

## **Среднесрочный проект «Мы любим физкультуру и спорт!» для детей подготовительной к школе группе**

Новикова Ирина Васильевна, инструктор по физической культуре Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Центр образования № 7 имени Героя Советского Союза Сергея Николаевича Судейского», г. Тула

**Участники проекта:** инструктор по физической культуре, дети подготовительной группы, родители, воспитатели;

**Срок реализации:** 03.2022-05.2022

**Вид проекта:** среднесрочный;

**Тип проекта:** физкультурно-оздоровительный, познавательный;

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегаёт, кричит, пусть он находится в постоянном движении»

Жан Жак Руссо

### **Актуальность.**

Здоровье – это, пожалуй, главное в жизни каждого человека. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему, так как за последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями. Именно в дошкольном детстве закладываются основы крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности. В эти годы происходит становление двигательной деятельности, а также начальное воспитание физических качеств, интерес к спортивным играм.

Но, к сожалению, в настоящее время большинство взрослых из-за образа современной жизни имеет слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень знаний о здоровом образе жизни, физкультуре и спорте. Многие родители недооценивают значения спортивных игр и спортивных развлечений для нормального физического развития ребёнка. Они не играют в спортивные игры вместе с ним. А ведь правильно организованные спортивные игры и спортивные развлечения укрепляют здоровье детей, закаляют организм, помогают развитию двигательного аппарата, воспитывают волевые черты характера, ценные, нравственные качества, являются замечательным средством активного отдыха. Вот почему проблема сохранения интереса к физкультуре и спорту у родителей и детей стала актуальной.

### **Проблема.**

К сожалению, процент детей, имеющих отклонения в здоровье, ежегодно увеличивается, что связано с негативными явлениями в жизни современного ребенка (экология, малоподвижный образ семьи (многие родители уделяют недостаточно внимания двигательной активности детей на прогулках, не рассказывают им о здоровом образе жизни, о роли физкультуры и спорта в укреплении здоровья, не имеют привычки делать зарядку, заниматься спортом и т.д).

В беседах с воспитанниками подготовительной группы о физической культуре, спорте, здоровье людей, выяснилось, что некоторые дети не совсем правильно понимают понятие «здоровый образ жизни», не осознают значимость здоровья, не знают, как его сохранить и укрепить с помощью физкультуры и спорта, не все могут назвать виды спорта, спортсменов). В связи с этим мною был разработан проект «Мы со спортом крепко дружим!», реализация которого позволит решить обозначенные проблемы.

### **Новизна.**

Особенностью проекта является единое воспитательно-образовательное пространство,

созданное на основе доверительных партнерских отношений воспитателей и сотрудников ДОУ с родителями группы. Это - залог успешной работы с детьми.

### **Идея проекта**

Проект представляет собой комплекс мероприятий, которые направлены на организацию двигательной активности детей таким образом, чтобы обеспечить каждому ребенку гармоничное развитие, помочь использовать резервы своего организма для сохранения и укрепления здоровья; систематизировать и расширить представления о физкультуре и спорте, их роли в жизни человека; сформировать осознанную потребность в занятиях физкультурой и спортом.

### **Методы и приемы:**

- 1.Словесный (объяснение, описание, поощрение, убеждение, использование скороговорок, пословиц и поговорок);
- 2.Наглядный (показ педагога, пример, помощь);
- 3.Метод обследования, наглядности (рассматривание иллюстраций, альбомов, просмотр мультфильмов, видеофильмов);
- 4.Проблемно-мотивационный (стимулирует активность детей за счет решения проблемной ситуации);
- 5.Практический (самостоятельное выполнение детьми заданий);
- 6.Эвристический (развитие находчивости и активности);
- 7.Сотворчество (взаимодействие педагога и ребенка в едином творческом процессе).

**Цель проекта:** Систематизация физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении с вовлечением в неё всех участников образовательного процесса для сохранения здоровья воспитанников.

### **Интеграция образовательных областей:**

**ОО «Физическое развитие»:** формировать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности, развивать психофизические качества, воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, инициативность, самостоятельность, поддерживать интерес к физической культуре и спорту. Формировать представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий. Формировать устойчивый интерес к игре с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

**ОО «Речевое развитие»:** формировать у детей инициативу и любознательность с целью получения новых знаний о физкультуре и спорте, приучать к самостоятельности ответов и суждений. Вовлекать детей в разговор во время рассматривания предметов, иллюстраций, слайдов. Закреплять умение вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него полным предложением.

### **ОО «Социально-коммуникативное развитие»:**

Развивать интерес к различным видам подвижных и спортивных игр, физическим упражнениям; к активной деятельности. Поддерживать бодрое и радостное настроение. Воспитывать умение детей соблюдать правила, согласовывать движения, взаимодействовать с педагогом и детьми; уступать, договариваться и ладить друг с другом в совместной игре.

### **ОО «Познавательное развитие»:**

Обогащать представления детей о спорте (вид спорта, спортивный инвентарь, одежда, обувь); формировать на доступном уровне необходимые знания в области физической культуры; воспитывать уважение к прославленным российским спортсменам, вызвать чувство гордости за их высокие спортивные достижения.

### **ОО «Художественно-эстетическое развитие»:**

Формировать устойчивый интерес к продуктивной деятельности; развивать фантазию, умение отображать в своих рисунках впечатления о подвижных играх, спортивных праздниках и развлечениях, занятиях физкультурой и спортом.

## **Ожидаемые результаты:**

### **Для детей:**

- сформируются представления о разных видах спорта, снарядах и инвентаре; устойчивый интерес к игре с элементами спорта, спортивными упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- значительно повысится интерес к спортивным играм, физическим упражнениям и спорту; желание участвовать в подвижных и спортивных играх; ребята узнают о прославленных российских спортсменах.

### **Для родителей:**

- установятся партнёрские отношения родителей и педагогов в совместной организации жизни группы;
- повысится интерес родителей к совместным с детьми спортивным играм, занятиям физкультурой и спортом, участию в спортивных праздниках и развлечениях;
- приобретут знания и практические навыки при взаимодействии с ребёнком.
- примут участие в спортивном празднике.

## **Содержание работы по реализации проекта:**

### ***Первый этап – подготовительный:***

- Постановка проблемы, определение цели и задач проекта;
- Сбор информации о спорте, о спортивных играх;
- Подборка методического и дидактического материала, художественной литературы по теме проекта (сказки, загадки, пословицы, поговорки, стихи);
- Планирование, определение форм и методов привлечения родителей к реализации проекта;
- Разработка картотеки изображений и подвижных игр для детей старшего дошкольного возраста;
- Подборка и изготовление настольно-печатных и дидактических игр;

### ***Второй этап – основной:***

- Донесение до участников проекта важность данной проблемы.
- Проведение занятий, развлечений, бесед.
- Выстраивание сотрудничества с родителями;
- Обновление и обогащение предметно-развивающей среды;
- Совместная двигательная деятельность с детьми;
- Самостоятельная двигательная деятельность детей;
- Организация совместных спортивных праздников родителей с детьми.

### ***Третий этап – заключительный:***

- Просмотр презентации о работе по проекту;
- итоговое спортивное мероприятие;
- анализ результатов реализации группового проекта, корректировка содержания;
- подведение итогов;

## **Реализация проекта**

### **1.Подготовительный этап:**

- Изготовлены и приобретены дидактические игры и настольно-печатные игры, лэпбук «Физкультура и спорт»;
- Оформлены картотеки: «Стихи и загадки о спорте», «Подвижные игры» (для всех возрастов), «Оздоровительные игры», «Народные игры» (для всех возрастов), «Мы играем в городки».



- Подобраны вопросы для конкурса-викторины «Спорт – наш друг» (1. Перечислите 3 вида спортивных игр с мячом (Волейбол, футбол, баскетбол, гандбол...) 2. Назовите зимние виды спорта (Фигурное катание, конькобежный спорт, лыжные гонки, биатлон, слалом...) 3. Назовите водную спортивную игру с мячом. (Водное поло.) 4. Какая спортивная игра требует в большей степени не физической подготовки, а умственной? (Шахматы.) 5. Ударница в игре «Городки». (Бита) 6. Танцор на льду. (Фигурист) 7. Боксерская площадка. (Ринг) 8. Спортивный снаряд для перетягивания. (Канат) 9. «Бородатый» спортивный снаряд. (Козёл) 10. Игра с мячом-дыней (Регби) 11. Русская народная игра, похожая на бейсбол (Лапта)

## 2. Основной этап (практическая реализация проекта)

### Работа с детьми:

- Знакомство со спортивным оборудованием и инвентарем, необходим для занятий разными видами спорта, умение им правильно пользоваться;
- Беседа «Мы верим твёрдо в героев спорта», рассматривание альбома «Великие спортсмены России». Цель: познакомить детей с великими российскими спортсменами, воспитывать уважение к ним, чувство гордости за свою Родину.
- Индивидуальные беседы с детьми «Мои спортивные увлечения», «Моя семья любит спорт».
- Настольно- печатные игры: «Спортивное домино», «Физическое развитие»; обучающие карточки «Спорт», «Олимпийские игры» (летние, зимние), «Виды спорта» (символы), «Подбери спортивный инвентарь»; дидактическое пособие «Виды спорта»; лэпбук «Физкультура и спорт»



- Дидактические игры: «Подбери вид спорта», «История спортивного инвентаря», «Спортивная мозаика», «Назови зимний вид спорта», «Разрезные картинки», «Собери картинку по номерам»; лото «Виды спорта»; «Разрезные картинки» (виды спорта).



- Работа с обучающими карточками «Спорт», «Олимпийские игры» (летние, зимние), «Виды спорта» (символы), «Спортивный инвентарь».
- Подвижные игры: «Горелки», «Ловишки с ленточками», «Быстро возьми», «Третий лишний», «Удочка».
- Чтение стихотворений, отгадывание загадок о спорте.
- Чтение произведений А. Барто «Зарядка», «Физкультура всем нужна»; А. Кутафин «Вовкина победа»; Н. Носов «На горке»; В. Голявкин «Про Вовку и тренеров», заучивание стихотворения Л. Сивачевой «Много маленьких спортсменов...».
- Интеллектуальный конкурс-викторина «Спорт – наш друг».
- Рассматривание иллюстраций в детских книгах о спорте, а также во «взрослой» периодике,

на открытках.

- Спортивные игры с элементами футбола, тенниса, баскетбола.
- Рассматривание иллюстраций о видах спорта, плаката «Закалка, спорт, движение»



- Художественно-творческая деятельность: раскрашивание иллюстраций с изображением спортивных снарядов, атрибутов, спортсменов; рисование «Мы спортсмены». Цель: Развитие воображения детей, организация выставки рисунков.



- Чтение художественной литературы, оформление центра книги.
- Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе: физические упражнения «Мы — спортсмены!»



- Игры спортивные спокойные: шашки, шахматы, настольные игры по теме («Придумай загадку» - виды спорта, «Покажи и назови» - атрибуты для зимних и летних видов спорта).



- Самостоятельная двигательная деятельность детей  
Подвижные игры и игры-эстафеты на прогулке на групповой площадке (игры с мячами, обручами, скакалками; отработка броска биты в городках, игры-эстафеты)





- Элементы спортивной игры «Городки»



- Упражнения, подвижные игры и эстафеты на спортивной площадке:  
(игры с мячами, обручами, скакалками; отработка броска биты в городках, игры-эстафеты)





### Работа с родителями:

- Консультации для родителей: «Как провести выходной день с детьми», «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»; «Памятка для родителей по организации двигательной деятельности детей» - буклет; », «Как заинтересовать ребенка занятиями спортом», «Здоровый образ жизни семьи» - папка – ширма; «Составляющие ЗОЖ», «Спортивный уголок дома», «Здоровье-всею голова» - информационные листы;



- Анкетирование на тему «Какое место в вашей семье занимает физкультура и спорт?»;
- Организация совместного с детьми спортивного праздника «Ловкие, сильные, смелые!».



### 3. Заключительный этап:

- Конкурс-викторина «Спорт – наш друг»;
- Оформление выставки детских рисунков «Мы спортсмены»;
- Изучение результатов анкеты для родителей на тему «Какое место в вашей семье занимает физкультура и спорт?»;
- Оформление рекомендаций для родителей по воспитанию у детей стремления к занятиям физкультурой и спортом;

### Продукты проекта:

- Выставка детских рисунков «Мы спортсмены»;
- Спортивный праздник с родителями «Ловкие, сильные, смелые!».

**Используемая литература:**

«Занимательная физкультура в детском саду» К.К.Утробина.

«Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» В.Г.Фролов.

«Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость» Е.Н.Вавилова.

«Какая физкультура нужна дошкольнику» В.А.Шишкина, М.В.Машенко.

«Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» Л.Д.Глазырина,  
В.А.Овсянкин.

«Физическая культура – дошкольникам» Л.Д.Глазырин