

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 133

Краткосрочная образовательная практика «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!» для детей раннего и дошкольного возраста, включая детей с ОВЗ

Составители: инструктор по физической культуре Хуббатуллина Л.С.
воспитатели Суярова С.А., Непомнящая А.В.

Актуальность

Здоровье – это естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность, занимающая самую верхнюю ступень на иерархической лестнице ценностей, а также в системе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, гармония и красота, смысл и счастье жизни, творческий труд, программа и ритм жизнедеятельности.

Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольной организации, ведь первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются в дошкольном возрасте. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим.

В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического, так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных.

Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща. Забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России. В соответствии с требованиями ФГОС была сформирована цель данного краткосрочного проекта.

Цель КОП: формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, потребности вести здоровый образ жизни; укрепление взаимоотношений взрослых и детей, привлечение родителей к участию в образовательном процессе.

Задачи КОП:

Оздоровительные:

1. Расширять знания о здоровье, здоровом образе жизни
2. Способствовать развитию стремления сохранять и укреплять здоровье посредством занятиями физической культурой и спортом

Образовательные:

1. Формировать начальные представления дошкольников о себе, своем теле, о здоровом образе жизни, о правилах гигиены и охране здоровья

2. Закреплять представление о пользе для здоровья прогулок и игр на свежем воздухе
3. Расширять представления о видах спорта и пользе занятий физкультурой

Развивающие:

1. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; прививать любовь к физическим упражнениям
2. Формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья

Воспитательные:

1. Воспитывать у детей осознанное отношение к здоровому образу жизни (необходимости закаляться, заниматься спортом)
2. Воспитывать привычку выполнять правила безопасности жизнедеятельности, гигиены и правильного питания

Задачи для родителей:

1. Повышать активность в участии в различных формах партнерства с дошкольной организацией по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.
2. Закреплять интерес к спорту, физическим упражнениям в семье.
3. Повышать грамотность в вопросах воспитания и укрепления здоровья детей.

Задачи для педагогов:

1. Создавать информационную базу по здоровому образу жизни: здоровьесберегающие технологии, физкультминутки, релаксации, виды закаливания, подвижные игры и др.
2. Формировать осознанное отношение к своему собственному здоровью.

Сроки реализации КОП: краткосрочный

Вид КОП: физкультурно-оздоровительный, познавательный.

Участники : дети раннего дошкольного возраста, включая детей с ОВЗ, инструктор по физической культуре, воспитатели, родители всех возрастных групп.

Ожидаемые результаты:

- У детей – сформированы простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, физические упражнения); повышена речевая активность, активизировался запас словаря; сформированы навыки осознанного выбора в пользу здорового образа жизни.
- У педагогов – вовлечены в практическую деятельность по ЗОЖ, повышена физкультурно-оздоровительная грамотность.
- У родителей – повышается заинтересованность в ведении здорового образа жизни в своей семье, формируется потребность в совместных занятиях физической культурой и спортом со своими детьми.

Содержание проектной деятельности

1 этап – подготовительный

1. Оформление группы в соответствии с темой дня.

2. Размещение информации для родителей в родительские уголки: «Здоровье – всему голова».
3. Разработка символики дня, название и девиз группы.
4. Подготовка валеологических игр и пособий, подборка музыкального сопровождения, мультфильмов, художественной литературы.

2 этап – практический

1. Проведение цикла тематических физкультурных занятий и мероприятий, бесед.
2. Чтение художественной литературы, просмотр мультфильмов.
3. Проведение просветительской и консультационной работы с родителями.

3 этап – заключительный

1. Выставка рисунков на тему: «Мы спортсмены»
2. Флэш-моб «Мы за здоровый образ жизни!»
3. Интеллектуальный конкурс-викторина «Спорт – наш друг»