Департамент образования города Москвы

Государственное бюджетное образовательное

учреждение города Москвы

«Школа с углубленным изучением английского языка №1375»

Структурное подразделение №6

Дошкольное отделение

**Консультация**

**«Игра на прогулке — путь к физическому здоровью детей»**

Выполнила воспитатель:

Зайнетдинова А.И.

Москва

2016 -2017 уч.год

**Игра** занимает важнейшее место в жизни ребенка. Она является жизненной потребностью для детей. С помощью игры решаются самые разнообразные задачи: **воспитательные,оздоровительные**, **образовательные.**

В процессе игр создаются благоприятные условия для **физического развития и оздоровления**, а также нравственных качеств, привычек и навыков жизни в коллективе.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. Подвижные игры и упражнения, не только служат для увеличения двигательной активности детей, но и способствуют закреплению навыков основных движений, формируют умение применять накопленный опыт в различных жизненных ситуациях. Подвижные игры должны обеспечить разностороннее развитие моторной сферы, а также способствовать формированию их умений действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры. Текст дает ритм движению, помогает развитию речи у детей, окончание текста служит сигналом к прекращению действий или к началу новых движений.

Произношение текста является иногда отдыхом после интенсивных движений, например, после бега сопровождает спокойную ходьбу. Чтобы ребенок заинтересовался игрой, необходимо создать определенные условия организации игровой деятельности. Это может быть выбор площадки, подбор необходимых атрибутов, художественное слово. Можно загадать загадку о персонаже, а затем провести с ним игру. Например, я загадала загадку про сову, дети правильно отгадали, нашли её на дереве (поместить игрушку заранее, затем провели игру *«Совушка – сова»*. Такие сюрпризные моменты стимулируют детей к дальнейшим действиям, вызывают наибольший интерес к игре.

Затем к детям прибежал щенок *(игрушка)* и захотел с ними поиграть. Проводится **игра***«Лохматый пес»*. Далее можно использовать маски или шапочки, которые принес щенок *(игрушка)*. Их удобно использовать как для подвижных, так и для хороводных игр. Подобные игры проводятся, как правило, с текстом, что стимулирует речевое развитие детей. Дети с удовольствием принимают участие в данных играх. Помимо речи у детей развивается умение ориентироваться в пространстве, активизируется двигательная активность, умение действовать в коллективе. Построение игровой деятельности на едином сюжете дает больший резонанс для сплочения детского коллектива. С одним или двумя персонажами можно построить всю игровую деятельность для одной прогулки и детям будет интересно, так как игры разнообразны, направлены на выполнение различных движений, выполняются с различной динамикой, с использованием текстов и загадок. А с созданием в каждой группе детского сада картотеки подвижных игр, эта задача вполне выполнима даже для начинающего педагога.

Департамент образования города Москвы

Государственное бюджетное образовательное

учреждение города Москвы

«Школа с углубленным изучением английского языка №1375»

Структурное подразделение №6

Дошкольное отделение

**Паспорт проекта**

**Группа №9 (средняя)**

**Воспитатели:** Зайнетдинова А.И.

**Название проекта: «Игра – путь к здоровью»**

**Вид проекта:** краткосрочный.

**Участники проекта:** воспитатели, дети, родители.

**Образовательные области:** физическое развитие, художественно – эстетическое, речевое развитие, социально – коммуникативное, познавательное развитие.

**Актуальность проблемы:**

**Игра** занимает важнейшее место в жизни ребенка. Она является жизненной потребностью для детей. С помощью игры решаются самые разнообразные  задачи: **воспитательные,оздоровительные**, **образовательные.**

**В процессе игр создаются благоприятные условия для физического развития и оздоровления, а также нравственных качеств, привычек и навыков жизни в коллективе.**

Наиболее эффективно проведение **подвижных игр** на свежем воздухе. Подвижные игры и упражнения, не только служат для увеличения двигательной активности детей, но и способствуют закреплению навыков основных движений, формируют умение применять накопленный опыт в различных жизненных ситуациях. Подвижные игры должны обеспечить разностороннее развитие моторной сферы, а также способствовать формированию их умений действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры. Текст дает ритм движению, помогает развитию речи у детей, окончание текста служит сигналом к прекращению действий или к началу новых движений.

Огромна и роль **пальчиковых игр** в оздоровлении детей дошкольного возраста.**Пальчиковые** игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи.

Таким образом, здоровье – самое дорогое, что есть у человека. Бережное отношение к своему собственному здоровью нужно воспитывать с самого детства.

**Цель проекта:**

-пропаганда **здорового** образа жизни среди детей и родителей, способствовать сохранению и укреплению **здоровья детей**; учить детей заботиться о своем **здоровье**.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- создать условия для укрепления  **здоровья детей**;

- понимать, как необходимо заботиться о своем **здоровье**, беречь его.

**Развивающие:**

- развивать познавательный интересдетей в двигательной деятельности;

- реализовать их через систему **оздоровительной работы**;

- научить элементарным приемам сохранения **здоровья**.

**Воспитательные:**

- формировать у дошкольников потребность в положительных привычках.

- расширение и углубление знаний детей об окружающем мире *(природа,****здоровье****, спорт)*

**Ожидаемые результаты:**

- использование **здоровьесберегающих технологий в семье**;

- дети приобретут новые знания, повысят свой уровень знаний в области  **здорового образа жизни**.

Департамент образования города Москвы

Государственное бюджетное образовательное

учреждение города Москвы

«Школа с углубленным изучением английского языка №1375»

Структурное подразделение №6

Дошкольное отделение

**Проект**

**«Игра – путь к здоровью»**

Выполнила воспитатель:

Зайнетдинова А.И.

Москва

2016 -2017 уч.год

**Тип**  **проекта**: групповой.

**Участники:** дети, воспитатели, родители.

**Срок реализации:** краткосрочный.

**Актуальность  проекта**

**Игра** занимает важнейшее место в жизни ребенка. Она является жизненной потребностью для детей. С помощью игры решаются самые разнообразные  задачи: **воспитательные,оздоровительные**, **образовательные.**

В процессе игр создаются благоприятные условия для **физического развития и оздоровления**, а также нравственных качеств, привычек и навыков жизни в коллективе.

Наиболее эффективно проведение **подвижных игр** на свежем воздухе. Подвижные игры и упражнения, не только служат для увеличения двигательной активности детей, но и способствуют закреплению навыков основных движений, формируют умение применять накопленный опыт в различных жизненных ситуациях. Подвижные игры должны обеспечить разностороннее развитие моторной сферы, а также способствовать формированию их умений действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры.

Огромна и роль пальчиковых игр в оздоровлении детей дошкольного возраста.**Пальчиковые** игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи.

Таким образом, здоровье – самое дорогое, что есть у человека. Бережное отношение к своему собственному здоровью нужно воспитывать с самого детства.

**Цель:**

- пропаганда **здорового** образа жизни среди детей и родителей, способствовать сохранению и укреплению **здоровья детей**; учить детей заботиться о своем **здоровье**;

**Задачи:**

**Образовательные:**

- создать условия для укрепления **здоровья детей**;

- понимать, как необходимо заботиться о своем **здоровье**, беречь его.

**Развивающие:**

- развивать познавательный интерес детей в двигательной деятельности;

- реализовать их через систему **оздоровительной работы**;

- научить элементарным приемам сохранения **здоровья**.

**Воспитательные:**

- формировать у дошкольников потребность в положительных привычках.

- расширение и углубление знаний детей об окружающем мире *(природа,****здоровье****, спорт)*

**Ожидаемые результаты:**

- использование **здоровьесберегающих технологий в семье**;

- дети приобретут новые знания, повысят свой уровень знаний в области **здорового образа жизни**.

**Ресурсное обеспечение проекта:**

1. Физкультурный уголок в группе;
2. Спортивный зал;
3. Спортивный участок на территории дошкольного учреждения.
7. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.
8. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, картотека пальчиковых игр и др.).
9. Подборка методической литературы “Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста”.

**Этапы реализации проекта**:

**I этап. Подготовительный.**

- формирование базы методических материалов;

- ежедневное проведение подвижных игр,пальчиковых игр, дыхательной гимнастики,закаливающих мероприятий;

- подобрать материал для продуктивной деятельности детей;

- подобрать дидактические и пальчиковые игры; игры малой подвижности, подвижные игры, спортивные игры;

**II этап. Основной.**

Беседа:

- *«Что я знаю о****здоровье****?»*

- расширять кругозор детей о растущем организме (показать плакат *«органы человека»*)

**Формы работы с детьми:**

* НОД познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий;
* Игровая деятельность: подвижные, пальчиковые, дидактические игры, игровые ситуации.

Трудовая деятельность:

- обогащение двигательного опыта детей;

- содействие формированию потребности в двигательной активности и физическому совершенствованию.

Музыкальная деятельность:

- *«Аэробика»* музыка Ю. Чичикова

- *«Песня о зарядке»* слова В. Викторова

**Взаимодействие с родителями:**

- консультация для родителей: *«Игра на прогулке – путь к физическому*

*здоровью детей», «Пальчиковая гимнастика – средство оздоровления детей дошкольного возраста».*

**III этап. Заключительный.**

- *оформление стенгазеты «Мама, папа, я – спортивная семья!*

Вывод:

Важно понимать, что забота о **здоровье** наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем.

Все мы, родители, врачи, **педагоги**, хотим, чтобы год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и **здоровыми**. Ведь **здоровье – это бесценный дар**.

Департамент образования города Москвы

Государственное бюджетное образовательное

учреждение города Москвы

«Школа с углубленным изучением английского языка №1375»

Структурное подразделение №6

Дошкольное отделение

**Консультация**

**«Пальчиковая гимнастика – средство оздоровления детей дошкольного возраста»**

Выполнила воспитатель:

Зайнетдинова А.И.

Москва

2016 -2017 уч.год

На всех этапах жизни ребенка, движения **пальцев** рук играют важнейшую роль. Самый благоприятный период для развития речи — до 7 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована. Именно в этом **возрасте** необходимо развивать все психические процессы, в том числе и речь ребёнка.

Игры с **пальчиками** развивают мозг ребёнка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию. Простые движения помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и расслабить мышцы всего тела. Они способны улучшить произношение многих звуков. В общем, чем лучше работают **пальцы и вся кисть**, тем лучше ребёнок говорит. Дело в том, что рука имеет самое большое *«представительство»* в коре головного мозга, поэтому именно развитию кисти принадлежит важная роль в формировании головного мозга и становлении речи.

И именно поэтому словесная речь ребёнка начинается, когда движения его **пальчиков**достигают достаточной точности. Ручки ребёнка как бы подготавливают почву для последующего развития РЕЧИ. В правом полушарии мозга у нас возникают различные образы предметов и явлений, а в левом они вербализируются, то есть находят словесное выражение, а происходит этот процесс благодаря *«мостику»* между правым и левым полушариями. Чем крепче этот мостик, тем быстрее и чаще по нему идут нервные импульсы, активнее мыслительные процессы, точнее внимание, выше способности.

У самых разных народов **пальчиковые** игры были распространены издавна. В Китае распространены упражнения с каменными и металлическими шарами. Регулярные занятия с ними улучшают память, деятельность сердечнососудистой и пищеварительной систем, устраняют эмоциональное напряжение, развивают координацию движений, силу и

ловкость рук, поддерживают жизненный тонус. А в Японии широко используются упражнения для ладоней и **пальцев с грецкими орехами**. Прекрасное воздействие оказывает перекатывание между ладонями шестигранного карандаша. И у нас с малолетства учили играть в *«Ладушки»*, *«Сороку-белобоку»*, *«Козу рогатую»*. Сегодня специалисты**возрождают старые игры**, придумывают новые.

**Пальчиковые** игры можно условно разделить на три группы:

игры без предметов: обычно **сопровождаются стихотворениями**, потешками – игры на загибание и разгибание **пальцев рук**(*«****Пальчик-мальчик где ты был****?»*, *«Раз, два, три, четыре, пять вышли****пальчики гулять****»*, *«Урожай»*, и др.); *«конструирование»* из**пальцев различных объектов**(*«заяц»*, *«волк»*, *«петушок»*, *«лиса»*, *«стульчик»*, др.) – эти движения повышенной сложности, вводятся после достижения **детьми** определенных успехов в овладении навыками мелких движений, также можно использовать *«театр теней»* для заинтересованности детей при обучении

игры с использованием атрибутики (сами атрибуты никакой развивающей нагрузки не несут, а только как бы украшают упражнение): в качестве атрибутов можно использовать перчатки, где на каждом **пальце пришиваются***(приклеиваются)* глаза, нос, рот и т. д.,

с предметами: шапочки для **пальцев**(*«Любимые колпачки»*, монеты, четки, палочки, карандаши и др.

Разучивать новую **пальчиковую** игру необходимо на специальных занятиях, отведя для этого время во второй половине дня, т. к. ознакомление с новой игрой занимает больше времени, требует сосредоточения внимания от ребёнка, индивидуального подхода к каждому малышу. Только когда игра в основном освоена **детьми**, её целесообразно включать в физкультминутки, которые могут **проводиться на любом занятии**, в режимные процессы. Оптимально удобное время в режиме дня для **проведения пальчиковых игр – утро**(во время утреннего приема, перед занятиями, перед прогулкой, на прогулке, перед обедом, после обеда, после дневного сна, во второй половине дня.

На сегодняшний день придерживаются следующих методических рекомендаций к**проведению пальчиковых игр**.

1) Перед игрой мы с **детьми** обсуждаем её содержание, сразу при этом отрабатывая необходимые жесты, комбинации **пальцев**, движения.

2) Перед началом упражнений дети разогревают ладони лёгкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.

3) Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала правой рукой, затем левой, а потом двумя руками вместе.

4) Выполняя упражнения вместе с **детьми**, обязательно нужно демонстрировать собственную увлечённость игрой.

5) При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все **пальцы руки**.

6)Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.

7)Нужно добиваться, чтобы все упражнения выполнялись **детьми легко**, без чрезмерного напряжения мышц руки, чтобы они приносили радость.

8)Все указания даются спокойным, доброжелательным тоном, чётко, без лишних слов. При необходимости отдельным детям оказывается помощь.

9)В идеале: каждое занятие имеет своё название, длиться несколько минут и повторяется в течение дня

10)При повторных **проведениях** игры дети нередко начинают произносить текст частично. Постепенно текст разучивается наизусть, дети произносят его целиком, соотнося слова с движением.

11)Выбрав два или три упражнения, постепенно заменяем их новыми. Наиболее понравившиеся игры оставляем в своём репертуаре и возвращаемся к ним по желанию детей.

12)Никогда не принуждайте! Попытайтесь разобраться в причинах отказа, если возможно, ликвидируйте их *(например, изменив задание)* или поменяйте игру.

Традиционно физкультминутки состоят либо из одной новой, только что освоенной **детьми игры**, либо из одной сложной для детей игры, требующей терпения, например, такой, как игра *«Скалочка»* (в игре много раз повторяются однообразные движения большими**пальцами**. В одну физкультминутку можно включать и два упражнения, но более лёгкие для детей, а некоторые можно составлять из полюбившихся детям игр, но не более трёх.**Пальчиковые** игры не должны быть продолжительными, 5 – 10 минут в день достаточно для того, чтобы стимулировать речевую функцию ребенка.

Таким образом, **пальчиковые** игры и упражнения – уникальное средство для развития мелкой моторики и речи в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием *«****пальчиковой****»* гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного, наглядно-действенного мышления, произвольного и непроизвольного внимания, слухового и зрительного восприятия, быстроту реакции и эмоциональную выразительность, способность сосредотачиваться. Помимо этого, **пальчиковые** игры расширяют кругозор и словарный запас детей, дают первоначальные математические представления и экологические знания, обогащают знания детей о собственном теле, создают положительное эмоциональное состояние, воспитывают уверенность в себе.

**План реализации проекта**

 **«Игра – путь к здоровью»**

 ГБОУ Школа №1375 С/ П № 6

Группа № 9 (Средняя)

Воспитатель: Зайнетдинова А.И.

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **План мероприятий** |
| **Сентябрь** | * Подборка методической литературы “Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста”.
* Изучение литературы по данной тематике;
* Подбор подвижных игр, упражнений
 |
| **Октябрь** | * Ежедневное проведение подвижных игр, пальчиковых игр, дыхательной гимнастики, закаливающих мероприятий (разработка картотек – «Картотека подвижных игр», «Картотека пальчиковых игр»);
* Беседа «Что я знаю о здоровье?» (расширить знания дошкольников в области  **здорового образа жизни**)
 |
| **Ноябрь** | * НОД познавательного цикла,

чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий;* Консультация для родителей «Игра на прогулке – путь к физическому здоровью детей»,
* Консультация для родителей «Пальчиковая гимнастика - средство оздоровления детей дошкольного возраста»
 |