

**МБДОУ «Сулусчаан», с. Чинеке,
Вилюйский улус**

«Физкультурный уголок- залог развития здоровья»

Выполнила:
Иванова Зинаида Николаевна,
физинструктор

Проблема

- **Физическое воспитание** – один из основных компонентов общего воспитательного процесса, без которого невозможно гармоничное развитие ребенка. Но надо признать, что в современном обществе приоритетным становится интеллектуальное его развитие. Дети в большинстве своем испытывают «**двигательный дефицит**», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже нормы. Одной из причин является глобальная компьютеризация, следствием которой стало обязательное наличие в каждой квартире компьютеров. Нынешние дети все меньше времени проводят на свежем воздухе, их уже не оттянуть от любимых компьютерных игр. В летнее время детям негде играть так как в селе нет детской игровой площадки. У многих детей имеются велосипеды и им негде кататься, и поэтому катаются на трассе среди машин.

- Недостаточная двигательная активность – гиподинамия – отмечается не только у детей школьного возраста, но и у детей дошкольного возраста. В первую очередь от гиподинамии страдает мышечная система: снижаются мышечный тонус, работоспособность, выносливость, уменьшаются масса и объем мышц. Особенно опасна гиподинамия для ослабленных детей. Их, как правило, оберегают от движений, что ведет к нарушению осанки, плоскостопию, задержке физического развития, а также хроническим заболеваниям.

- Вовремя задуматься над этим вопросом очень важно, ведь именно движение является одним из средств хорошей подготовки ребенка к школе, потому что помогает ему в овладении знаниями и умениями. Как показали научные исследования, с помощью движений можно с большей эффективностью учить детей говорить, считать, писать. Объясняют они это тем, что двигательный центр в коре головного мозга находится «по соседству» с центром речи, письма. Итак, возбуждение, возникающее в двигательном центре, стимулирует работу близко расположенных зон, которые обеспечивают умственную деятельность.
- В летнее время детям негде играть так как в селе нет детской игровой площадки. У многих детей имеются велосипеды и им негде кататься и поэтому катаются на трассе среди машин.

Актуальность:

ой вывод следует сделать? Как из сказанного выше?

Прежде всего, в каждой семье родители должны, по возможности, создавать условия для занятия детей физическими упражнениями. Но роль родителей не ограничивается только созданием условий. Они должны руководить двигательной деятельностью своего ребенка.

Почему это нужно?

Потому что наши дети совершенно разные по характеру и темпераменту. Бывают вялые, малоподвижные, которые делают все медленно, с частыми остановками и отдыхом. Они отдают предпочтение спокойным, тихим играм, играют преимущественно сами.

- **Сравнительный анализ здоровья** дошкольников за последние 10 лет, выявил повышение на 6 % морфофункциональных отклонений, - это нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения и аллергические проявления.
- **В нашем МБДОУ** проводился анкетный опрос родителей, с целью выявления родительской роли в формировании у ребенка навыков здорового образа жизни. Были получены следующие данные. Во время пребывания детей дома, 60 % и наиболее предпочитают просмотр детских телевизионных передач и игры на компьютере. 29% предпочитают подвижные игры, 11% предпочитают настольные игры.
- **Поэтому необходимо** вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым.

Цель проекта :

- **Создание эффективных условий для активной двигательной деятельности детей дома и во дворе.**

Задачи:

- Привлечение внимания родителей к проблеме укрепления здоровья детей и приобщения к здоровому образу жизни с малых лет.
- Повышение физического развития через удовлетворение естественной потребности и творческой активности в разных формах двигательной деятельности.
- Формирование у родителей ответственное отношение к физической культуре ребенка.

Этапы реализации проекта

Подготовительный этап:

(диагностическое и организационное направление)

- **Регулярный осмотр детей педиатром и старшей медсестрой ДОУ.**
- **Выявление нарушений двигательной активности, координации движений у воспитанников ДОУ.**
- **Диагностирование общей физической подготовленности детей по возрасту, инструктором по ФИЗО.**
- **Анкетирование родителей (любимое занятие детей, интересы и склонности детей, семейные традиции, приобщение к природе и т.д)**

Основной этап:

- **Консультирование и обучение родителей при подборе физкультурного оборудования и пособий, ознакомление с запрещенными упражнениями.**
- **Рекламирование детских спортивных уголков, тренажеров и инвентарей.**
- **Проведение виртуального конкурса «Мой физкультурный уголок» среди воспитанников ДОУ.**
- **Проведение смотра –конкурса «Лучшая спортивно-игровая площадка во дворе»**
- **Показательные выступления детей: «Делай как Я»**

Заключительный этап:

- Подведение итогов виртуального конкурса: «Мой физкультурный уголок».
- Подведение итогов смотра-конкурса: «Лучшая спортивно-игровая площадка во дворе»
- Мониторинг общей физической подготовленности детей.
- Сведения о количестве имеющихся физкультурных уголков в домашних условиях.

Направления работы:

- **Аналитическое** (анкетирование родителей, мониторинговые исследования, разработка проекта. Личные беседы)
- **Наглядно-информационное** (рекламные прайс-листы, информационный стенд «Делай как я», папки раскладушки, фотовыставка физкультурных уголков, родительская почта «Вы спрашивали -мы отвечаем» и.т. д.)
- **Познавательно- практическое** (обучающие практикумы; выставки нестандартного физического оборудования, обмен семейным опытом физического воспитания, экскурсия в школьный спортзал , индивидуальные и групповые консультации для родителей по воспитанию здорового ребенка («Телевизор в жизни семьи и дошкольника», «Двигательная активность и здоровье ребенка», «Запрещенные упражнения» и.т. д.)

Ожидаемые результаты:

- **Развитие сформированности у родителей ответственного отношения к физическому развитию ребенка.**

- **Побуждение**

- самостоятельной, двигательной деятельности и саморазвитие творческой активности ребенка повышают физическое развитие.

- **Обогащение физкультурного уголка необходимыми материалами.**