Проект «Растем здоровыми»

(нестандартное оборудование для физических упражнений)

Актуальность:

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели: физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей, в дошкольном возрасте всего около 5-6% детей можно назвать абсолютно здоровыми, 23-26% имеют хронические заболевания, остальные - ослабленное здоровье.

Интерес к здоровью детей обусловлен все возрастающей тенденцией к росту заболеваемости, снижением функциональных способностей детей и темпов их физического и умственного развития. Детство является ключевым периодом жизни, когда формируются все морфологические и функциональные структуры, определяющие потенциальные возможности взрослого человека. Поэтому на этапе дошкольного возраста, когда жизненные установки детей еще недостаточно прочны и нервная система отличается особой пластичностью, необходимо формировать мотивацию на здоровье и ориентацию их жизненных интересов на здоровый образ жизни.

Каждому ребенку свойственен определенный уровень двигательной активности, который в большей степени обусловлен индивидуальными особенностями его высшей нервной системы.

Важным средством физического развития детей является богатая и разнообразная развивающая среда. Как обеспечить ее в небольшой заставленной игрушками и мебелью групповой комнате детского сада?

Оптимальный выход видится нам в простых пособиях, атрибутах, которые помогут создать фон для игры и занятий, дополнить или подсказать новое упражнение. Оборудование, объединяющее физические упражнения с игрой, создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности.

Проблема:

Развитие движения в старшем возрасте – это потребность или путь к здоровью?

Цель:

Нестандартное оборудование позволяет более быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки, способствовать повышению интереса к физическим упражнениям.

Задачи:

1) Формирование и поддержка интереса у детей к выполнению основных видов движений, упражнений для разных групп мышц.

2) Приобщать детей к здоровому образу жизни.

3) Развитие творчества, фантазии при использовании нетрадиционного оборудования.

4) Вызвать у детей интерес к использованию нетрадиционного оборудования в свободных видах деятельности.

5) Создание развивающей предметной среды, условий для развития двигательной активности детей (пополнение групповых физкультурных уголков)

Предполагаемые результаты:

Нестандартное оборудование – это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Многообразен и непредсказуем мир вещей, способных обрести вторую жизнь благодаря творчеству, выдумке и умелым рукам.

На смену исчезающим бытовым материалам мы выбрали современные предметы, которые привлекли нас необычными формами и материалами из которых они сделаны: футляры от киндер-сюрпризов, баночки из под йогуртов, галстуки, ведерки, колготки, прихватки, а также всевозможные упаковки, пробки и т. д. Эти бесполезные на первый взгляд предметы превратились в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик. Детям при выполнении упражнений на занятиях и вне занятий должно быть, прежде всего, интересно. Эту важную роль и выполняет нестандартное оборудование.

Учитывая возраст детей наших групп, мы внесли ряд пособий для развития крупной моторики детей. В основном все это нестандартное оборудование.

Участники реализации проекта: воспитанники ДОУ, воспитатели, родители.

Сроки реализации: долгосрочный.

Сотрудничество с родителями:

1. Семейная творческая мастерская по теме «Физкульт-ура», включает в себя изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования.

2. Выпуск стенгазеты «Здоровый образ жизни»

3. Организованная в холле детского сада выставка «Здоровый образ жизни»

Перечень нестандартного оборудования:

1. Массажные дорожки

2. Змеи и гусеницы

3. Гантели для ног

4. Косички

5. Моталочки

6. Ходунки

7. Косички

8. Каталки и сойки для прыжков

9. «Накорми птенца»

10. Ракетка

11. Ласты

12. Рукавички-липучки.

13. Ведерки.

14.Ласты.

15.Султанчикии волчки.

16.Моталочки «Веселые снеговики» и черепаха.

17. Туннель.

«Массажная дорожка»

Использовать для массажа ступней, ходьбе с целью профилактики плоскостопия.

«Змейки» и гусеницы.

Использовать для перешагивания, перепрыгивания, построения в шеренгу, колонну, круг.

«Туннель»

«Гантели для ног»

Использовать для массажа стоп.

Цель: стимулировать работу внутренних органов.

«Ходунки»

Развитие координации движений и равновесие.

«Колечки».

Формирование правильной осанки.

«Косички»

Для выполнения общеразвивающих упражнений.

«Каталки» и «стойка для прыжков»

Развитие координации движений, формировать умение прыгать в высоту, перешагивать через преграду, укреплять мышцы.

«Накорми птенца»

«Ракетка»

«Ведерки»

Используются в качестве ориентиров, для перешагивания, передвижения змейкой, также для ……..

«Рукавички-липучки»

«Ласты»

Учить шагать, поднимая ноги.

«Султанчики» и «волчки», моталочки «Веселые снеговики» и черепаха.

Цель: учить детей координировать свои движения, развивать мелкую моторику рук, быстроту движений, ловкость, воспитывать выдержку.

Общий анализ работы позволяет сделать вывод, что красочное нестандартное оборудование помогает в сохранении и укреплении здоровья наших детей.