

## Проект «Движение – основа здоровья».

### **Актуальность**

Нет задачи сложнее, а может важнее, чем вырастить здорового ребенка. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к 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. Проведенный опрос родителей показал, что: 100% - родителей хотят видеть своих детей здоровыми. Здоровье никому нельзя дать или подарить, его нужно сохранять и укреплять. Для того, чтобы собственное здоровье стало ценностью для ребенка необходимо переосмысления работы с дошкольниками в сфере физического воспитания, в воспитании чувств бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

**Цель проекта:** содействие укреплению здоровья, гармоничному физическому развитию детей, используя эффективные и современные формы физкультурно-оздоровительной работы.

**Образовательная область:** физическое развитие

**Области интеграции:** познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Вид проекта:** групповой, творческий, краткосрочный.

**Задачи проекта:**

1. Расширить и закрепить знания детей о спорте, его видах, о здоровом образе жизни, воспитывать любовь к физкультуре и спорту.
2. Способствовать тренировке всех систем и функций организма через специально организованные оптимальные для данного возраста физические нагрузки.
3. Развивать у детей общую выносливость и физические качества, в соответствии с индивидуальными и возрастными особенностями.
4. Повышение уровня компетентности родителей по вопросам здорового образа жизни.

**Участники проекта:**

- воспитанники групп с ТНР
- семьи воспитанников подготовительной с ТНР
- педагоги групп с ТНР

**Сроки реализации проекта:** 1 месяц

### **Этапы реализации проекта**

I этап – подготовительный (организационный)

1. Организация работы с педагогическим коллективом.
2. Составление плана работы, разработка конспектов мероприятий с детьми и родителями в рамках реализации проекта «Движение – основа здоровья».
3. Подбор методической литературы для реализации данного проекта.

II этап – основной (практический)

1. Организация работы с педагогами 15.01.
2. Введение в НОД оздоровительной цигун -гимнастики во всех группах.
3. Показ презентации об истории Олимпийских игр. 15.01 во время ОД
4. Утренняя цигун- зарядка с родителями 16.01.
5. Знакомство детей с разными видами спорта (презентация «Спорт») 12.01 во время ОД
6. Загадки о видах спорта во время ОД 15.01.
7. Чтение стихов о спорте.16.01.
8. Речевки об утренней гимнастике .16.01.
9. Пословицы о спорте в ООД17.01
- 10.Оформление папки-раскладушки для родителей «Домашний стадион» 25.01.-29.01
- 11.Конкурс рисунков «Мы со спортом крепко дружим» 15.01-29.01
- 12.Разгадывание кроссворда «Угадай игру по мячу» 22.01
- 13.Физкультурное развлечение поход-выходного дня «Вместе с мамой, вместе с папой быть здоровыми хотим» 28.01.(группа N2)

III этап – обобщающий

1. Анализ эффективности организованной образовательной деятельности с детьми.
2. Анализ уровня повышения компетенции и рефлексивности родителей в области физического воспитания и здоровьесбережения детей.
3. Презентация проекта.
4. Размещение материалов на сайте ДОУ.

## **План работы с родителями**

1. Анкетирование: «Какое место в вашей семье занимает физкультура»
2. Выпуск бюллетеней, буклетов, информационных листков по теме «Любимые игры нашего детства».
3. «Выставка семейных газет «Здоровый образ жизни в нашей семье»
4. Физкультурное развлечение поход-выходного дня « Вместе с мамой, вместе с папой быть здоровыми хотим»

## **Работа с педагогами**

1. Консультация «Роль воспитателя на физкультурном занятии в ДОУ»
2. Материал в уголке «Физкульт-УРА!» «Здоровье с детства»

## **Планируемые результаты**

### **Дети:**

- повышение уровня физической подготовленности;
- формирование умения осознанно выполнять физические упражнения для оздоровления своего организма;
- развитие координации, ловкости, быстроты, гибкости, силы, общей выносливости;
- расширение познавательного кругозора.

### **Родители**

- осуществление преемственности между ДОУ и родителями в приобщении детей к здоровому образу жизни.

### **Педагоги**

- повышение профессиональной компетентности педагогов;
- повышение творческого потенциала в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.