Муниципальноебюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №34

Проектная деятельность с детьми подготовительной группы (6-7 лет)

 «Наше здоровье в наших руках».

# Педагогический проект «Спорт для здоровья»

**Проблема:**тенденция ухудшения состояния здоровья, снижение уровня двигательной подготовленности детей дошкольников, недостаточные знания детей о спорте и здоровом образе жизни.

**Актуальность проекта**:

В соответствии с ФГОС задачи по реализации образовательной области «Физическое развитие» направлены на охрану здоровья, формирование основы культуры здоровья, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие. В настоящее время, несмотря на разнообразие программ, внедряемых в дошкольных образовательных учреждениях, проблема совершенствования физического воспитания детей остается актуальной. Это подтверждается тенденцией ухудшения состояния здоровья, снижением уровня двигательной подготовленности детей. Специалисты отмечают, что совершенствование системы физического воспитания необходимо как в плане традиционно используемых, так и внедрения новых средств, форм и методов занятий физическими упражнениями.

**Объект проектной деятельности:** дети подготовительной группы

**Предмет проектной деятельности:** физическое и социально-коммуникативное развитие детей.

**Цель проекта:** создание условий для развития у детей дошкольного возраста положительной мотивации к занятиям спорта как основы их физического и социально-коммуникативного развития.

**Задачи проекта:**

* развить личность каждого ребенка через совершенствование физических качеств, спортивных умений и навыков;
* формировать положительную мотивацию у детей к занятиям спортом, прививать потребность к здоровому образу жизни;
* обогатить знаниями в области физической культуры и спорта;
* формировать интерес к играм соревновательного характера;
* развить навыки командного взаимодействия: содружества, ответственности и взаимовыручки*.*

**Формы и методы:**

Проведение утренней гимнастики, гимнастики пробуждения с включением общеразвивающих упражнений; организация подвижных игр и физических упражнений на прогулке; использование комплекса ОРУ с проведением беседы, с использованием произведений художественной литературы и рассматриванием иллюстраций; проведение физкультминуток в виде дифференцированных игр и упражнений с учетом индивидуальных и гендерных особенностей детей.

**Предварительная работа:**

Чтение художественной литературы о спорте и здоровом образе жизни;

Просмотр картинок, альбомов на спортивную тематику;

Просмотр фотографий, где представлены элементы олимпийских игр – шествие спортсменов, поднятие флага, соревнования;

Беседы о спорте и здоровом образе жизни.

Разучивание спортивных речёвок;

Продуктивная деятельность: изготовление эмблем для команды «Молния» для участия в спортивных играх.

Дидактические игры: «Найди отличия», «Мой режим», «Четвертый лишний», «Хорошо и плохо», «Сложи картинку», «Определи, на какой звук начинается».

Прогулка: двигательная деятельность со спортивным инвентарем (мячи, кегли, дартс, скакалки, бадминтон и др.).

**Ресурсы:**

**1. Кадровое обеспечение.**

Участники проекта:

* воспитатель (методическая поддержка и консультирование);

-дети[подготовительной](http://planetadetstva.net/pedagogam/starshaya-gruppa)группы;

-родители воспитанников (совместная деятельность);

* музыкальный руководитель; - воспитатели группы.

**2. Информационное обеспечение.**

***-*** информационный стенд для родителей, доступ к Интернет-ресурсам, печатная продукция (Дошкольная педагогика», «Дошкольное воспитание»)

-видео-презентации;

-наглядно-дидактические пособия, книги.

**3. Материально-техническое обеспечение.**

-спортивное оборудование в группе и на площадке;

-фотоаппарат;

-магнитофон.

**Перечень этапов**

1. Этап – подготовительный
2. Этап — основной (практический)
3. Этап — заключительный

**Поэтапный план реализации проекта: *1. Этап – подготовительный*** Беседа с детьми по теме проекта.

Анкетирование родителей.

Обсуждение цели и задач, обоснование, предсказание путей реализации проекта со всеми участниками проекта. Подборка и изучение необходимой литературы

Подборка материалов и создание необходимых условий для реализации проекта.

1. ***Этап — основной (практический)***

Внедрение в воспитательно – образовательный процесс инновационных и эффективных методов и приёмов по расширению знаний о пользе для здоровья спорта и о здоровом образе жизни.

Создание книжек – малышек на тему спорта.

Разработка и накопление методических материалов, разработка советов по теме проекта.

1. ***Этап — заключительный***

Обработка результатов по реализации проекта.

Выставка книг, памятки, книжек – малышек.

Анкетирование родителей.

рекомендации для родителей.

**Вид проекта:**

По продолжительности: краткосрочный (2 недели)

По характеру контактов: в рамках ДОУ, между детьми старшей и подготовительной к школе групп.

По количеству участников: фронтальный.

Проект – результат творческой и двигательной деятельности детей, родителей, воспитателей и специалистов детского сада.

**Конечный продукт проекта:**

* Сформированность у детей дошкольного возраста положительной мотивации к занятиям спорта как основы их физического и социально-коммуникативного развития.
* Проведение спортивного праздника «Спортлэнда» совместно с родителями и специалистами сада.
* Разработка конспекта непосредственно-образовательной деятельности «Спортивный праздник «Спортлэнд» для педагогов и специалистов для использования в своей практике.
* Разработка рекомендаций для родителей.
* Изготовление книжек-малышек.

**Критерии оценки эффективности реализации проекта (признаки, на основании которых производится оценка эффективности реализации проекта), диагностический инструментарий (средства оценивания результатов реализации проекта)**

* созданные условия для активной деятельности детей в группе и на участке (изготовление нетрадиционного спортивного инвентаря), способствующие развитию интереса у детей играм соревновательного характера и навыкам командного взаимодействия.
* разработанная циклограмма двигательной активности детей (Приложение № 1);
* удовлетворённость родителей результатами совместной деятельности по педагогическому сопровождению детей в формировании и развитии положительной мотивации к занятиям спортом и оздоровлению детей (Приложение № 2***анкета***).
* внешняя оценка результатов деятельности (участие в творческой группе по инновационной деятельности в разработке модели «Взаимодействия специалистов, педагогов образовательной организации и родителей по решению образовательных задач в системе комплексного сопровождения детей с ОВЗ, в том числе детей с инвалидностью в соответствии с требованиями ФГОС ДО») (*Приложение №)*.

*Снижение заболеваемости детей, посещающих МБДОУ.*

*Повышение уровня физической подготовленности.*

*Использование полученных знаний и сформированных умений детьми в повседневной жизни.*

*Привлечение внимания родителей к проблемам физического образования и оздоровления детей*

*Развитие творческой инициативы педагогов.*

Литература:

* 1. ФГОС ДО
  2. Наглядно – дидактическое пособие «Рассказы по картинкам» - «Зимние виды спорта»
  3. Наглядно – дидактическое пособие «Рассказы по картинкам» - «Летние виды спорта»
  4. *По программе «От Рождения до школы»…………*
  5. Мастер-класс для руководителей и педагогов ДОУ. Здоровьесберегающая педагогическая система: модели, подходы, технологии.

Приложение 1

# Циклограмма двигательной активности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Форма организации двигательной активности в**  **режиме дня** | **Продолжительность деятельности** | **День и время проведения** |
| Зарядка, утренняя гимнастика | 10-12 минут | 08.15.-08.25. ежедневно |
| Физминутки во время НОД | 5 минут | 10.00-11.00 ежедневно |
| Пальчиковая гимнастика | 10-15 минут | Ежедневно |
| Подвижные игры | 15-20 минут  2-4 раза в день | На прогулке с 11.00-12.00 и с  17.00-18.00 |
| Спортивные игры | Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в  неделю | Четверг с 17.00-17.30 |
| Физкультурные упражнения на прогулке | 10-15 минут | На прогулке с 11.00-12.00 |
| Спортивные праздники | 60 минут | 1 раз в полугодие |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей | Ежедневно | На прогулках и в вечернее время в группе |
| Упражнения после дневного сна, гимнастика после сна | 5-10 минут | 15.00-15.10 ежедневно |

Приложение 2

**Анкета для родителей** «Здоровый образ жизни в семье»

1. Что беспокоит Вас в состоянии здоровья ребенка?
2. Сколько времени проводит ребенок на свежем воздухе в будни, в выходные?
3. Приучаете ли Вы своего ребенка к прогулкам пешком?
4. Применяете ли Вы сами какие-либо закаливающие средства?
5. Какие виды закаливания Вы проводите?
6. Делаете ли Вы сами зарядку по утрам?
7. Каким видом спорта Вы увлекаетесь?
8. Как часто Вы ходите с детьми на спортивные мероприятия?
9. Чтобы Вы хотели узнать о возможности оздоровления своего ребенка?
10. Контролируете ли Вы осанку ребенка во время ходьбы и когда ребенок сидит?
11. Соблюдаете ли Вы дома воздушно-тепловой режим (поддержание определенной t C, режим проветривания)?
12. Соблюдаете ли Вы требования к организации режимного дня вашего ребенка?

Приложение 3

НОД

Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»,

«Познавательное развитие», «Речевое развитие»

# Беседа о спорте

Воспитатель. Ребята! Сегодня мы поговорим о спорте. Что же такое спорт? (ответы детей)

В. Да, спорт – это занятие физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования, достижения высоких результатов, желание победить. Кто же занимается спортом?

(ответы детей)

В. Правильно, люди, которые занимаются спортом, называются спортсменами. А что нужно делать, чтобы стать спортсменом?

(ответы детей)

В. Да, нужно заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться… Ребята, подумайте, какие бывают спортивные соревнования?

(ответы детей)

В. Правильно, турниры, спартакиады, чемпионаты, Олимпиады. Как вы думаете, для чего проводят все эти соревнования?

(ответы детей)

В. Да, чтобы спортсмены соревновались и смогли узнать, кто самый быстрый, сильный, выносливый, ловкий; ещё это праздник для всех болельщиков и спортсменов. А как вы считаете, какие соревнования являются праздником для спортсменов всего мира?

(ответы детей)

В: Правильно, Олимпийские игры. В этом году, В России проходили зимние олимпийские игры. Кто знает, в каком городе они проходили?(ответы детей) Награда, которую получают три лучших спортсмена в любом виде спорта ииз каких металлов сделаны медали.(ответы детей)

# ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ

Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»,

«Познавательное развитие», «Речевое развитие»

**«Найди отличия»**

**Цели и задачи:** формировать у детей интерес к физкультуре и спорту; учить детей узнавать и называть виды спорта; развивать память, внимание, логику. **Правила:**Игроку предлагают рассмотреть картинки; назвать вид спорта; найти отличия между изображениями.

**«Мой режим»**

**Цели и задачи:**формировать у детей стремление вести здоровый образ жизни; учить детей составлять правильный режим дня; развивать память, внимание, логику.

**Правила:** Ребенку предлагается рассмотреть режим дня в картинках, и определить какие моменты отсутствуют. На начальном этапе обучения отсутствует только одна картинка. При последующем усвоении темы «Режим дня», количество отсутствующих картинок становится больше. На завершающем этапе ребенок самостоятельно выкладывает режим.

**«Четвертый лишний»**

**Цели и задачи:** формировать интерес к физкультуре и спорту; закреплять знания детей о спорте, физкультуре, гигиене и здоровье; развивать логику, мышление, память.

**Правила:** Игрок берет одну карточку, на которой изображены четыре картинки. Игрок называет, что изображено на карточке, затем закрывает лишнюю картинку, объясняя, почему она лишняя.

**«Хорошо и плохо»**

**Цели и задачи:** приучать детей к здоровому образу жизни; учить детей сравнивать хорошее и плохое, полезное и вредное; прививать детям желание вести здоровый образ жизни; развивать мышление, логику, память.

**Правила:** детям раздаются карточки, на которых изображены ситуации вредные для здоровья. Игроки должны определить, почему это вредно и найти парную карточку с изображением ситуации полезной для здоровья.

**«Сложи картинку»**

Картинки с изображением видов спорта, инвентаря разрезаны на различные геометрические фигуры.

**Цели и задачи:** формировать у детей интерес к физкультуре и спорту; знакомить детей с видами спорта; учить детей узнавать и называть виды спорта; развивать воображение, мышление, логику.

**Правила:** игрок собирает картинку из частей. Собрав, ребенок рассказывает, что изображено на картинке.

**«Определи, на какой звук начинается»**

**Цели и задачи:** формировать у детей интерес к физкультуре и спорту; знакомить детей с видами спорта; учить детей узнавать и называть виды спорта; развивать воображение, мышление, логику; расширять и активизировать словарный запас по теме спорт.

**Правила:**детям раздаются предметные карточки, на которых изображены различные виды спорта. Игроки должны выделить первый звук, обозначая его буквой и составить слово относящиеся к виду спорта.

# Речёвки

Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие», «Речевое развитие»

1. Будем бегать быстро, дружно!

Победить нам очень нужно!

1. Мы готовы, как всегда,

Победить вас без труда!

1. Мы быстрые как **молния**,

Привыкли побеждать,

И в этот раз попробуем всех вас переиграть!

1. Ребята - вперед! Ребята - давайте!

Ребята - на поле не засыпайте!

1. Девиз наш: дружба и успех!

Мы победим сегодня всех!

Приложение 4

# Художественная литература

Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие» **Будь спортивным и здоровым…**

Будь спортивным и здоровым!

Спортивным быть теперь вновь модно! Со спортом много ты поймёшь: Спорт – и здоровье без таблеток, Спорт – и веселье без забот. С друзьями спортом заниматься, Поверь, реально круглый год! Мороз – коньки ты одеваешь, затем на лыжи уж встаёшь!

Попробуй делать каждый день

Зарядку утром! Будет лень

Вначале, но привыкнешь скоро…

Здоровым станешь – это клёво! (Агния Жаброва)

2.**Утренняя зарядка**

Утренняя зарядка

Раз, два, три, четыре, пять – Начинаем мы вставать. Ну-ка, быстро – не ленись, на зарядку становись!

Раз, два, три, четыре – Руки выше! Ноги шире! И наклон туда – сюда, как по горочке вода! Я водички не боюсь, из ведёрка обольюсь.

Будем закаляться,

Спортом заниматься! (Данилина Анастасия)

3.**Зарядка**

По порядку Стройся в ряд!

На зарядку Все подряд!

Левая!

Правая!

Бегая,

Плавая,

Мы растем

Смелыми,

На солнце Загорелыми.

Ноги наши

Быстрые,

Метки

Наши выстрелы,

Крепки

Наши мускулы

И глаза не тусклые. По порядку Стройся в ряд!

На зарядку Все подряд!

Левая!

Правая!

Бегая,

Плавая,

Мы растем

Смелыми,

На солнце

Загорелыми. (Агния Барто)

4. **Спорт – это жизнь…**

Спорт – это жизнь, это радость, здоровье, Разнообразные игры с друзьями.

Спорт – и работа до изнеможенья, и тренировки, чтоб все проиграли.

Многие годы без отдыха были: И уставал ты, и падал вдруг вниз, но достиженья тебя поднимали.

Нередко за это давали и приз!

Вон стадион – рукоплещут трибуны! Море вокруг разноцветных огней!

Перед тобой беговая дорожка… Себе говоришь ты: «Быстрее, быстрей!» Ты победил, ты – герой на сегодня.

Хвалебные песни повсюду звучат.

Люди чужие тебя поздравляют,

И про победу все говорят. (Володин Даниил)

# Загадки о спорте и здоровом образе жизни

Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»,

«Познавательное развитие», «Речевое развитие»

Любого ударишь – Он злится и плачет.

А этого стукнешь – От радости скачет! То выше, то ниже,

То низом, то вскачь.

Кто он, догадался?

Резиновый ...

(Мяч)

Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит. Чуть ударишь, сразу вскачь, ну, конечно – это ...

(Мяч)

Силачом я стать решил, К силачу я поспешил: - Расскажите вот о чем, Как вы стали силачом? Улыбнулся он в ответ:

- Очень просто. Много лет, ежедневно, встав с постели, поднимаю я ...

(Гантели)

Есть лужайка в нашей школе, а на ней козлы и кони. Кувыркаемся мы тут

Ровно сорок пять минут.

В школе – кони и лужайка?!

Что за чудо, угадай-ка!

(Спортзал)

Зеленый луг,

Сто скамеек вокруг, от ворот до ворот Бойко бегает народ. На воротах этих Рыбацкие сети.

(Стадион)

Деревянные кони по снегу скачут, а в снег не проваливаются.

(Лыжи) На снегу две полосы,

Удивились две лисы.

Подошла одна поближе:

Здесь бежали чьи-то ...

(Лыжи)

На белом просторе

Две ровные строчки, а рядом бегут Запятые да точки.

(Лыжня)

Кто по снегу быстро мчится, провалиться не боится?

(Лыжник)

Ног от радости не чуя, Сгорки страшной вниз лечу я. Стал мне спорт родней и ближе, Кто помог мне, дети?

(Лыжи)

Он на вид - одна доска,

Но зато названьем горд,

Он зовется…

(Сноуборд)

Есть ребята у меня Два серебряных коня. Езжу сразу на обоих что за кони у меня?

(Коньки)

Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки. А несут меня не кони, а блестящие ...

(Коньки)

Палка в виде запятой гонит шайбу пред собой.

(Клюшка)

Во дворе с утра игра, разыгралась детвора. Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!» - Там идёт игра - ...

(Хоккей)

Этот конь не ест овса,

Вместо ног – два колеса. Сядь верхом и мчись на нем, только лучше правь рулем.

(Велосипед)

Не похож я на коня, хоть седло есть у меня. Спицы есть. Они, признаться, для вязанья не годятся. Не будильник, не трамвай, но звонить умею, знай!

(Велосипед)

Ранним утром вдоль дороги,

На траве блестит роса, по дороге едут ноги, и бегут два колеса.

У загадки есть ответ – Это мой ...

(Велосипед)

Эстафета нелегка.

Жду команду для рывка.

(Старт)

На квадратиках доски Короли свели полки.

Нет для боя у полков, ни патронов, ни штыков.

(Шахматы)

**Пословицы и поговорки о спорте и здоровом образе жизни**

Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»,

«Познавательное развитие», «Речевое развитие»

Закаляй свое тело с пользой для дела.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

И смекалка нужна, и закалка важна.

В здоровом теле здоровый дух.

Паруса да снасти у спортсмена во власти.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить — долго жить.

Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

Приложение 5

# ЭСТАФЕТЫ

Образовательная область «Физическое развитие»

1. эстафета: «Прыжки на двух ногах с мячом (таблеткой), зажатым (ой) ногами»

Каждый ребенок в команде зажимает мяч между колен и прыгает до финишной прямой, стараясь не уронить мяч. Обратно возвращается бегом. У линии старта передает эстафету следующему касанием руки.

1. эстафета: «Городки»

Каждый ребенок в команде получает биту и бросает еѐ, стараясь выбить городки за пределы квадрата («города»). После того, как будут выбиты - все городки, ставится новая фигура.

1. эстафета:Футболмежду командами.
2. эстафета: Метание мешочков с песком в цель.
3. эстафета: «Бег с эстафетной палочкой»

Бег с эстафетной палочкой туда и обратно, огибая поворотную стойку.

Приложение 6

# Спортивный праздник «Спортлэнд»

Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие», «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»