

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 81»**

Проект

**«Оптимизация двигательного режима
детей старшего дошкольного возраста
через реализацию проекта
«Поезд здоровья»»**

Паспорт проекта

Название проекта: Оптимизация двигательного режима детей старшего дошкольного возраста через реализацию проекта «Поезд здоровья»

Участники проекта:

Заведующий Халиченко В.Э., старший воспитатель Лазарева Л.К., инструктор по физической культуре Беличко Е.В., воспитатели Семёнова М.В., Татанова О.В., Кондратьева Н.Н., Дьячкова И.В., Колосова С.В., дети и родители групп старшего дошкольного возраста.

Тип проекта: практико-ориентированный

Срок реализации проекта: 2014 – 2017 уч. г.

Продукт: Методические рекомендации по организации физкультурно - игровых часов с детьми старшего дошкольного возраста

Актуальность:

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Дошкольный возраст – важнейший период в жизни человека. Именно в дошкольном возрасте формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности.

К сожалению, в последние годы наблюдается ухудшение состояния здоровья детей, рост заболеваемости среди дошкольников, низкий процент детей с первой группой здоровья. Одна из причин ухудшения здоровья – двигательный дефицит, потеря естественного стремления к движению, которая подарена детям от природы. Полноценный двигательный режим необходим в первую очередь детям старшего дошкольного возраста. Именно они стоят на пороге нового жизненного этапа – школьной жизни, которая потребует от них повышенных умственных и нервно-психических нагрузок. В детском саду у детей данного возраста увеличивается объём и интенсивность образовательной деятельности в ущерб двигательной деятельности. Во многих семьях воспитанников ситуация аналогична: по результатам анкетирования около 70% родителей в вопросах подготовки детей к школе отдадут предпочтение интеллектуальной, специальной подготовке (умение читать, писать, считать), а физическая готовность и двигательный режим отодвигаются на второй план. В семьях нечасто проводятся совместные спортивные мероприятия, походы, прогулки на природу. В результате у детей наблюдается высокая утомляемость, снижены показатели здоровья, не в полной мере реализуется потребность детей в движении и подвижной игре. Мониторинг физической подготовленности, проводимый инструктором по физической культуре, дал следующие результаты:

Низкий уровень – 0

Ниже среднего – 3 человека, 13%;

Средний уровень – 16 человек, 69,6%

Выше среднего – 4 человека, 17,4%. Знания детей о пользе двигательного режима требуют уточнения и расширения.

Актуальность темы так же продиктована такими важными федеральными документами, как федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, в котором на этапе завершения дошкольного детства у ребёнка должна быть развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утверждённая Распоряжением Правительства РФ от 07.08.2009г. № 1101, где говорится о модернизации системы физического воспитания в дошкольном образовании, увеличении охвата детей, посещающих ДОО обязательными и дополнительными занятиями физической культурой по программам дошкольных образовательных учреждений.

Проблема: недостаточный двигательный режим детей старшего дошкольного возраста, необходимость разработки и внедрения новых форм двигательной деятельности.

Пути решения проблемы: увеличить двигательную активность детей за счет включения в режим дня инновационной формы двигательной активности - физкультурно - игровых часов. Физкультурно – игровые часы представляют собой цикл интегрированных занятий (интеграция игровой, двигательной и познавательной деятельности), включенных в единый проект «Поезд здоровья», тематика часов соответствует комплексно-тематическому, подвижные игры подобраны с учётом степени интенсивности, вплетены в единый игровой сюжет.

Цель проекта: создание условий для оптимизации двигательного режима детей старшего дошкольного возраста за счёт новых форм двигательной деятельности.

Задачи:

- Проанализировать условия, данные мониторинга, определить пути повышения двигательного режима старшего дошкольного возраста;

- Увеличить двигательную деятельность за счёт включения в систему работы физкультурно-игрового часа;
 - Обогащать знания детей о пользе движения, физических упражнений и спорта в жизни человека;
 - Проводить просветительскую работу среди родителей воспитанников о пользе двигательного режима в детском саду и семье, вовлекать их в физкультурно-оздоровительную работу через организацию совместных мероприятий;
 - Повысить профессиональную компетентность педагогов в вопросах организации физкультурно-игровых часов;
- Разработать методическое сопровождение проекта (конспекты бесед, перспективное планирование, конспекты физкультурно-игровых часов, консультации для родителей).

Основные ресурсы для реализации проекта:

1. Интеллектуальные: потенциал коллектива, система работы детского сада по охране и укреплению здоровья воспитанников, методическая литература, методические материалы по вопросам здоровьесбережения, данные мониторинговых исследований, Интернет-ресурсы.
2. Материальные: спортивный зал, спортивное оборудование, атрибуты для проведения подвижных игр, ТСО.
3. Профессиональные: квалифицированные воспитатели, инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории. Владение педагогами современными технологиями (здоровьесберегающими, игровыми, ИКТ технологиями, технологией проектирования).
4. Управленческие: наличие квалифицированного административного персонала, наличие системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, системы мониторинга, системы взаимодействия с социальными партнёрами.

Практическая направленность: опыт может быть использован инструкторами по физической культуре, воспитателями детских садов, учителями начальных классов при организации внеурочной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- Повышение двигательной активности детей старшего дошкольного возраста, расширение двигательного опыта новыми двигательными действиями;
- Улучшение показателей здоровья и физической подготовленности, эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста;
- Повышение компетенции педагогов и родителей в вопросах организации двигательной деятельности детей;
- Пополнение методической копилки детского сада материалами по здоровьесбережению.

Схема-модель проекта:

Мы предполагаем, что для достижения целей проекта необходимо выделить следующие направления в работе:

- работа с родителями (законными представителями)
- работа с воспитанниками
- работа с педагогами

Работа в рамках реализации проекта предполагает использование следующих здоровьесберегающих технологий:

- игровые здоровьесберегающие технологии
- дыхательная гимнастика
- самомассаж, взаимомассаж

- пальчиковая гимнастика, упражнения на профилактику плоскостопия, нарушений осанки,
- фитбол-гимнастика.

Основные этапы проекта

1 этап - подготовительный

2 этап - основной (реализация проекта)

3 этап - заключительный

Этапы реализации проекта

| Основные этапы | Сроки | Содержание работы |
|------------------|-----------------------------|--|
| Подготовительный | Сентябрь – декабрь 2014г | анализ состояния здоровья детей; анализ физической подготовленности детей; анализ двигательного режима в старшем дошкольном возрасте (5-7 лет); оценка кадровых и материально – технических условий ДОУ; анализ методического обеспечения по вопросам здоровьесбережения. Организация работы творческой группы по разработке и реализации проекта. |
| Основной | Январь 2015 – январь 2017г. | - Комплекс мероприятий, обеспечивающих реализацию проекта: Разработка перспективного планирования, сценариев физкультурно-игровых часов. Изготовление атрибутов, подбор музыкального репертуара. Работа с родителями (консультации, семинары-практикумы, совместные физкультурно-оздоровительные мероприятия, стендовая информация) Работа с детьми (беседы, проведение физкультурно-игровых часов в рамках проекта «Поезд здоровья») Работа с педагогами (семинары-практикумы, консультации) Работа творческой группы по корректированию методических материалов |
| Заключительный | февраль – май 2017 | -итоговая диагностика детей, мониторинг здоровья, анкетирование родителей, педагогов, -самоанализ результатов, - подведение итогов, обобщение оформление результатов работы, создание методического продукта, - трансляция опыта на уровне города, на сайтах |

Подготовительный этап

Задачи:

- провести анализ условий для организации и повышения двигательного режима детей, созданных в детском саду (материально-технических, кадровых, методического обеспечения);
- провести анализ заболеваемости, физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста;
- проанализировать двигательный режим в старшем дошкольном возрасте;
- организовать работу творческой группы по выявлению проблем, разработке и реализации проекта;
- разработать методическое обеспечение проекта.

Мероприятия:

- Анализ условий для разработки и реализации проекта (кадровых, материально-технических, методических);
- Анализ нагрузки, двигательного режима детей старшего возраста в детском саду и дома (опрос детей и родителей, сбор информации о дополнительном образовании);
- Мониторинг здоровья, физической подготовленности детей;
- Анкетирование родителей «Двигательный режим в семье»;
- Создание творческой группы для разработки и реализации проекта;

Основной этап - реализация проекта

Задачи:

- разработать методическое сопровождение проекта (разработка перспективного планирования, сценариев физкультурно-игровых часов);
- проводить просветительскую работу с родителями о пользе двигательного режима, вовлекать их в совместную работу по здоровьесбережению детей;
- проводить мероприятия с детьми в рамках реализации проекта

Мероприятия:

- Беседы с воспитанниками о здоровье, пользе двигательного режима;
- Мероприятия с детьми в рамках реализации проекта «Поезд здоровья» (физкультурно-игровые часы);
- Мероприятия с родителями: Открытые занятия с участием родителей «Гимнастика вдвоём», «Весёлые бегунки», «Физкультура и спорт здоровье бережёт», «Цирк зажигает огоньки». Создание папок – передвижек «От движения – к здоровью», «Как провести выходной с пользой для здоровья ребёнка», День здоровья «Я здоровье берегу – сам себе я помогу», фотоотчёты о реализации с детьми проекта «Поезд здоровья». Участие родителей в конкурсе спортивных уголков.
- Мероприятия с педагогами: Консультация «Физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии», семинар-практикум «Организация и проведение физкультурно-игровых часов», консультация «Организация подвижных игр с детьми старшего дошкольного возраста», конкурс спортивных уголков, КПК «ФГОС: здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии».

Заключительный этап

Задачи:

- подвести итоги, проанализировать полученные результаты,
- оформить результаты работы
- создать методические рекомендации по организации физкультурно-игровых часов
- Транслировать опыт на уровне города

Мероприятия:

- Мониторинг здоровья, физической подготовленности, оформление результатов мониторинга;
- Анализ результатов проекта, обобщение полученных результатов, оформление методических продуктов проекта;
- Открытое мероприятие для педагогов города, открытые итоговые занятия для родителей, публикация наработанных материалов на сайте учреждения.