

Муниципальное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад №2 «Радуга» д. Горбунки
Группа № 13



***Развитие двигательной активности детей
среднего дошкольного возраста
посредством подвижных игр***

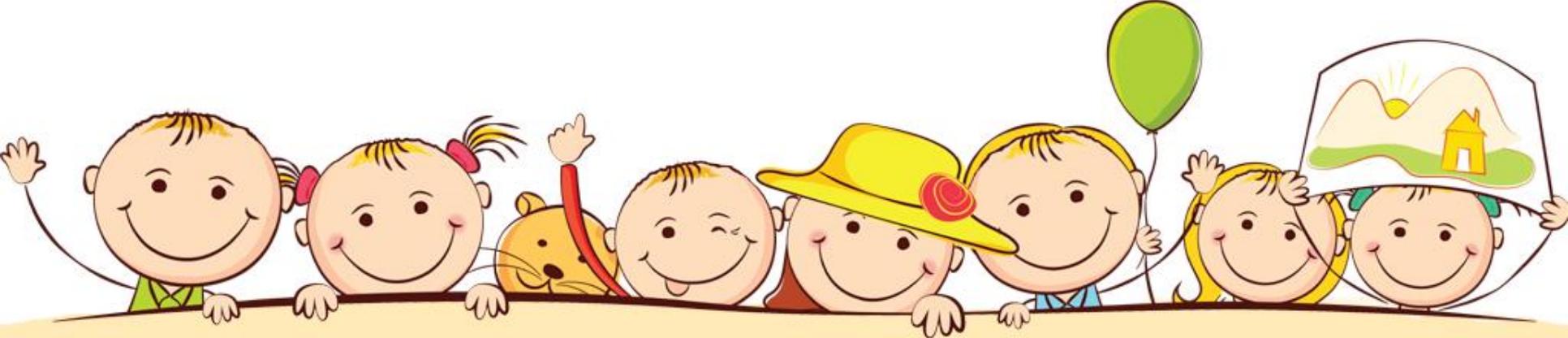
**Выполнила Чистякова
Наталья Валентиновна**

Горбунки ноябрь 2020

Актуальность



Сегодня защита физического и психического здоровья дошкольников является одной из приоритетных задач дошкольных образовательных учреждений. Актуальность данной темы состоит в том, что современные дети в большинстве своём испытывают двигательный дефицит, т.е. количество движений, производящих ими в течении дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что дети большую часть времени проводят в статическом положении: за столом, у телевизора, у компьютера и т. д. Это увеличивает статическую нагрузку на определённые группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, координации движений и т.д. Таким образом, интенсивность физического развития детей, их здоровье зависит от их двигательной активности. Поэтому именно в период дошкольного детства, когда закладываются все основы для будущей взрослой жизни необходимо сформировать у детей осознанную позицию ценности здоровья и его значимости.



Объект исследования процесс развития двигательной активности у детей дошкольного возраста

Предмет исследования подвижные игры как средство развития двигательной активности

Цель проекта приобщать воспитанников к здоровому образу жизни через удовлетворение их естественных потребностей в движении, познании и общении посредством подвижных игр.

Задачи



Образовательные

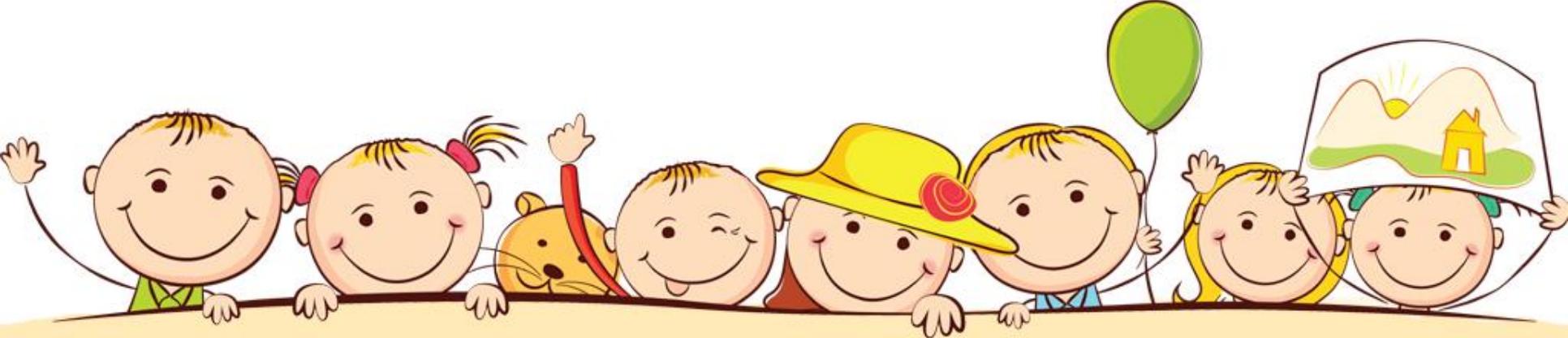
- Изучить теоретические основы влияния подвижных игр на развитие двигательной активности детей
- Создать благоприятную психологическую обстановку, развивающую предметную среду, побуждающую воспитанника к двигательной активности
- Расширять знания детей о разных видах подвижных игр

Развивающие

- Совершенствовать координацию движений, двигательной и коммуникативных способностей, организованности и внимательности, умение действовать сообща
- Закреплять необходимость соблюдать условия(правила) игры, развивать речь детей, их познавательный интерес и инициативность

Воспитательные

- Воспитывать у дошкольников стремление участвовать в играх, развивать быстроту и точность реакции, тренировку ловкости, умение действовать по сигналу, потребность к здоровому образу жизни

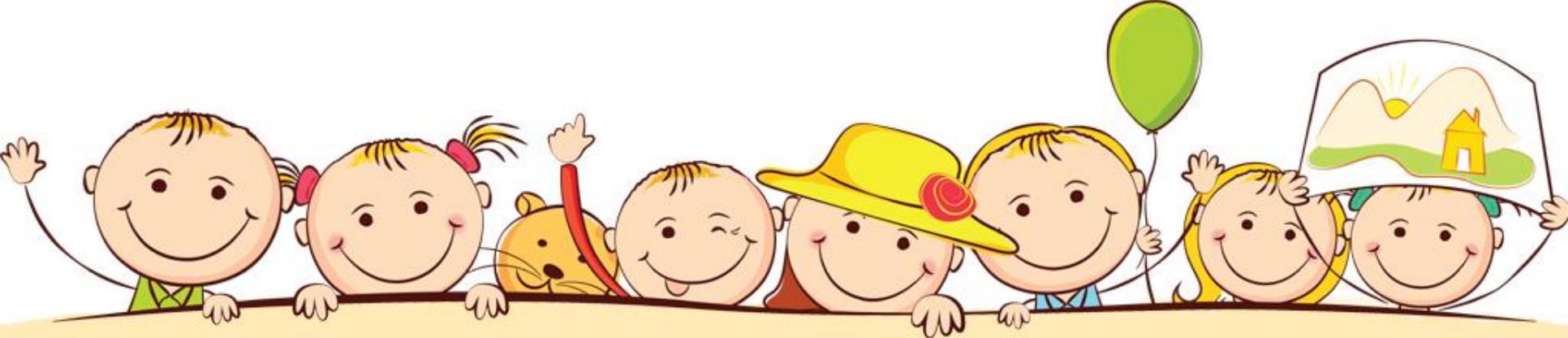


Практическая значимость

состоит в возможности использования подвижных игр и для развития двигательной активности детей среднего дошкольного возраста в различной совместной и самостоятельной деятельности

Гипотеза

Развитие двигательной активности дошкольников будет более эффективной при использовании подвижных игр



Сроки реализации проекта

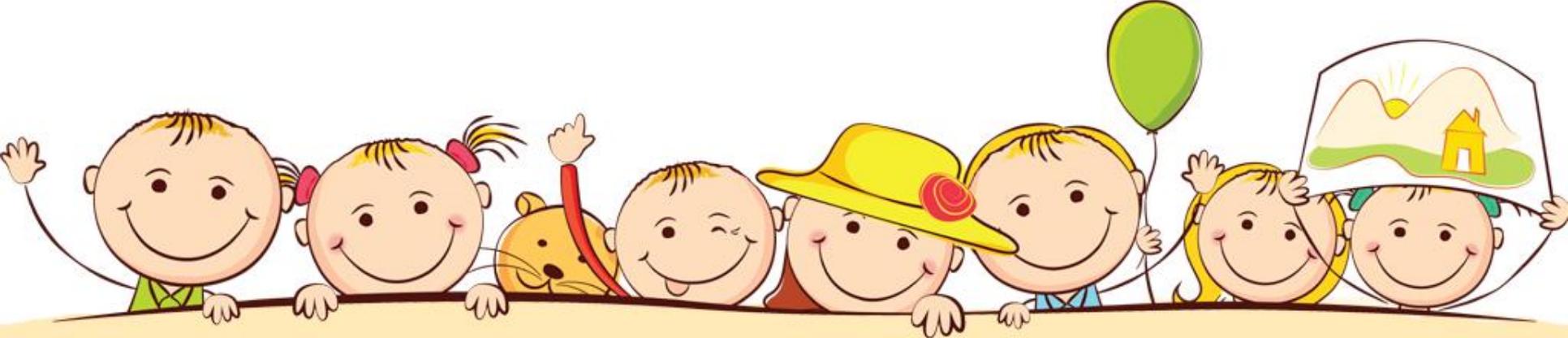
Ноябрь 2020

Участники проекта

дети – воспитатели – родители

Тип проекта

Познавательно-игровой



Ожидаемый результат

Сформирована потребность в здоровом образе жизни, а так же в организации двигательной активности, научились соблюдать правила во время игры, распределять роли. Постепенно формируется самостоятельное использование подвижных игр в разных видах деятельности на прогулке в группе.

Повышено эмоциональное, психическое и физическое благополучие детей.

Этапы



Подготовительный

Цель: изучение возможностей и потребностей детей в двигательной активности

- Изучение литературы
- Подбор подвижных игр и атрибутов
- Совместная работа с родителями по подготовке к проекту

Основной

Цель: создание условий для развития двигательной активности для сохранения и укрепления здоровья детей

- Совместная деятельность с детьми (игры, беседы), знакомство с разными подвижными играми
- Совместная деятельность с родителями (консультации, папки передвижки, игры совместно с родителями)

Заключительный

Цель: совершенствование результатов проекта

Основные мероприятия по реализации проекта



Совместная деятельность воспитателя с детьми

- Игры – занятия познавательного характера
- Беседа «Наши любимые игры»
- Спортивные эстафеты, досуговые мероприятия
- Подвижные, народные игры
- НОД с использованием подвижных игр

Совместная деятельность воспитателя с детьми и родителями

- Фото детей (по намеченной тематике)
- Организация просмотров тематических видеофильмов о ЗОЖ
- Консультации «Роль подвижных игр в дошкольном возрасте»
- Рисуем вместе «ЗОЖ»

Подвижные игры в НОД



Физическая культура



Музыкальные занятия



В образовательном процессе



В образовательном процессе



В образовательном процессе



В образовательном процессе



Игры на прогулке



Игры на прогулке



Игры на прогулке



Гимнастика пробуждения



Игры на прогулке



Игры на прогулке



Консультации для родителей



Здоровый образ жизни в семье

Понятие о здоровом образе жизни включает в себя много аспектов.

• Во-первых, соблюдение режима дня. В детском саду режим соблюдается, а вот дома не всегда. Необходимо объяснить детям, что нужно рано ложиться и рано вставать. И неукоснительно соблюдать это правило.

• Во-вторых, это культурно-гигиенические навыки. Дети должны уметь правильно умываться, знать, для чего это надо делать. Вместе с детьми рассматривайте ситуации защиты от микробов и сделайте вывод, который дети должны хорошо усвоить: не есть и не пить на улице; всегда мыть руки с мылом, вернувшись с улицы, перед едой, после туалета. Вместе с детьми посчитайте, сколько раз в день им приходится мыть руки.

• В-третьих, культура питания. Нужно есть больше овощей и фруктов. Рассказать детям, что в них много витаминов: А, В, С, Д, в каких продуктах они содержатся и для чего нужны.

- **Витамин А** - морковь, рыба, сладкий перец, яйца, петрушка. Важно для зрения.

- **Витамин В** - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох (для сердца).

- **Витамин С** - цитрусовые, капуста, лук, редис, смородина (от простуды).

- **Витамин Д** - солнце, рыбий жир (для косточек).

• В-четвертых, это гимнастика, занятия спортом, закаливание и подвижные игры. Если человек будет заниматься спортом, он проживет дольше. "Береги здоровье смолоду". Дети должны знать, почему так говорят. Обязательно ежедневно проводить гимнастику. Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка.



АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ



Обеспечение проектной деятельности



Методическое:

- ✓ 1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014. — 368
- ✓ 2. Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2011.
- ✓ 3. М.М. Борисова Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3-7 лет. М.: Мозаика – Синтез, 2015.
- ✓ 4. Карточка подвижных игр.
- ✓ 5. Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева, М. А. Рунова "Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений", Москва, "Мозаика-Синтез", 1999.



Спасибо за внимание!

