

ПРОЕКТ

по физическому воспитанию детей дошкольного
возраста

«*Просыпалочка*»

Разработала:
Ябжанова Т.В. воспитатель 1 категории

Через движение и игру – к воспитанию Человека будущего!

Актуальность проекта.

Человек-совершенство природы. Но для того, чтобы он мог пользоваться благами жизни, наслаждаться ее красотой, очень важно иметь здоровье. «Здоровье – не все, но без здоровья -ничто»,-говорил мудрый Сократ.

В настоящее время мы переживаем один из непростых исторических периодов. И самая большая опасность, подстерегающая наше общество сегодня, - не в кризисе экономики, не в смене политической системы, а в разрушении личности. Ныне материальные ценности доминируют над духовными, поэтому у детей искажены представления о доброте, милосердии, великодушии, справедливости, гражданственности и патриотизме. Продолжается разрушение института семьи: в настоящее время семейное воспитание находится в стадии кризиса. Причинами кризиса современной семьи и семейного воспитания является рекламирование СМИ образцов низкопробной культуры, разгул бескультурья, распущенности, эгоизма и насилия; материальные ценности доминируют над духовными, поэтому у детей искажены представления о милосердии, великодушии, доброте, справедливости, патриотизме, гражданственности.

Основная наша цель заключается в том, чтобы на основе сотрудничества семьи и ДООУ воспитать физически здоровую личность, стремящуюся к духовному росту, доброте, способную противостоять злу.

Наш проект- это поиск новых подходов, нового содержания, новых форм и новых решений в воспитании у детей духовности и нравственности.

Чтобы сделать девочек и мальчиков счастливыми надо сделать их здоровыми, привить любовь к спорту и здоровому образу жизни – без этого невозможно гармоничного развития личности. А.П.Усова, К.Д.Ушинский, П.Ф.Лесгафт отмечали, что подвижные игры являются ценнейшим средством всестороннего воспитания личности ребенка, развития у него нравственных качеств: честности, правдивости, выдержки, дисциплины, товарищества.

Система духовно – нравственного воспитания включает следующие направления:

- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- эстетическое развитие детей;
- сотрудничество семьи и ДООУ
- обращение к духовно – нравственным традициям и ценностям своего народа.

Проект ориентирован не столько на двигательное развитие ребенка, как на формирование эмоционального благополучия ребенка, устойчивой психики,

интеллекта. Главное внимание постарались уделить проблеме выработки навыков формирования жизненной позиции. Ведь осознание своих личных способностей и возможностей, которое приходят к ребенку к 7 годам, необходимо для дальнейшего полноценного развития личности.

Цель проекта: создание системы работы по становлению духовно-нравственных качеств и эмоционального благополучия ребенка.

Задачи:

- Обеспечивать психологическое благополучие и здоровье детей;
- Развивать познавательные способности, творческое воображение и мышление, коммуникативные навыки.
- Воспитывать физические качества: быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость.

Вид проекта: познавательно- практический.

Принцип интеграции: сочетание обучения и духовно-нравственного воспитания в эстетическое, интеллектуальное, физическое развитие

Срок реализации: долгосрочный (сентябрь 2017- май 2018)

Участники реализации проекта:

- Дети 2-ой младшей группы №8
- Педагоги (физ.инструктор, муз.руководитель и воспитатель)
- Родители.

Теоретическая интерпретация:

1. Теория развития способностей и духовно- нравственных качеств в детском возрасте, разработанная Л.Я. Венгером. Творческие способности проявляются в апробировании нового материала, в совместно со взрослыми и детьми, процесс освоения новых способов действия, но самое главное в формировании замыслов и их реализации.
2. Теория деятельности, разработанная А.Н. Леонтьевым, Д.Б. Элькониним, В.В. Давыдовым. Согласно их теории, развитие ребенка осуществляется в процессе различных деятельностей. Для ребенка-дошкольника это, прежде всего игра и двигательная активность. Развитие способностей ребенка делает его подлинным субъектом деятельности.
3. Нетрадиционная методика организации физического воспитания дошкольников – «ситуационные мини-игры», представлена педагогами Е.В.Жердевой и Н.Ф.Дик. Разработана она на основе специфики инновационной образовательной программы для ДОУ Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания дошкольников». Уникальная авторская система построена на ключевых моментах двигательного развития дошкольников: играя -оздоравливать, играя -воспитывать, играя -развивать, играя -обучать)

Каждый новый день в детском саду начинается с утренней гимнастики, которая имеет большое оздоровительное и воспитательное значение. Именно утренняя зарядка заряжает энергией на весь день. Поэтому наши педагоги решили творчески подойти к организации утренней зарядки, а также гимнастики пробуждения после дневного сна.

Разработанный нами проект является новым подходом к физическому воспитанию детей. Используемые упражнения на физзарядке и гимнастики пробуждения представляют собой ситуационные мини-игры, в которых дети

вступают в этап ролевой, имитационной игры, выступая то в ролях животных, то в роли птиц, насекомых или сказочных героев.

Общепринятая структура основных движений видоизменена, учитывая, что ни одного этапа двигательного развития новорожденного игнорировать нельзя, поскольку в природе нет ничего «лишнего», а предыдущий вид движений предполагает последующий. В соответствии с этим мы выделили основные двигательные режимы: лежачий, ползательный, сидячий, стоячий, ходьбовой, лазательный, беговой, прыжковой.

Ситуационные мини-игры решают задачи физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения, способствуют улучшению эмоционального состояния.

План реализации проекта

1 этап – подготовительный. На этом этапе создается информационная база для реализации проекта.

2 этап – основной. Реализация основных видов деятельности по направлениям проекта.

3 этап – заключительный. Итоговый, включающий в себя сбор и отработку диагностических результатов, и соотнесение поставленных задач, прогнозируемых результатов с полученными результатами.

Ожидаемые результаты

При условии реализации данного проекта мы рассчитываем получить следующие результаты:

Через приобщение детей к здоровому образу жизни достичь сплоченности детского коллектива и создания в нем эмоционального благополучия.

Изменится стиль общения взрослого с ребенком (субъектно-субъектный) Родители станут активными участниками образовательного процесса.

Взаимодействие с семьей позволит добиться наибольших результатов в работе с дошкольниками.

Приложение 1

Перспективный план работы по реализации проекта «Просыпалочка»

Этапы реализации	Содержание работы	Участники проекта
Подготовительный	Разработка проекта, сбор информации, материала для реализации проекта. Составление плана проекта, определение сроков реализации и ответственных за отдельные этапы проекта. Разработка конспектов утренней зарядки, гимнастики после сна. Подбор видеоматериалов Разработка информационного материала для родителей. Диагностика физического и эмоционального состояния детей, Анкетирование родителей по проблеме духовно-нравственных ценностей.	Педагоги МАДОУ, родители.

	Изучение семей, семейных традиций, взаимоотношений в семье.	
Основной	<p>СЕНТЯБРЬ- ОКТЯБРЬ Тема: «В мире животных» раскрытие нравственной стороны познания окружающего мира, его богатства, красоты и разнообразия; воспитание чувства ответственности по отношению к природе, понимание взаимосвязи живой и неживой природы; формирование средствами предметов художественно-эстетического цикла духовно-нравственную личность, способную отличать внешнюю красоту от внутренней, стремящуюся к гармонии чтение художественной литературы по духовно-нравственной теме, этические беседы с родителями.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Осенняя возня медвежат (также мастер-класс для родителей) 2. Медвежата – любознйки 3. Строительство муравьиного терема 4. Озорные обезьянки. <p>Гимнастика пробуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Возня медвежат 2. Мы проснулись! 3. Жучки- паучки 4. Сладкие сны зайчат <p>НОЯБРЬ Тема: «В гости к Морскому царю» раскрытие нравственной стороны познания водного мира, его богатства, красоты и разнообразия; воспитание чувства ответственности по отношению к экологии водного мира, понимание взаимосвязи живых организмов и неживой природы;</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. По морям, по волнам 2. На дне морском 3. Морская фигура замри! 4. Золотые рыбки <p>Гимнастика пробуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Морские ежи 2. Каракатица 3. Зарядка осьминога 4. Игра с пузырьками (мастер –класс для родителей) 	Физ.инструктор Воспитатели Родители Физ.инструктор Воспитатель

ДЕКАБРЬ

Тема: «Вот моя семья»

формирование ценностного отношения к семье, её традициям;

воспитание почтения и любви к родителям и окружающим;

расширение представлений о близких людях, о предках, их вкладе в прошлое и настоящее своего края, Отечества;

повышение компетентности родителей в духовно-нравственном воспитании обучающихся к духовному росту, к высшим духовным ценностям;

организация сотрудничества по вопросам формирования духовно-нравственных качеств и культуры поведения воспитанников;

индивидуальные консультации, практикум для родителей.

Утренняя гимнастика:

1. Большие и маленькие
2. Мы вырастим большими
3. Дружная гимнастика
4. Помогалочка (мастер –класс для родителей)

Гимнастика пробуждения:

1. Потягушечки
2. Я как папа, Я как мама!
3. Здравствуй, мир!
4. Помощники

ЯНВАРЬ- ФЕВРАЛЬ

«Маленькие помощники»

воспитание любви к родному краю, уважения к защитникам Отечества;

развитие личности гражданина, защитника Отечества, ответственного отношения к семье, к людям

Утренняя гимнастика:

1. Будем в армии служить!
2. Мы мороза не боимся
3. Я – большой!
4. Маленькие помощники

Гимнастика пробуждения:

1. Потягуси
2. Пробуждение (мастер –класс для родителей)
3. На встречу друг другу
4. Мечтатели

МАРТ

«Это- Я!»

формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему;
профилактика вредных привычек;
воспитывать нравственную личность, стремящуюся к правде, добру, красоте внутренней и внешней.

Утренняя гимнастика:

1. С добрым утром!
2. К солнышку в гости
3. Мы мороза не боимся!
4. Зайки- побегайки

Гимнастика пробуждения:

1. Будим сонного соседа
2. Вставай, лежебока!
3. Прятки
4. Ветерок- озорник!

АПРЕЛЬ

Тема: «Все профессии нужны, все профессии важны»

воспитание положительного отношения к труду как важной ценности, развитие потребности в творческом труде;
формирование единства знания и духовности направленного на благо человека, Отечества.

Утренняя гимнастика:

1. Колобок в гостях у ребят
2. Мы- пожарные
3. Юные художники
4. Строим дом для друзей (мастер –класс для родителей)

Гимнастика пробуждения:

1. На пироги к бабушке
2. Цирк проснулся
3. Сбор урожая
4. Я как папа, Я как мама!

МАЙ

Тема: «Бесстрашные путешественники»

воспитание любви к родному краю, уважения к товарищам, чувства ответственности.
Формирование коммуникабельности, положительного эмоционального настроения.

Утренняя гимнастика:

1. Как утро начнешь, так и день проведешь.
2. Шалуны- балуны
3. Помоги другу!
4. Кошки- мышки

	Гимнастика пробуждения: 1. Сонный мышонок 2. Радостные воспоминания 3. Сон коротышек 4. Пробуждение (мастер –класс для родителей)	
Заключительный	Проведение итогового мероприятия (праздника, развлечения, конкурс на лучшую гимнастику). Награждение родителей благодарственными письмами. Фотосессия. Фотоколлаж. Анализ результатов проектной деятельности. Обобщение опыта.	Физ.инструктор Воспитатели Родители

Литература.

1. Азбука нравственного воспитания: Пособие для учителя./ Под ред. И.А. Каирова, О.С. Богдановой.- М.: Просвещение, 1997;
2. Богданова О.С., Петрова В.И. Методика воспитательной работы в начальных классах/ - М.: Просвещение, 1980;
3. Воспитание личности школьника в нравственной деятельности: Метод. рекомендации/ Ом. гос. пед. ин-т им. Горького. - Омск: ОГПИ, 1991;
4. Даведьянова Н.С. О понимании духовности в современном обществе./ Православная педагогика: Традиции и современность. – Сборник лекций и докладов ВГПУ, 2000;
5. Давыдова Н.В. Мастера: Книга для чтения по истории православной культуры.- М.: Издательский дом «Покров», 2004;
6. Измайлова А.Б. Православная педагогическая мысль о почитании родителей (русские народные традиции воспитания)/ Православная педагогика: Традиции и современность. – Сборник лекций и докладов ВГПУ, 2000;
7. Игумен Иоасаф (Полуянов) – Задачи воскресной школы и семейного воспитания.<http://www.wco.ru/biblio/books/pedagog2/>;
8. Карпов И.А. Азбука нравственного воспитания/ М.: Просвещение, 1979;
9. Макаренко А.С. Книга для родителей./ - М.: «Педагогика», 1988;
10. Орехов Д. Святые места России.-С-Пб.: Издательский дом «Новый проспект», 1999;
11. Православная культура в школе: Учебно–методическое пособие для учителей общеобразовательных школ/ январь-декабрь / М.: Издательский дом «Покров», 2004;
12. Салыхова Л.И. Настольная книга классного руководителя: личностное развитие, учебная деятельность, духовное и физическое здоровье школьника. 1-4 классы.-М.: Глобус, 2007;
13. Сурова Л. В. - Православная педагогика как общественное и духовное явление.http://pedagog.eparhia.ru/for_pedagog/;
14. Священник Алексей Уминский – Размышления о школе и детях.<http://www.wco.ru/biblio/books/pedagog1/>;
15. Успенский кафедральный собор. Омская святыня. Омск.: Издательство «Русь», 2007;
16. Ушинский К.Д. Педагогические сочинения/ М.: «Педагогика», 1988;

Ситуационная мини- игра (СМИ)
«Осенняя возня медвежат»
для детей 3-4 лет

Памятка педагогу. Игровые упражнения выполняются в зале на ковре (паласе). Во время СМИ может тихо звучать спокойная музыка. Педагог медленно произносит текст, показывает движения и вместе с детьми выполняет физические упражнения. Дети вместе с педагогом произносят некоторые фразы, например, «Уф- уф- уф».

Преобладающий двигательный режим – лежачий.

Задачи:

Оздоровительные: формирование изгибов позвоночника; развитие мышц плечевого пояса, туловища, шеи; создание положительного эмоционального подъема.

Образовательные: формирование двигательных умений и навыков; развитие психофизических качеств (силы, гибкости, ловкости).

Воспитательные: повышение интереса к занятиям по физической культуре; приобретение выразительности движений; способствование творческому самовыражению; воспитание любви к животному миру.

Содержание СМИ.

Мальчики и девочки, оглянитесь вокруг – сегодня мы с вами оказались в весеннем лесу. Посмотрите, вон под тем деревом берлога медведей. Я вам предлагаю превратиться в маленьких медвежат, чтобы узнать, что же происходит в берлоге.

1. «Утро в берлоге»

Слышите, кто- то сопит и ворочается, просыпается медвежья семья. Медвежата открыли глаза и смотрят по сторонам.

Из И.П. – лежа на спине- движения головой в различных направлениях: влево- вправо, к груди- назад.

Вот в маленькой кроватке спит братишка- медвежонок, а вот под красным одеялом ворочается сестренка- медвежонок, а вот в большой кровати сопит мама- медведица.

Некоторые медвежата открыли глазки, а некоторые еще нет.

2. «Будим сонного соседа»

Из И.П.- лежа на спине поднимание туловища со словами: «Вставай, вставай, соня!» Вот, наконец, все медвежата проснулись и стали возиться в своих постельках.

3. «Возня медвежат»

Из И.П.- лежа на спине, ноги согнуты в коленях стопами на опоре- разворачивания на месте при помощи приставных движение ногами.

При этом они сопели: «Уф- уф- уф» и так раззадорились, что свалились на пол, встретились друг с другом и стали играть.

4. «Непослушные ножки»

Из И.П.- лежа на спине, держась руками за партнера, одновременное поднимание ног. Вот непослушные ножки! Кто- то стал кусать мишек- малышек за спинку. Да это же веселые муравьи!

5. Веселые муравьи»

Из И.П. – лежа на спине поднимание туловища за счет выгибания спины.

«Ай- ай- ай!»- завизжали медвежата. Но муравьишки нашли в берлоге мед и оставили медвежат в покое. А медвежата опять принялись играть.

6. «Вот мы какие»

И.П.- лежа на животе ногами друг к другу, опираясь на предплечья.

Сгибание ног поочередно в коленях с поворотом головы. Вот мы какие!

7. «Озорные медвежата»

И.П.- лежа на животе лицом друг к другу, захватив один другого за кисти рук, переворачивания с живота на спину и наоборот; сначала в одну сторону, затем в другую.

Медвежата так развеселились, что разбудили маму- медведицу. Мама их накормила вкусным сладким медом.

8. «Вкуснятина»

Из И.П.- делаются отжимания стоя на коленях или на бедрах. Наевшись, медвежата стали выбираться из берлоги.

9. «Покидаем зимний дом»

Ползание на низких четвереньках в ограниченном пространстве.

10. «Греемся на солнышке»

А вот и теплые весенние лучики, так здорово погреться! *И.П.- средние четвереньки, выгибание спины «дугой», прогибание «ложбинкой»*

Вдруг медвежата услышали странное жужжание. Это, наверное, пчелы. Мама- медведица рассказывала о том, что в лесу живут пчелы, они делают сладкий мед. И медвежата осторожно пошли туда, откуда доносились странные звуки.

Но они забыли, что мама предупреждала их о том, что пчелы больно кусаются.

11. «Медвежата и пчелы»

И.П.- на средних четвереньках дети ползут к «пчелам», на высоких четвереньках убегают к «берлоге».

Вот и закончился интересный день медвежат. Солнышко село. Медвежата вернулись к маме- медведице и еще долго рассказывала мама- медведица своим малышам интересные и загадочные сказки о лесе.

12. «Сказки мамы-медведицы»

И.П.- сидя в позе группировки.

= фотоаппарата «через движение и игру.....