

# • *Проект*

оздоровительной направленности  
**«Для чего нужны мячи?»**



- **Тема «Для чего нужны мячи?»**

**актуальность:** в нашем спортивном зале очень много разного оборудования – обручи, скакалки, гимнастические палки, степы, маты и так далее, но больше всего детям нравится играть в мяч. На вопрос «Для чего человеку нужен мяч? дети наперебой отвечали: Чтобы бросать его, катать, играть в футбол, делать упражнения, прыгать на мяче и т.п. На вопрос «Как же все действия с мячом влияют на ваше здоровье?» вызвал у детей затруднение. Поэтому мы решили это узнать.

**цель:** выяснить, как мячи влияют на здоровье человека.

**задачи:**

- расширить знания детей о разнообразии мячей;
- выяснить, какие действия с мячами можно производить;
- уточнить знания детей о строении тела человека
- научить детей самостоятельно с помощью схем и символов составлять комплексы упражнений с мячом на разные группы мышц.

**тип:**

- по количеству участников (групповой 18 чел.)
- направленности: познавательно-оздоровительной
- приоритету метода: творческий
- продолжительности: краткосрочный ( с 23 октября по 30 ноября)

## То же **План реализации проекта.**

<b>этап</b>	<b>срок</b>	<b>содержание работы</b>	<b>цель</b>
Обсуждение с детьми темы проекта	23-25 октября	Беседа «Какие мячи есть в спортивном зале?» Рассматривание макета строения тела человека.	Познакомить детей с разнообразием мячей и действиями с ними. Дать представление о мышцах человека и их значении
Копилка	25-5 ноября	Сбор картинок или рисунков разных по назначению и размерам мячей и частей тела человека	Создать копилку «Какие части тела человека развивают разные ячи?»
Картотека	10 ноября	Систематизация собранного материала по принципу: части тела и мячи, которые их развивают	Формировать представления детей о том, что разные по размеру и назначению мячи могут развивать разные мышцы человека
Модель	15 ноября	Составление модели мяч	Закрепить представления детей о влиянии мяча на мышцы человека
Продукт	15-28 ноября	Составление карточек с упражнениями с мячом для разных групп мышц	То же
Презентация	30 ноября	«Мячи здоровья»	Предоставить возможность детям самостоятельно рассказать о проекте

## • Описание.

- На первом этапе работы мы с детьми выяснили, какие мячи есть в спортивном зале и их назначении, т.е. какие действия с разными мячами можно производить, например: бросать, играть в футбол, катать, лежать на мяче, сжимать. Затем рассмотрели макет тела человека, ребята получили представление о мышцах и их назначении для здоровья: мышцы должны быть крепкими и упругими, чтобы хорошо держать осанку, трудиться, танцевать, ходить, бегать. Мышцы нужно укреплять и развивать с помощью разных упражнений с мячом.
- На втором этапе была собрана копилка с картинками разных мячей и частей тела человека.
- На третьем этапе собранный материал был упорядочен по группам: части тела, мячи, которые их развивают.
- На четвертом этапе была создана модель «Мяч», показывающая, какие мышцы человека можно развивать разными мячами и какие действия с мячами можно выполнять.
- На пятом этапе ребята придумали упражнения с разными мячами на разные группы мышц и дали им названия. Все упражнения мы нарисовали на карточках для использования их в дальнейшем.
- Затем провели презентацию для детей параллельной группы. Для презентации использовали куб, на сторонах его были изображены разные мячи, с которыми мы придумали упражнения. Ребята подбрасывали куб и с выпавшим мячом показывали упражнения. Приглашенные не только смотрели, они и участвовали в презентации; выполняли упражнения по карточкам.
- **выводы:** в результате проделанной работы дети могут рассказать и показать, какие упражнения с мячом укрепляют и развивают мышцы человека. Карточки с упражнениями используют как на физкультурных занятиях, так и в свободной деятельности. родители принимали в проекте непосредственное участие: ими были найдены картинки с изображением мячей и тела человека. Особых трудностей и проблем в ходе реализации проекта не было. Отношение к нему положительное, такая форма работы с детьми наиболее действенная, при ней формируется осознанное отношение к своему здоровью.