

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №18 «Мишутка»

Проект
«Мы со спортом крепко дружим!»

Разработала и реализовала:
Мирошниченко А.М.
учитель ФК

г. Сургут, 2022 г.

Актуальность.

Здоровье – это, пожалуй, главное в жизни каждого человека.

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения приобретает все большую актуальность.

В настоящее время в России общий уровень отклонения в состоянии здоровья детей ежегодно возрастает на 6,7 %. Из-за образа современной жизни у большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень знаний о здоровом образе жизни, спорте и олимпийском движении. Родители мало рассказывают детям о том, какими болезнями можно заболеть и как их предупредить. Как вести себя, что нужно сделать, чтобы не навредить своему здоровью и организму.

Физическое развитие ребенка имеет существенное значение в предупреждении травм. Доказано, что хорошо физически развитые дети - ловкие, гибкие, с хорошей координацией движений редко получают травмы. Поэтому необходимо уделять значительное внимание физическому развитию детей. Учитывая, что часто источником травмы у ребенка становится сверстник, важно воспитывать у дошкольников чувство гуманности, сострадания, доброты к окружающим, в том числе и к другим детям.

Выбранная тема показалась мне интересной и актуальной потому, что навыки и привычки, сформированные в дошкольном возрасте, сохраняются на всю жизнь.

Проблема. В настоящее время наблюдается ухудшение здоровья подрастающего поколения, поэтому потребность в формировании у детей представлений о здоровом образе жизни возрастает и требует поиска новых путей в образовательно-воспитательной работе с дошкольниками.

При беседах с воспитанниками группы о физической культуре, спорте, здоровье людей, выяснилось, что некоторые дети не совсем правильно понимают понятие «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья, не знают, как его сохранить и укрепить.

Идея проекта «Мы со спортом крепко дружим!».

Проект представляет собой комплекс мероприятий, которые направлены организовать двигательную активность таким образом, чтобы обеспечить каждому ребёнку гармоничное развитие, помочь ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления и улучшения его здоровья.

Также дети узнают много нового и полезного о работе своего организма, о том, как он устроен.

Новизна.

Особенностью проекта является единое воспитательно - образовательное пространство, созданное на основе доверительных партнерских отношений воспитателей и сотрудников ДОО с родителями группы. Это - залог успешной работы с детьми.

Цель проекта: сохранение и укрепление здоровья детей группы.

Задачи проекта:

Для детей:

Образовательные:

- сформировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять своё здоровье;
- повысить интерес к подвижным играм, занятиям физической культурой и спортом; к Олимпийским играм;
- расширить двигательные возможности ребёнка за счёт освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий;
- продолжать формировать представление детей о здоровом образе жизни.
- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий.

Развивающие:

- продолжать укреплять и сохранять здоровье детей введением физкультурно-оздоровительных, закаливающих мероприятий;
- развивать социально значимые личностные качества: трудолюбие, целеустремлённость, выдержку, организованность, инициативность;
- развивать у детей физические качества: выносливость, быстроту, силу, ловкость, сноровку, координацию, ориентир.
- закрепить и систематизировать знания детей о правильной осанке, культурно - гигиенических процедурах;
- развивать мыслительные способности, внимание, память, речевую активность, общую и мелкую моторику;
- развивать у детей умения выполнять правильно дыхательную, артикуляционную гимнастики, самомассаж, точечный массаж, физические упражнения.

Воспитательные:

- воспитывать у детей социально значимые личностные качества: трудолюбие, целеустремлённость, выдержку, организованность, инициативность;
- воспитывать стремление к укреплению и сохранению здоровья посредством занятий физической культурой и спортом.

- воспитывать у детей доброжелательные отношения, умение договариваться и сотрудничать во время совместных игр, эстафет, соревнований.

Для воспитателей:

- создать условия для благополучного и комфортного состояния детей на спортивных мероприятиях.
- Расширить информационную базу по указанной теме.
- Обновить спортивный и выносной инвентарь для детей группы.

Для родителей:

- повысить педагогическую культуру родителей, познакомить с формами и методами сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей;
- развивать творческие и физические способности в спортивной деятельности.

Условия реализации проекта «Мы со спортом крепко дружим!».

Интеграция и дифференциация здоровьесберегающего материала с

содержанием базовой программы «Детство» под редакцией Т. П. Бабаевой, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцевой и др.

1. Наличие теоретических и практических знаний у педагогов.

Накопление, систематизация материалов по теме проекта и создание здоровьесберегающей среды в условиях группы.

2. Активное сотрудничество с семьями воспитанников группы и социумом.

Краткое содержание проекта:

В процессе работы над проектом у детей формируются и расширяются представления о физкультуре и спорте, их безопасности жизнедеятельности; воспитываются положительные качества, проявляются собственные потенциальные возможности, данные каждому ребенку от рождения.

Ожидаемые результаты проекта:

Для детей:

Дети группы имеют первоначальные знания о важности активного образа жизни, пользе физических упражнений и занятий спортом, об истории Олимпийского движения, чемпионах Мордовии и России.

Дети также освоили главные правила по безопасности жизнедеятельности, личной гигиене, правильном питании; научились приемам самомассажа, различным гимнастикам (дыхательной, пальчиковой, для глаз), управлять своими чувствами (сдерживать слезы, гнев и т. д.)

Пополнили словарный запас спортивной терминологией.

Для воспитателей:

В результате реализации проекта качественно изменится работа воспитателей, которые смогут эффективнее решать задачи воспитания и обучения детей дошкольного возраста по данной теме.

Для родителей:

Информированность о необходимости заниматься физической культурой и спортом. Знакомство с историей Олимпийского движения. Проявление интереса к занятиям физкультурой и спортом совместно с детьми.

Интеграция образовательных областей:

ОО «Физическое развитие»: 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.

ОО «Речевое развитие»: формировать у детей инициативу и любознательность с целью получения новых знаний о физкультуре и спорте, приучать к самостоятельности ответов и суждений.

Продолжать учить детей внятно произносить в словах звуки; развивать моторику речедвигательного аппарата, речевой слух и речевое дыхание. Вовлекать детей в разговор во время рассматривания предметов, иллюстраций, слайдов. Обучать умению вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него полным предложением. Развивать умения инсценировать и драматизировать небольшие отрывки из рассказов, стихотворений, сказок и потешек.

ОО «Социально-коммуникативное развитие»:

Развивать интерес к различным видам игр, физическим упражнениям; к активной деятельности. Поддерживать бодрое и радостное настроение. Развивать у детей умение выбирать роль, выполнять в игре несколько взаимосвязанных действий.

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»: расширять и углублять знания детей о физкультуре и спорте; формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры; воспитывать уважение к прославленным российским спортсменам, вызвать чувство гордости за их высокие спортивные достижения.

ОО «Художественно-эстетическое развитие»: способствовать развитию навыков выразительной передачи игровых и сказочных образов.

Формировать устойчивый интерес к продуктивной деятельности; обучать активному и творческому применению усвоенных способов изображения в рисовании, лепке; развивать фантазию, умение отображать в своих рисунках впечатления о подвижных играх, спортивных праздниках и развлечениях, занятиях физкультурой и спортом.

Методы и приемы:

- Словесный (объяснение, описание, поощрение, убеждение, использование скороговорок, пословиц и поговорок);
- Наглядный (показ педагога, пример, помощь);
- Метод обследования, наглядности (рассматривание коллекций, иллюстраций, альбомов, просмотр мультфильмов, видеофильмов);
- Проблемно-мотивационный (стимулирует активность детей за счет включения проблемной ситуации)
- Практический (самостоятельное выполнение детьми заданий);
- Эвристический (развитие находчивости и активности);

Сотворчество (взаимодействие педагога и ребенка в едином творческом процессе).

Ресурсное обеспечение:

1. «Большая олимпийская энциклопедия» ID COMPANY, 2008 г.
Литературное агентство «Научная книга» 2008 г.
2. «Расти здоровым»: Детская энциклопедия здоровья/ пер. с англ. – М.: Физкультура и спорт, 1992 – 592с.
3. ИКТ, видеопрезентации, мультфильмы.
4. Фотоматериалы.
5. Музыкальный центр. Аудиозаписи (музыка и песни на спортивную тематику).
6. Художественная литература.
7. Спортивный инвентарь.
8. Раздаточный материал для продуктивной деятельности (на каждого ребенка).

Этапы реализации проекта:

Первый этап - организационный.

- Постановка проблемы, определение цели и задач проекта «Мы со спортом крепко дружим!».
- Сбор информации и подготовка методической, научно-популярной и художественной литературы, иллюстрированный материал по теме проекта.
- Планирование, привлечение родителей к реализации проекта.

Второй этап - внедренческий.

- Довести до участников проекта важность данной проблемы.
- Проведение занятий, развлечений, бесед, экспериментов, мероприятий.
- выстраивание сотрудничества с родителями;
- обновление и обогащение предметно-развивающей среды группы;

Третий этап - результативный.

- Просмотр презентации о работе по проекту; итоговое спортивное развлечение «Будущие чемпионы - нынче ходят в детский сад»;
- анализ результатов реализации группового проекта, корректировка содержания, подведение итогов;
- обобщение и распространение опыта работы на педагогических сайтах.

Механизмы оценки результатов: анкетирование, наблюдения, самоанализ.

Итог: Воспитательная ценность: У детей значительно повысился интерес и желание заниматься утренней гимнастикой, физкультурой, подвижными играми, пальчиковой и дыхательной гимнастикой, принимать активное участие в закаливающих процедурах.

Познавательная ценность: Воспитанники группы узнали историю Олимпийских игр, ее символику и традициях.

У детей повысились знания о видах спорта, знаменитых спортсменах нашей страны, Мордовии, о значении здорового образа жизни на рост и развитие всего организма.

Расширилось их представление о закаливающих мероприятиях, их огромной пользе для здоровья человека.

Перспектива: С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых совместных проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении. Дети и родители нашей группы планируют участвовать в спортивных мероприятиях ДОУ, Днях здоровья города Сургута.

Литература:

1. «Детство»: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т. П. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2014. - 321 с;
2. Гуменюк, Е. И. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни. Рабочая тетрадь / Е.И. Гуменюк, Н.а. Слисенко. - М.: Детство-Пресс, 2013. - 271 с;
3. Деркунская, В. А. Образовательная область "Здоровье". Как работать

- по программе "Детство" / В.А. Деркунская. - М.: Сфера, Детство-Пресс, 2012. - 176 с;
4. Дыбина О.В.// Занятия по ознакомлению с окружающим миром в старшей группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2016;
 5. Киселева Л.С., Данилина Т.А., Лагода Т.С., Зуйкова М.Б. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения // Пособие для руководителей и практических работников ДОУ – М.: АРКТИ, 2005;
 6. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей дошкольного возраста - М., 2004;
 7. Кириллова, Ю. А. Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей логопедических групп с диагнозом ОНР и детей массовых групп детского сада от 3 до 7 лет / Ю.А. Кириллова. - М.: Детство-Пресс, 2012. - 368 с;
 8. Кириллова Ю.А. «Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста»// . Детство - Пресс, 2012 - 80с;
 9. Пензулаева Л. И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа» ФГОС. Изд.: Мозайка, 2014г.;
 10. Нищев, В. М. Весёлая анатомия. Формирование представлений о себе и о своем теле / В.М. Нищев, Н.В. Нищева. - М.: Детство-Пресс, 2016. - 303 с;
 11. Новикова, И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет / И.М. Новикова. - М.: Мозаика-Синтез, 2009. - 753 с;
 12. Соколова Л.А. «Детские Олимпийские игры. Занятия с детьми 2 – 7 лет»: Волгоград, 2012 – 78 с;
 13. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников. СПб.: Детство-Пресс, 2007;
 14. Яковлева Л. В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. В 3 частях. Часть 1. Программа "Старт". Методические рекомендации / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. - М.: Владос, 2014. - 320 с;
 15. «Расти здоровым»: Детская энциклопедия здоровья/ пер. с англ. – М.: Физкультура и спорт, 1992 – 592с.

Организация деятельности детей в рамках проекта.

Виды деятельности	Тема
1.Познавательно исследовательская деятельность	«Как стать знаменитым спортсменом?» «Что происходит с нашим организмом (сердце, легкие, мышцы) после занятий физической культурой?» «Каковы мои физические возможности?»
2. Коммуникативная	1.Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта; о здоровом образе жизни; строении человека; оформление альбомов. 2. Дидактическая игра: «Назови вид спорта», «Спортивное оборудование», «Кому что нужно?», «Подбери рифму», «Один – много», «Подбери определение» и др. 3. Составление рассказов детей о видах спорта, спортсменах. 4. Фотовыставка «Как мы занимаемся спортом». 5. Беседы: «Олимпиада. Где и как она возникла?», «Олимпийская символика и традиции», «Знаменитые современные чемпионы олимпиад», «Знаменитые спортсмены Мордовии».

3. Двигательная деятельность детей	1. Утренняя и бодрящая гимнастика после дневного сна; 2. прогулки; 3. физкультурные занятия; 4. подвижные игры; 5. спортивные развлечения, досуги, праздники; 6. Дни здоровья; 7. спортивные упражнения; 8. физкультминутки, пальчиковые гимнастики, точечный массаж, артикуляционная гимнастика; 9. спортивные игры, эстафеты, соревнования.
4. Продуктивная деятельность детей	1. Выставка детского творчества «Зимние забавы», «Всей семьей занимаемся спортом», «Наш зимний участок». 2. Изготовление атрибутов для участка.
5. Музыкально-художественная деятельность	1. Прослушивание и разучивание песен на спортивную тематику: «Спортивная семья», «Трус не играет в хоккей», «Старт даёт Москва» и т.д.
6. Чтение художественной литературы	1. Загадки и пословицы о видах спорта и физической культуре; 2. Рассказы: «Волшебный нос», «Про орехи», В. Беспалов «Голубая льдинка», Ч. Янчарский «Приключения Мишки-Ушастика», В. Голявкина «Про Вовкину тренировку», С. Афонькина «Зачем делать заряду?», «Как стать сильным?» , В. Носов «На горке», А. Говоров «Секрет бодрости»; стихотворения: Г. Граубина, Е. Ильина, Л. Мезинова, С. Пркофьевой, Г. Сапгира;
7. Игровая деятельность	Сюжетно ролевая игра: «Прогулка в зимний лес», «Поездка на ледовую арену»; участие в Малых олимпийских играх; Подвижная игра: «Бездомный заяц», «Салют», «Хитрая лиса», «Мороз- Красный нос», «Ловишки», «Лавата», Мордовская народная игра: «Раю-раю», «В горшки», «Волк во рву». Театрализованная игра: имитация движений, «Зеркало», «Пантомима», «Расскажи стихотворение руками».
Работа с родителями	Консультации: 1. «Как провести выходной день с детьми»; 2. «Профилактика гриппа, ОРВИ и простудных заболеваний»; 3. «Роль семьи в физическом воспитании ребёнка»; 4. «Зачем заниматься утренней гимнастикой, физкультурой и спортом?»; 5. Анкетирование: «Здоровье Вашего ребенка»; 6. совместное строительство зимних построек на групповом участке; 7. Папка-раскладушка «Игры, которые лечат» (по методике Голанова); 8. Выставка совместного творчества «Мы со спортом крепко дружим!».

