

ПРОЕКТ

МЫ СО СПОРТОМ – ДРУЗЬЯ!



ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Участники проекта:

- Инструктор по физической культуре
- Инструктор по плаванию
- Дети подготовительных групп
- Воспитатели групп
- Родители

Вид проекта: познавательно-исследовательский

Сроки реализации проекта: октябрь – апрель

Тип проекта: групповой, долгосрочный

Актуальность:

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения приобретает все большую актуальность. В настоящее время в России уровень отклонения в состоянии здоровья детей возрастает с каждым годом. Современный образ жизни большинства взрослых ведет к слабому мотивационному аспекту двигательной активности и низкому уровню представлений о здоровом образе жизни, о значении физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья детей.

Цель: Формировать у детей потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями; приобщать детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

- Обеспечивать всестороннее и гармоничное развитие физических качеств дошкольников.
- Приобщать детей к здоровому образу жизни.
- Формировать жизненно важные двигательные навыки и умения.
- Способствовать укреплению здоровья, развитию воли, целеустремлённости.
- Сделать достоянием каждого ребёнка элементарные знания о своём организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья.
- Воспитывать эстетические потребности личности ребёнка.

Ожидаемые результаты:

- привитие детям потребности в выполнении физических упражнений, развитие физических качеств, гарантирующих всестороннее развитие (ловкость, смелость, выносливость), желания заниматься в спортивных секциях;
- развитие личности воспитанника, его творческого потенциала, умение взаимодействовать с другими людьми;
- воспитание нравственных и патриотических чувств, социальной ответственности (умение действовать в интересах большого сообщества);
- освоение системы интегрированных знаний и умений.

Интеграция образовательных областей в проекте

| Образовательная область | Задачи реализации |
|---|---|
| Физическая культура | формировать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности, развивать психофизические качества, воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию, поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. |
| Познание | расширять и углублять знания детей о спорте; формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры; воспитывать уважение к прославленным российским спортсменам, чувство гордости за их высокие спортивные достижения. |
| Безопасность | формировать основы безопасности жизнедеятельности для сохранения здоровья при выполнении различных видов движений, в эстафетах (быть внимательным по отношению не только к себе, но и другим). |
| Коммуникация | приучать детей – будущих школьников – проявлять инициативу и любознательность с целью получения новых знаний, приучать к самостоятельности ответов и суждений. |
| Чтение художественной литературы | использовать художественные произведения для формирования мотивации к здоровому образу жизни, обогащения знаний о физической культуре, спорте, спортсменах нашей страны. |
| Художественное творчество | формировать устойчивый интерес к изобразительности; обучать активному и творческому применению усвоенных способов изображения в рисовании, лепке; развивать умение отображать в своих рисунках впечатления о спортивных праздниках и развлечениях. |

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА
1 этап Подготовительный (накопление знаний)

| Содержание работы | Задачи | Ответственные |
|---|---|--|
| Постановка проблемы, формулировка целей и задач | | Инструктор по физической культуре |
| Рассматривание иллюстраций, фотографий, журналов на спортивную тематику | | Воспитатели |
| Беседы о спорте, пользе физических упражнений для здоровья | Расширять знания о спорте, спортивных достижениях российских спортсменов | Воспитатели |
| Беседа «Почему мы двигаемся?» «Мы твердо верим в героев спорта» | дать понятие об опорно-двигательной системе (мышцах); развить общую выносливость; воспитать желание самостоятельно заниматься физическими упражнениями. познакомить детей с великими российскими спортсменами, воспитывать уважение к ним, чувство гордости за свою Родину. | Инструктор по физической культуре Воспитатели Инструктор по физической культуре Воспитатели |
| Проведение тематических занятий: - «Радуга здоровья» - «Зачем нужны мышцы» - «Весёлый тренинг» - «Чтобы сильным быть и ловким, всем нужна нам тренировка» | Формировать у детей потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями. Обеспечивать всестороннее и гармоничное развитие физических качеств дошкольников. Приобщать детей к здоровому образу жизни. Формировать жизненно важные двигательные навыки и умения. Способствовать укреплению здоровья, развитию воли, целеустремлённости. | Инструктор по физической культуре |
| Экскурсия в Детскую юношескую спортивную школу | Познакомить детей с секциями, которые функционируют в спортивной школе (художественная гимнастика, дзю-до, футбол, лыжная секция, биатлон, секция ракар-до, плавание, шахматы, теннис) | Инструктор по физической культуре Воспитатели |
| Создание картотеки загадок, стихов о спорте, спортивном инвентаре. | | Инструктор по физической культуре |

2 этап Основной (практический)

| Содержание работы | Задачи | Ответственные |
|---|--|-----------------------------------|
| Проведение соревнований между двумя подготовительными группами «Осенний марафон» | Пропаганда здорового образа жизни; Повышение эмоционально положительного настроения детей и педагогов. | Инструктор по физической культуре |
| Физкультурное развлечение с участием родителей «А, ну-ка, мамочки!» | Формирование положительного отношения родителей к участию в спортивных состязаниях Привлечение родителей к регулярным занятиям физической культурой и спортом Укрепление взаимоотношений детей и родителей посредством спортивных соревнований | Инструктор по физической культуре |
| Проведение спортивных эстафет | Формирование положительного отношения к различным видам спорта Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения | Инструктор по физической культуре |
| Игры-соревнования: - «Попади в цель» - «Кто быстрее» - «Самый ловкий» | Продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Учить сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку при ходьбе по ограниченной площади опоры, закреплять умение ползать по скамейке, опираясь на ладони и колени, повторить прыжки с продвижением вперед. Упражнять в ходьбе и беге, координируя движения рук и ног, учить ходить и бегать ритмично. Формировать правильную осанку, предупреждать плоскостопие. Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве зала. | Инструктор по физической культуре |
| Проведение игр с элементами спорта - волейбол - теннис - футбол (в зале) | приобщение дошкольников к регулярным занятиям физической культурой, популяризация физической культуры и здорового образа жизни. | Инструктор по физической культуре |
| Игровая деятельность: организация сюжетно-ролевых игр «Пограничники», «Космонавты» | способствовать военно-патриотической подготовке дошкольников; воспитывать смелость, выносливость; совершенствовать физическую подготовку. | Воспитатели |

| | | |
|--|--|-----------------------------------|
| Рисование. «Мы со спортом друзья!» | формировать устойчивый интерес к изобразительности; обучать активному и творческому применению усвоенных способов изображения в рисовании; развивать умение отображать в своих рисунках впечатления о спортивных праздниках и развлечениях. | Воспитатели |
| Лепка. «Раз, два, три, спортивная фигура замри». | Развивать умение лепить задуманный образ по представлению, правильно передавать пропорции тела, выразительную позу. Закреплять умение самостоятельно выбирать способы и приёмы лепки. Развивать творческое воображение. | Воспитатели |
| Заучивание стихотворения Л. Сивачевой «Много маленьких спортсменов...», песни Ю. Слонова «Физкультура!». | использовать художественные произведения для формирования мотивации к здоровому образу жизни, обогащения знаний о физической культуре, спорте. Вызвать интерес к стихотворениям и песням, которые посвящены спорту, спортсменам. | Воспитатели |
| Разучить танец с лентами, помпонами (танец группы поддержки) | | Инструктор по физической культуре |
| Реализация подпроекта «Мир мяча» | Успешное овладение детьми действиями с мячом. Повышение умственной активности, ориентировке в пространстве. Учить детей согласовывать свои действия с действиями с товарищами | Инструктор по физической культуре |
| Реализация подпроекта по плаванию «Веселые дельфины» | Приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни. Сохранение и укрепление здоровья детей, посредством проведения оздоровительных мероприятий в бассейне. | Инструктор по плаванию |

3 этап Заключительный (итоговый)

1. Физкультурное развлечение «Папа, мама, я – спортивная семья!».
2. Оформление стенгазеты «Мы со спортом друзья!».
3. Выставка рисунков на спортивную тему (сотворчество детей и родителей).
4. Встреча с тренером из спортивной школы (секции художественная гимнастика, дзюдо, теннис, плавание).

Используемая литература

1. «Занимательная физкультура в детском саду» К.К.Утробина.
2. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» В.Г.Фролов.
3. «Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» Е.Н.Вавилова.
4. «Физическое воспитание дошкольников»(практикум) В.Н.Шебеко, Н.Н.Ермак, В.А.Шишкина.
5. «Какая физкультура нужна дошкольнику» В.А.Шишкина, М.В.Мащенко.
6. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» Л.Д.Глазырина, В.А.Овсянкин.
7. «Физическая культура – дошкольникам» Л.Д.Глазырина.
8. «Быть здоровыми хотим» (оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада) М.Ю.Картушина.

Анкета для родителей

Уважаемые родители! Мы просим Вас ответить на предложенные вопросы. Это очень поможет нам осуществить индивидуальный подход к Вашему ребенку при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий! Заранее благодарны Вам за участие!

1. Часто ли совершаете прогулки в выходные дни? _____
2. Выйдя с ребенком на прогулку, Вы идете...
 - а) В лес
 - б) Во двор
 - в) В магазин
 - г) На спортивную игровую площадку
6. Какие виды игр предпочитает Ваш ребенок?
 - а) Подвижные игры
 - б) Настольные игры
 - в) Сюжетно-ролевые игры
 - г) Другие (Какие?) _____
7. Какое спортивное оборудование имеется у вас дома? _____
8. Что из этого набора вы используете для игр с детьми? _____
9. В какие подвижные игры Вы играли в детстве? _____
10. Используете ли Вы в своих играх мяч? _____
11. Какие подвижные игры Вы знаете? _____
12. Часто ли Вы со своим ребенком играете в подвижные игры?

13. Как Вы думаете, какое значение имеют игры с мячом для физического развития и здоровья детей? _____

