

Проект по физической культуре «Спорт-это жизнь»

Авторы проекта: инструктор по физической культуре Плотникова Елена Сахаветовна. Воспитатели средней группы : Анисимова Наталья Ивановна, Степанова Ксения Алексеевна.

Проект: «БУДУЩИЕ СПОРТСМЕНЫ»

ЦЕЛЬ: Способствовать формированию положительного отношения к здоровому образу жизни, к занятиям физкультурой и спортом в детском саду и семье.

ЗАДАЧИ:

- 1.Создание условий для физкультурно-оздоровительной работы в детском саду
- 2.Расширять и закреплять знания детей о здоровом образе жизни.
- 3.Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.
- 4.Повышение профессионального мастерства педагогов дошкольного учреждения по теме здоровый образ жизни.
- 5.Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.

УЧАСТНИКИ: Дети 4-5 лет (средняя группа). Инструктор по физической культуре, воспитатели, родители.

ТИП ПРОЕКТА: Краткосрочный.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ: 1 неделя.

АКТУАЛЬНОСТЬ: Сохранение здоровья дошкольника зависит от образа жизни, который он ведет, поэтому в детском саду и в семье нужно создать условия для здорового образа жизни каждого ребенка.

Организация проекта.

Постановка проблемы, определение цели и задачи.

Физическое воспитание - один из основных компонентов общего воспитательного процесса, без которых невозможно гармоничное развитие ребенка. Забота о здоровье ребенка занимает во всем мире приоритетные позиции.

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность.

Поэтому сохранение и укрепление здоровья, формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни, должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи.

Низкая компетентность родителей (по данным анкетирования) в вопросах здоровья и сбережения не способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольника.

А добиться успехов в укреплении здоровья и полноценном физическом развитии детей, в повышении их двигательной активности можно только при единых подходах к физическому воспитанию в детских садах и дома.

Цель проекта: формирование у детей представлений о том, что здоровье - главная ценность человеческой жизни, формирование у дошкольников основ здорового образа жизни.

Задачи проекта: расширить и закрепить знания детей о спорте, его видах, о здоровом образе жизни, расширить представления о том, что полезно и вредно для здоровья, расширить знания об отдыхе и спорте, воспитать любовь к физкультуре и спорту у детей, внушить необходимость занятий спортом для дальнейшей жизни, воспитать созидательное отношение к своему здоровью - создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников; повышать интерес родителей, путем привлечения к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач семьи и детского сада.

Пути реализации проекта:

- тематические занятия, в том числе и физкультурные.
- спортивные соревнования;
- беседы;
- подвижные игры,
- консультации для родителей;
- Спортивный праздник « Быть солдатом я хочу»

Продукт проектной деятельности:

1. Консультации для родителей;
2. Папка - передвижка;
3. Тематические занятия: «Лепка спортивного инвентаря», «Спорт - это здоровье»;
4. Спортивный праздник «Быть солдатом я хочу»
5. Картотека загадок, пословиц и поговорок о спорте и здоровом образе жизни.
6. Фотогазета.

Ожидаемый результат:

- повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;
- повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;
- создание единого образовательного пространства на основе доверительных отношений сотрудников ДОО с родителями;
- Снижение заболеваемости воспитанников.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники проекта будут одинаково относиться к проблеме «человек - образ жизни - образование - здоровье».

Когда в данной группе произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать успешным.

Вывод:

Вследствие реализации проекта у дошкольников формируется устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, осваивают прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполняет ее новым содержанием, позволяет использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Повысилась активная родительская позиция в потребности дошкольников в движении на свежем воздухе, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка.

| Форма проведения | Проведение в режиме дня |
|---|--|
| <p>1.Физкультурно-оздоровительные мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - Подвижные игры на улице. - Занятия по физической культуре. - Спортивно-музыкальный праздник « Быть солдатом я хочу!» | <p>ежедневно ежедневно 2 раза в день 22 февраля 2017</p> |
| <p>2.Совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Лепка «Спортивный инвентарь» -Рисование «Что мы знаем о спорте» - Игра с лепбуком «спорт и дети» | <p>По плану</p> |
| <p>3.Работа с родителями:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Консультация для родителей «Движение- основа жизни» -Анкетирование « Здоровый образ жизни» -Папка передвижка «Чему учатся наши дети» | |
| <p>4.Чтение художественной литературы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Т.А Шорыгина «Осторожно сказки» -Г.К Зайцев «Уроки Мойдодыра» -Е.А Алябьева «Поучительные сказки» - А.Барто «Девочка чумазяя» -Пословиц , поговорки и загадки | <p>Ежедневно в 1-ю половину дня</p> |

| | |
|---|--------------------------|
| <p>5. Дидактические игры -«Как избежать неприятностей» -«Наша безопасность» -«Защита» -«Правила гигиены» -«Доктор Айболит»</p> | <p>В свободное время</p> |
| <p>6. Сюжетно-ролевые игры (по выбору): - «Детский сад» (сюжет-зарядка) - «Больница» - «Магазин» (сюжет-витамины наши лучшие друзья) - «Аптека»</p> | <p>В свободное время</p> |
| <p>7.Оздоровительно-профилактические мероприятия: - самомассаж - массаж стоп - гимнастика и закаливание после дневного сна - гимнастика для глаз</p> | <p>ежедневно</p> |
| <p>8. Пальчиковые игры 9. Подвижные игры 10. Дыхательная гимнастика</p> | <p>ежедневно</p> |

ВЕСЁЛАЯ

ЗАРЯДКА

Что нам нужно для зарядки?
Врозь носки и вместе пятки.
Начинаем с пустяка:
Тянемся до потолка.

Не беда, что не достали -
Распрямились. Выше стали!
И стоим не "руки в брюки" -
Перед грудью ставим руки.

Чтоб за лень нас не ругали
Повторим рывки руками.
Эй, не горбитесь, ребята!
До конца своди лопатки.

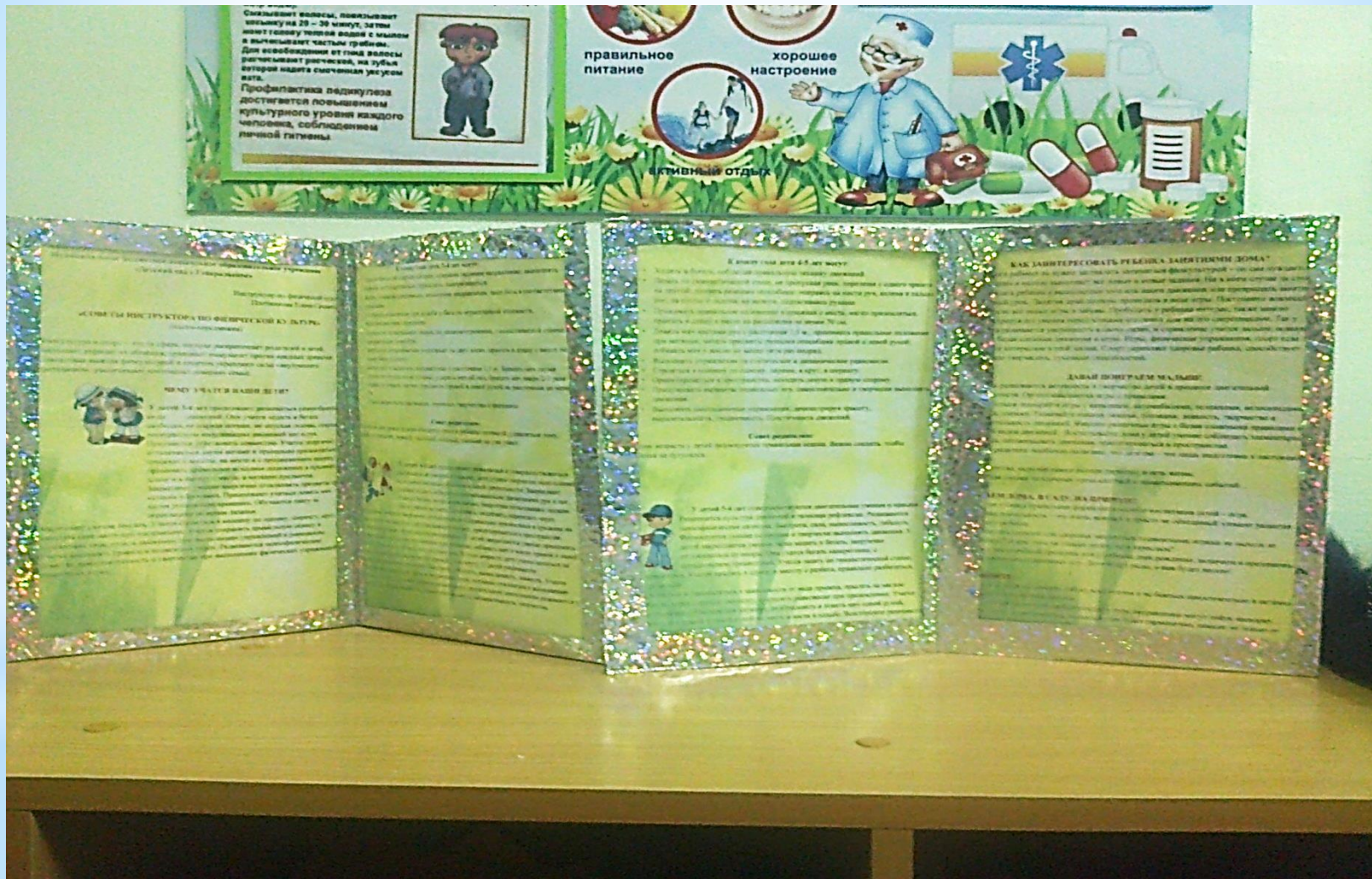
Вправо-влево повторяем,
Гнём себя и выпрямляем.
А теперь наклон вперёд.
Руки в стороны. И вот

Кажется, что вертится
Ветряная мельница.
Встали. Выдохнули: "Ох!"
Вдох и выдох. Снова - вдох.

Отдышались и все вместе
Мы попрыгаем на месте.
Тело силой зарядили -
Про улыбку не забыли.



Папка - передвижка «Советы инструктора по физической культуре»



**Спасибо за
внимание**