

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ « ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК» С. ЗАЛЕСЬЕ»
СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

297567, Республика Крым, Симферопольский район, с. Залесье, ул. Победы, дом 16-Б.
e-mail: sadik_teremok-zalesie@crimeaedu.ru Код ОГРН 1159102029107

**Проект
«Игры, которые лечат»**



***Подготовила:
Воспитатель
Асанова В.Р.***

Проект «Игры, которые лечат»

Слово «игра» - магическое. Оно притягивает, завораживает и увлекает в мир нового, еще не познанного ребенком окружающего пространства. Когда произносишь слова «*давайте играть*», сразу устанавливается тишина и на тебя устремляют взгляд пытливые, любознательные глаза. Они смотрят широко и открыто....

Совсем недавно я услышала притчу:

«Я пытался достичь сердца ребенка словами, они часто проходили мимо него не услышанными.

Я пытался достичь его сердца книгами, он бросал на меня озадаченные взгляды.

В отчаянии я отвернулся от него.

«*Как я могу пройти к сердцу этого ребенка?*» - воскликнул я

Он прошептал мне на ухо: «*Приди, поиграй со мной!*»

Так давайте играть с детьми! В интересные, яркие, образные, познавательные, оздоравливающие и развивающие игры.

Игра выступает в роли своеобразного мостика от мира детей к миру взрослых, где всё переплетено и взаимосвязано: мир взрослых влияет на мир детей. Игра - самостоятельная деятельность детей, моделирующая жизнь взрослых, в игре же дитя - зреющий человек, пробует свои силы и самостоятельно распоряжается своими же знаниями в играх».

АКТУАЛЬНОСТЬ. Игра – ведущий вид деятельности для ребенка. Посмотрите, с каким азартом играют наши дети! Как забавно они «нянчат» пупсов, гоняют машинки и лепят песочные замки. И как мы умиляемся, глядя на эти игры.

Еще с двадцатых годов прошлого века ученые-психологи заговорили о том, что с помощью игры можно не просто развивать свои способности, но и корректировать разные психологические проблемы, справляться с ограничением физических возможностей, и даже устранять отставание в интеллектуальном развитии. Ученые заметили, что игра является одним из наиболее действенных способов для повышения психологической устойчивости ребенка, приобретения и усовершенствования навыков общения, избавления от различных страхов и фобий. То есть, игровая деятельность — это не только отличный досуг и легкий способ развития, но она также может лечить

6. Период с 05.12.2021 г. -26.06.2022 г.

Тип проекта:

1. По виду деятельности: практико - ориентированный;
2. По содержанию: социально-педагогический;
3. Участники проекта: дети, педагоги, родители.
4. По времени проведения: краткосрочный.
5. Характер контакта: в рамках ДОУ.
6. Период с 05.12.2021 г. -26.06.2022 г.

Проблема:

- Неосведомленность родителей о важности закаливающих процедур, особенностях развития познавательных интересов у детей дошкольного возраста, через сюжетные, развивающие, дидактические. подвижные и другие игры;

- Отсутствие у родителей представления о роли игры для здорового образа жизни дошкольников и роли в физическом развитии;

- Малоподвижный образ жизни родителей и детей.

Цель решения данной проблемы:

- *формировать и развивать представление о необходимости игр, изучить различные теоретические подходы, рассмотреть особенности развития познавательных интересов, через мотивацию на ЗОЖ у детей и родителей;

- *воспитывать у детей эмоционально положительное отношение к играм, как естественной составляющей общечеловеческой культуры.

Задачи:

Для детей:

- углублять знания детей о факторах игры, влияющих на состояние собственного здоровья и окружающих;

- Разработать систему оздоравливающих игр, воспитывать привычку и потребность в ЗОЖ;

- вызвать интерес к играм, спорту, физическим упражнениям;

- создать предметно - развивающую среду в группе.

Для родителей:

- помочь родителям в усвоении и проведении оздоравливающих игр;

- показать алгоритм ознакомления детей со спортивными играми;

- развивать у родителей интерес к спортивным достижениям своего ребенка и желание участвовать в спортивных мероприятиях, проводимых в ДОУ.

Проблема:

- Неосведомленность родителей о важности закаливающих процедур, особенностях развития познавательных интересов у детей дошкольного возраста, через сюжетные, развивающие, дидактические. подвижные и другие игры;

- Отсутствие у родителей представления о роли игры для здорового образа жизни дошкольников и роли в физическом развитии;

- Малоподвижный образ жизни родителей и детей.

Цель решения данной проблемы:

- *формировать и развивать представление о необходимости игр, изучить различные теоретические подходы, рассмотреть особенности развития познавательных интересов, через мотивацию на ЗОЖ у детей и родителей;

- *воспитывать у детей эмоционально положительное отношение к играм, как естественной составляющей общечеловеческой культуры.

Задачи:

Для детей:

- углублять знания детей о факторах игры, влияющих на состояние собственного здоровья и окружающих;

- Разработать систему оздоравливающих игр, воспитывать привычку и потребность в ЗОЖ;

- вызывать интерес к играм, спорту, физическим упражнениям;

- создать предметно - развивающую среду в группе.

Для родителей:

- помочь родителям в усвоении и проведении оздоравливающих игр;

- показать алгоритм ознакомления детей со спортивными играми;

- развивать у родителей интерес к спортивным достижениям своего ребенка и желание участвовать в спортивных мероприятиях, проводимых в ДОУ.

Объект исследования: познавательные интересы детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: эффективность использования оздоравливающих игр и особенности развития в младшем дошкольном возрасте.

Гипотеза исследования: игры при использовании специальных педагогических технологий способствуют развитию познавательных интересов детей дошкольного возраста опосредованно через воздействие на познавательную сферу дошкольников.

Для достижения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы исследования были применены следующие варианты:

Комплекс методов исследования представлен следующими группами:

- * игры с водой, песком, глиной, тестом, пластилином «снимают» с ребенка замкнутость, застенчивость.

- * Игра – во многом, самая любимая деятельность детей. Это их образ жизни, ориентированный на жизненно важные потребности развития, оздоровления.

Основная образовательная область:

- игровая деятельность;

- физическая культура.

Ожидаемый результат:

- приобретенные навыки помогут осознанно определить направление зож

- полученные ребенком знания и представления о своем здоровье позволят найти способы его укрепления и сохранения;

- информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать о необходимости игровой деятельности.

Родители будут вовлечены в единое пространство: «Семья – детский сад».

- у родителей сформируются представления о создании полноценного развития ребенка.

1. Подготовительный этап:

- * Беседы о ЗОЖ, подведения к выводу о необходимости заботиться о своем здоровье;

* оформление информационного материала для родителей о играх, **которые лечат**;

* анкетирование: «*Растем здоровыми*»;

* выставка специальной литературы о здоровье сберегающих технологиях, с рекомендациями необходимых игр, для родителей.

2. Организационный этап:

* создание рисунков (*дети-родители*) для выставки: «*Мы со спортом крепко дружим*».

* беседы: «*С утра до вечера*»; «*Витамины я люблю – быть здоровым я хочу*»; «*Гигиена в моей жизни*»; «*Красивая осанка*» и др.

* выставка литературы о ЗОЖ

* коррегирующие упражнения (профилактика плоскостопия, улучшение осанки).

Сформулировать у детей понятие об уникальности человека, дать представление о человеке, как части природы, развивать интерес к событиям спортивной жизни.

Анализ и обобщение, закрепление полученных знаний и представлений:

1. «*Вот я какой*»;

2. «*Мои ручки*»;

3. «*Мои ножки*»;

4. «*Разные, но одинаковые*»;

5. «*Волшебные реки*»;

6. «*Об удивительных, превращениях пищи внутри нас*»;

7. «*Зубы*»;

8. «*Мои защитники - кожа и ногти*»;

9. «*Строение человека*»; (анатомический фартук);

10. «*Витамины на тарелке*»;

11. «*Сварим борщ*».

3. Итоговый этап:

• Вызвать радостное настроение, чувство близости, семейного единения,

приобщения детей и родителей к активному образу жизни;

• неделя здоровья, реализация **проекта**: «*Игры, которые лечат*»;

• презентация **проекта**: «*Игры, которые лечат*».

Чтение: К. И. Чуковский «*Мойдодыр*», Л. Воронкова «*Маша и каша*», П. Воронько «*Спать пора*», Р. Куликова «*Мыло*», А. Барто «*Девочка чумазая*», А. Барто «*Очки*» и т. д.

Изготовление летбука: «*Мы со спортом крепко дружим*».

4. Формирующий этап:

* Воспитывать любовь к своему организму;

* поддерживать чувство удивления его возможностям и умение предвидеть возможные последствия поступков.

Дидактические **игры**:

«Опасно - не опасно», «Полезная и вредная еда», «Предметы индивидуального пользования», «Что вредно, а что полезно?».

Сюжетно – ролевые игры:

«Поликлиника», «Аптека», «Больница», и т. д.

Воспитывать уважение к профессии врача, понимать ее огромную важность.

Подвижные игры:

«Мой веселый звонкий мяч», «По ровненькой дорожке», «Самолеты», «Найди себе пару», «Два мороза», «Лиса в курятнике».

Настольные игры:

- Развитие целеустремленности, азарта, соревновательность.
- Песок – вода, пластилин, – тесто, ножницы, клей, бумага – это полезно для замкнутых, застенчивых детей.

Игры, которые лечат при болезнях носа и горла.

(ринит, ринофарингит, гайморит, хронический бронхит, аденоиды)

МЫШКА И МИШКА

Цель игры: формирование глубокого ритмичного вдоха и выдоха, развитие координации движений, укрепление мышц позвоночника.

Ход игры.

Ведущий показывает движения и произносит слова:

У Мишки дом огромный (выпрямиться, встать на носки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на руки — вдох)

У мышки — очень (присесть, обхватив руками

Маленький. колени, опустить голову – выдох с произнесением звука «шшш»)

Мышка ходит (надо ходить по залу)

в гости к Мишке,

Он же к ней не попадет.

Стишок с движениями повторяется 4—6 раз. Ведущему следует внимательно следить за четкостью и координацией движений.

ШАРИК

Цель игры: восстановление носового дыхания, формирование углубленного дыхания, правильного смыкания губ, ритмирование.

Необходимые материалы: фанты из бумаги.

Ход игры.

Дети садятся полукругом. Ведущий предлагает «надуть шарик». Дети должны надуть шар: широко развести руки в стороны и широко вдохнуть воздух носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот - «ффф», - медленно соединяя ладони под шариком. Затем по хлопку ведущего шарик лопается - дети хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух: дети произносят звук «шшш», делая губы хоботком и складывая руки на коленях. Шарик надувают 2—5 раз. Тот, кто сделал лучше всех, получает фант. Ведущий следит, чтобы вдох был глубокий, а вовремя игры не возникало эмоционального чрезмерного возбуждения у ребенка.

При заболеваниях верхних дыхательных путей необходимо восстановить носовое дыхание. Правильное носовое дыхание способствует тренировки дыхательной мускулатуры, улучшает местное кровообращение, предохраняет от переохлаждения.

При проведении игр с детьми не обходимо одновременно контролировать правильную осанку и смыкание губ.

Подвижные **игры:** «Пузырь», «Совушка - сова», «Поймай свой хвост», «Кто самый громкий?» (звучно произносить звук м-м-м, похлопывая указательным пальцем по правой ноздре.)

ИГРЫ НА ПРЕОДОЛЕНИЕ ПОСЛЕДСТВИЙ ОБЩИХ БРОНХОЛЕГОЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ (РЕСПИРАТОРНЫЙ АЛЛЕРГОЗ, БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА, АСТМАТИЧЕСКИЙ БРОНХИТ)

При таких заболеваниях необходимо не только укреплять мышцы грудной клетки, пояса верхних конечностей, но и развивать ритмичное дыхание с углубленным, но спокойным выдохом. При разработке игр использовались:

- произношение звуков во время игровых упражнений в сочетании с ритмичными движениями рук и ног;
- движения для формирования навыка правильного положения языка и координации движений нижней челюсти; дозированный бег - для улучшения функционирования диафрагмы.

ВЕТЕР

Координация движений, усвоение понятий «налево», «направо», «вверх», «вниз», формирование ритмичного глубокого дыхания.

Ведущий предлагает поиграть в «ветер». Читает стихи и делает в ритм их движения:

Я ветер сильный, я лечу, (руки опущены, ноги слегка расставлены, вдох через нос)

Лечу куда хочу:

Хочу - налево посвищу, (повернуть голову налево, сделать губы трубочкой и надуть)

Могу подуть направо, (голова прямо — вдох, голова направо — выдох, губы трубочкой)

Могу подуть вверх- (голова прямо — вдох через нос, опустить голову, подбородком касаясь груди, — спокойный глубокий выдох через рот)

В облака,

А пока — я тучи разгоню. (круговые движения руками).

ПОЕЗД

Цель игры: улучшение функции дыхания, умение действовать в коллективе, реагировать на сигнал.

Ход игры.

Дети становятся в затылок друг другу. Стоящий впереди изображает паровоз. Эту роль может выполнить вначале ведущий. Он гудит и отправляется в путь. Дети слегка сгибают руки в локтях. Подражая гудку

(«гу, гу»), они начинают двигаться вперед сначала медленно, затем ускоряют шаг и бегут. После слов ведущего «Поезд приехал на станцию» дети замедляют ход

и начинают пятиться задом до сигнала «приехали».

ИГРЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ

Основой профилактики и лечения нарушений осанки является общая тренировка организма ребенка. В задачи игр входят: укрепление опорно-двигательного аппарата, усиление мышечного «корсета» позвоночника, улучшение функций дыхания, сердечно-сосудистой системы. В процессе проведения подвижных игр надо добиваться тренировки навыков в удержании головы и туловища в правильном положении, правильной ходьбе (грудь вперед, лопатки чуть сведены, подбородок приподнят). Выработке правильной осанки помогают игры на координацию движений, равновесия. Упражнения в играх чередуются с дыхательными упражнениями.

Закати в ворота мяч

Развитие разносторонней координации движений и подвижности нервных процессов, умения держать равновесие.

2 стула или табуретки, рейка (1,5—2 м), мячик.

Ведущий строит ворота (на спинки стульев или сиденья табуреток кладет рейку). Перед воротами на расстоянии 1,5—2 м кладет мяч. Ребенок должен взять мяч, катить его в ворота и бежать за ним. Пройдя ворота на четвереньках, ребенок выпрямляется, догоняет мяч и, положив его на прежнее место, садится отдыхать. Более сложный вариант можно проводить на время. Необходимо, чтобы ребенок прямо бежал за мячом, не горбясь.

ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ИСПРАВЛЕНИЕ ПЛОСКОСТОПИЯ

Игры и задания подобраны таким образом, чтобы упражнения укрепляли связочно-мышечный аппарат голени и стопы, способствовали общему оздоровлению организма и воспитанию навыка правильной ходьбы (не разводя носков). Кроме нижеприведенных игр, вы можете придумать сами игры с ходьбой на наружных краях стоп, на носках, со сгибанием пальцев ног, захватыванием пальцами ног различных предметов, приседаниями в положении носки внутрь (пятки разведены).

Поймай комара

Цель игры: развитие быстроты реакции, внимания; формирование правильной осанки; укрепление связочно-мышечного аппарата голени и стоп.

Необходимые материалы: прут с привязанным на шнуре «комаром» из бумаги или ткани.

Ход игры.

Игроки становятся в круг лицом к центру на расстоянии вытянутой руки. Ведущий находится в середине круга. В руках у него прут (длина 1—1,5 м) с привязанным на шнуре «комаром» из бумаги или ткани. Ведущий кружит шнур с «комаром» немного выше голов играющих. Когда «комар»

пролетает над головой, игроки подпрыгивают, стараются поймать его обеими руками.

Рекомендации по проведению игр.

1. Для ребенка во время и после болезни следует выбирать игры, не вызывающие большой психофизиологической нагрузки.

2. Следует переключаться с одной игры на другую с перерывами на отдых.

3. Игры следует комбинировать и сочетать таким образом, чтобы они оказывали разносторонние воздействия.

4. Игровой материал должен быть ярким, голос ведущего интересующим, интригующим. Взрослый сам должен «*включиться*» в игру.

5. Необходимо проветривать комнату перед игрой, очистить нос от слизи для правильного носового дыхания. Особенно следует остановиться на способах регулирования нагрузки. Если вы видите, что задание оказалось сложным, можно внести изменения в ход самой игры или использовать менее сложную игру, упростить сюжет игры, включать паузы отдыха и дыхательные упражнения. Но всегда следует помнить, что любая нагрузка гораздо полезнее ее отсутствия. Даже если вам не удастся соблюдать режим занятий (оздоровительный эффект возможен лишь при длительных занятиях: 3-4 месяца ежедневно, то просто играть с ними почаще. Это самая лучшая форма выражения любви и заботы.

Все эти игры позволяют проводить лечебно - профилактические занятия в веселой, занимательной форме.

Игры никогда не наскучат детям, они помогут не только снять нервное напряжение, но и разовьют фантазию, увеличат творческий потенциал ребенка.