логопеда, педагога-психолога, инструктора по ФК, музыкального руководителя, медицинского персонала, тифлопедагога, педагога – дефектолога.

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

* 1. **Результативность**

Основными результатами внедрения проекта станут:

* соответствие физического развития детей группы возрастной норме
* активность детей, владение навыками здорового образа жизни, накапливаемость резерва здоровья
* появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях воспитательно – образовательного процесса
* показание высоких результатов мониторинга по снижению заболеваемости, двигательной активности и физической подготовленности, развитие личных качеств детей
* развитие элементарных представлений о пользе занятий физической культурой, освоение культурно-гигиенических навыков
* повышение уровня физического и психического здоровья детей;
* нормализация общей и мелкой моторики;
* положительный результат темпов прироста физических качеств;
* повышение активности родителей в совместной работе по укреплению здоровья детей

**2. Перспективно- тематическое планирование физкультурно – оздоровительной деятельности детей**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сроки | Форма и тема мероприятия | Задачи |
| Сентябрь | Исследовательская деятельность: «Организм человека» | Познакомить детей с внешним строением тела; с возможностями тела (организма): я умею прыгать, петь, смотреть, слушать, есть, дышать, думать, помогать другим и т.д.   Воспитывать чувство гордости, что я – человек. Вызвать интерес к дальнейшему познанию. |
| Октябрь | Познавательная беседа: «Витамины на тарелке и здоровый организм» | Объяснить детям, как витамины влияют на организм человека. Дать детям сведения о лекарствах (их пользе, вреде). Применение по назначению врача, чужих лекарств не брать, о витаминах, продуктах, где они есть. Способствовать развитию элементарных навыков сдоровьесбережения. |
| Ноябрь | Познавательная игра: «Встреча с Мойдодыром». | Развить у детей понимание, значения и необходимости гигиенических процедур. |
| Декабрь | Спортивное развлечение: «Зимнее путешествие Колобка» | Воспитывать у детей желание заботиться о своем здоровье. Способствовать развитию представлений о том, что полезно, что вредно для организма. В игровой форме развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, гибкость Развивать двигательные навыки. |
| Январь | Игровая ситуация: «Будь здоров, Степашка!» | Вызвать у детей желание заботится о своём здоровье, стремление вести здоровый образ жизни: способствовать развитию представления дошкольников о зависимости здоровья от ухода за глазами, ушами, носом и зубами; ознакомление детей с различными видами гимнастик (гимнастика для глаз, дыхательные упражнения), массажа (массаж ушной раковины); развитие внимания, мыслительной активности, воображения детей. |
| Февраль | «Праздник забытых игр» | Способствовать созданию радостного настроения. Развивать у детей представление о народных играх, о здоровом образе жизни. В игровой форме развивать физические качества. Способствовать обогащению двигательного опыта детей. |
| Март | Сказка-беседа: «В стране Болючки».Практикум: Мойте руки перед едой». | Дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах, вирусах), о том как защитить себя от микробов. Способствовать развитию культурно – гигиенических навыков. Активизировать в речи соответствующие понятия. |
| Апрель | Физкультурный досуг: «ВеселыйСтадион» | Повысить интерес детей к физической культуре. В игровой форме развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, гибкость. Развивать мышечно-двигательные навыки, правильную осанку. Воспитывать доброту , отзывчивость. |
| Май | Познавательная беседа: «Солнце, воздух и вода». | Объяснить детям, что купаться, плавать, загорать полезно для здоровья только в том случае, если соблюдать определенные правила безопасности, рассказать о профилактике заболеваний (воздушных и солнечных ваннах, массаже, закаливании).  |

**3. Взаимодействие с родителями воспитанников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сроки | Форма проведения | Содержание |
| ДекабрьОктябрь | Родительский уголок: | «Выходные с пользой для здоровья».«Режим дня дошкольника». |
| МайЯнварьМарт | Папки– передвижки: |  «Закаливание организма»; «О здоровой и полезной пищи»; «Ребенок согнулся под тяжестью лет» (об осанке). |
| НоябрьМай | Консультации: | «Развитие у детей навыков личной гигиены».«Осторожно! Ядовитые растения!» |
| СентябрьАпрель | Совместные фотовыставки: | «Где бывали, что видали»;«Активный отдых семьи»; |
| ЯнварьФевраль | Дружеские встречи: | Семинар- практикум «Развитие мелкой моторики Су-Джок –терапией»;Спортивный праздник «Мы защитники». |
|  |

**Методическое сопровождение**

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 [текс] 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

***ИНТЕРНЕТ - ИСТОЧНИКИ***

<http://www.nauka-shop.com/mod/shop/productld/50722/>

<http://www.teoriya.ru/>

<http://www.dissercat.com/content/razvitie-dvigatelnykh-sposobnostei-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta-v-protsesse-modeliro>