

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -
детский сад «Сказка» с. Первомайское
Первомайского района**

**Проект в разновозрастной группе 4-6 лет
«Спорт и я — лучшие друзья»**

**Подготовил:
инструктор по физической культуре
Михейлис Л.В.**

2024 г

Вид проекта: Информационно-игровой.

Тип проекта: краткосрочный.

Срок реализации проекта: с 01.07 по 12.07.2024 г.

Участники проекта: дети, инструктор по физической культуре, воспитатели, родители.

Проблема: физическое и психическое здоровье детей.

Актуальность: Одна из основных задач ФГОС и ФОП ДО – это охрана и укрепление физического и психического здоровья детей. Дошкольный возраст является важным этапом жизни детей, так как именно в этом возрасте закладываются основы физического и психического здоровья. Любая активность всегда полезна для ребенка. Даже простые упражнения не только улучшают детское здоровье, но и поднимают настроение. Спорт способствует физическому развитию детей, укрепляя их мышцы, фигуру и костную систему. Дети, которые занимаются спортом, обычно более ловки и гибки, что позволяет им легче справляться с разными физическими задачами. Физическая активность не только укрепляет здоровье ребенка, но и помогает развить социальные навыки, улучшает мозговую деятельность и способствует эмоциональному благополучию. Поэтому спорт так важен — он постепенно готовит ребенка к полноценной жизни в огромном мире.

Цель проекта: создание психолого – педагогических условий для развития и укрепления здоровья детей, приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни; расширение представлений об особенностях функционирования и целостности человеческого организма; расширение представлений о составляющих здорового образа жизни: правильное питание, движение, сон и т. д.; знакомство с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Задачи проекта:

- формирование у детей осознанного отношения к здоровью и жизни;
- накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его;
- развитие физических качеств;
- обеспечение социально – эмоционального благополучия дошкольника;

-создание условий, обеспечивающих охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.

-реализация мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активизации, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков.

- Осуществление педагогического и социального просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

- Полноценное физическое развитие детей, повышение эмоционально-положительного настроения с помощью организации тематических праздников и развлечений.

Ожидаемые результаты:

Дети:

- Повышение интереса к здоровому образу жизни: желание заниматься утренней гимнастикой, выполнять культурно – гигиенические навыки, заниматься спортом;

- Повышение двигательной активности детей: привлечение всех детей к участию в подвижных играх, выполнение физических упражнений;

- Создание условий для комфортного пребывания ребёнка в детском саду с учётом здоровья сберегающей и развивающей среды.

Родители:

- Вызвать у родителей интерес к здоровому образу жизни и личным примером воспитывать у детей полезные привычки;

- Сотрудничество родителей и детей в совместных мероприятиях воспитательно – образовательного процесса.

Педагоги:

- Обогащение предметно – развивающей среды;

- Организация и интеграция всех видов деятельности;

- Совместная деятельность педагога, детей и родителей.

Содержание практической деятельности по реализации проекта.

1 этап: Подготовительный.

1. Подбор необходимой литературы, иллюстраций и дидактического материала по теме проекта.
2. Подбор упражнений и подвижных игр.
3. Информирование родителей о реализации проекта и вовлечение их в совместную работу над проектом.
4. Разработка плана проекта.

2 этап: Основной.

1. Разработка конспектов занятий, сценариев мероприятий.

Основной этап реализует тему: «Страна здоровья».

2. Чтение художественной литературы.
3. Беседы на тему: «Спорт и я – лучшие друзья!»
4. Организация и проведение подвижных игр.

3 этап: Заключительный

1. Оформление выставок по теме недели.
2. Проведение спортивного мероприятия «Все на велосипед!»
3. Подведение итогов, анализ результатов по реализации проекта.

Подготовительный этап

- 1 Подготовка методической литературы для реализации проекта.

Цель: Создать условия для реализации проекта, подобрать формы, приемы и методы работы с детьми и родителями в рамках проекта.

2 Разработка консультации и папок-передвижек, буклетов для родителей «С физкультурой мы дружны – нам болезни не страшны», «Подвижные игры летом», «Велосипед и ребенок», «Закаливание детей».

Цель: Сформировать интерес у родителей по созданию условий для организации отдыха ребенка в соответствии с особенностями организма. Консультация и буклеты: «Спортивный уголок ребенка дома», «Прогулки с детьми в природе», «Закаливание ребенка».

3 Разучивание физкультминуток, новых подвижных игр», «Дидактические игры на тему здоровье и спорт»

Дидактические игры «Одень ребят на прогулку», «Что сначала – что потом (режим дня)», «Вредно – полезно», «Правила гигиены», «Вредная и полезная еда» и др.

4 Организация предметно-пространственной среды группы в рамках реализации проекта.

Цель: Оформить предметно-пространственную среду группы и прогулочной площадки для реализации проекта.

Основной этап

1 1. Познавательное-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы, беседа с играми и развлечениями «Что мы знаем о зарядке, о закаливании, о полезных продуктах?». О физкультуре и спорте:

А. Бах «Надо спортом заниматься»

А. Барто «Зарядка» Заходер Б. Гимнастика для головастика: Сказка.

Е. Канн «Наша зарядка»

Э. Керра «О пользе спорта и физкультуры»

А. Павлова «Весёлая зарядка»

В. Сулова «Про Юру и физкультуру»

Дидактическая игра: «Таня простудилась».

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

«Гимнастика волшебников», веселые старты.

Цель: Повышение интереса к физкультуре, к закаливанию и здоровому образу жизни.

3. Социально-личностное:

Сюжетно-ролевая игра «Спортсмен».

Цель: формировать элементарные представления о спорте.

4. Художественно – эстетическое:

Изо – деятельность – «Дети делают гимнастику»

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2 1. Познавательно-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы, беседа с играми и развлечениями загадки, стихи о физкультуре.

О закаливании:

М. Витковская «О том, как мальчуган здоровье закалял»

О. Высотская «Волны»

С. Михалков «Про мимозу»

В. Лебедев –Кумач «Закаляйся»

Дидактическая игра «Лабиринты здоровья».

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

Игра - «Мы веселые туристы»

Цель: Знакомство детей дошкольного возраста 6-7 лет с основами туризма, развития интереса к природе, физической активности и взаимодействию в команде посредством спортивного ориентирования.

3. Социально-личностное:

а) Беседа «Какими должны быть мальчики и девочки».

Цель: формировать элементарные представления о строении человека.

4. Художественно-эстетическое:

Коллективная аппликация «Картинки – витаминки».

Цель: формировать эстетическое чувство.

3 1. Познавательно-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы, беседа с играми и развлечениями загадки, стихи о физкультуре, о солнце и закаливании, разучивание стихов, песенок. О питании:

З. Александрова «Большая ложка»

Е. Благина «Про малину»

В. Ковальчук «Сказка о здоровом питании»

А. Кардашова «За ужином»

С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала»

Н. Носов «Мишкина каша»

Ю. Тувим «Овощи

Э. Успенский «Дети, которые плохо едят в детском саду»

Дидактическая игра «Вредно - полезно».

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

Игра – путешествие: «Где прячется здоровье?»

Цель: Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью и потребности к здоровому образу жизни.

3. Социально-личностное:

«Позови ласково», «Волшебный стул», «Передача чувств», «Моя любимая игрушка».

Цель: воспитание доброжелательного отношения друг к другу, умение передавать эмоциональные состояния невербальным способом, развивать умение слушать друг друга.

4. Художественно-эстетическое:

Рисунки на спортивную тему: «Мы любим спорт».

Цель: формировать эстетическое чувство.

4.1. Познавательно-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы

О сне:

П. Воронько «Спать пора»

Н. Лоткин «Тихий час»

С. Михалков «Не спать»

С. Маршак «Дремота и зевота»

Дидактическая игра «Правила гигиены»

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

а) веселые старты «Все на Велосипед!»

Цель: Повышение интереса к физкультуре, к здоровому образу жизни.

3. Социально-личностное:

Д/и – «Запомни движение», «Посылка от обезьянки», «Определение на ощупь», «Кто быстрее оденет шапку» (кто-то двумя руками, кто-то одной, «Определи по звуку, запаху».

Трудовые поручения: на прогулочной площадке убрать опавшие веточки.

Цель: формировать элементарные представления о полезном труде.

4. Художественно – эстетическое:

Лепка – велосипедисты!

Цель: закрепить знания о строении человека, о правилах дорожного движения.

5 1. Познавательно-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы -

О режиме дня:

Т. Варламова «Мой день»

С. Олексяк «Распорядок дня»

Э. Успенский «Зарядка»

Дидактическая игра «Что сначала - что потом (режим дня)»

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

а) веселые старты.

Цель: Повышение интереса к физкультуре, к закаливанию и здоровому образу жизни.

3. Социально-личностное:

Д/и – «Запомни движение», «Посылка от обезьянки», «Определение на ощупь», «Кто быстрее оденет шапку» (кто-то двумя руками, кто-то одной, «Определи по звуку, запаху».

Трудовые поручения: на прогулочной площадке убрать опавшие веточки.

Цель: формировать элементарные представления о полезном труде.

4. Художественно-эстетическое:

Рисунки на спортивную тему: «Спортивный инвентарь».

Цель: формировать эстетическое чувство, закреплять знания о спорте и спортивных принадлежностях.

6 1 Познавательно-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы

О гигиене:

А. Барто «Девочка чумакая»

Г. Голова «Заморашка»

М. Аким «Мыло»

А. Кузнецова «Кто умеет?»

В. Коростылёв «Королева зубная щётка»

Н. Найдёнова «Наши полотенца»

Ю. Тувим «Письмо к детям по одному важному делу»

К. Чуковский «Мойдодыр» «Федорено горе»

М. Яснов «Я мою руки»

Дидактическая игра «Витамины – это таблетки, которые растут на ветке»

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

а) веселые старты «ПДД»

Цель: Повышение интереса к физкультуре, к закаливанию и здоровому образу жизни, закрепление знаний о правилах дорожного движения.

3. Социально-личностное:

Д/и – «Запомни движение», «Иголочка и ниточка», «Дракон кусает свой хвост».

Цель: приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми

Трудовые поручения: на прогулочной площадке убрать опавшие веточки.

Цель: формировать элементарные представления о полезном труде.

4. Художественно-эстетическое:

Рисунки на спортивную тему: «ПДД».

Цель: формировать эстетическое чувство, закреплять знания о ПДД.

7 1. Познавательное-речевое:

Предварительная работа с детьми чтение художественной литературы:

Г. Дядина «Чтобы сильным быть сполна»

Г. Дядина «Хомка»

Н. Сабри «Спорт для жизни очень важен»

Дидактическая игра «Скорая помощь»

Цель: Сформировать интерес к познавательной деятельности детей по теме проекта.

2. Физкультурно-оздоровительное:

а) веселые старты.

Цель: Повышение интереса к физкультуре, к закаливанию и здоровому образу жизни.

3. Социально-личностное:

Д/и – «Запомни движение», «Зайчики и лиса», «Совушка-сова», «Менялки», «Игра в тарелку».

Цель: Развиваем умение сотрудничать: учим слышать, понимать и подчиняться правилам.

Трудовые поручения: на прогулочной площадке убрать опавшие веточки.

Цель: формировать элементарные представления о полезном труде.

4. Художественно-эстетическое:

Рисунки на спортивную тему: «Полезная и вредная еда».

Цель: формировать эстетическое чувство, закреплять знания о ЗОЖ и правильном питании.

Заключительный этап

1 Изготовление дидактических игр

2 Оформление выставок детских рисунков

Контроль и анализ проведения

1 Анализ проведенных мероприятий

2 Подготовка отчета, отчет по проекту

Работа со СМИ

1 Размещение статей и фотографий на официальном сайте учреждения

Результаты проекта:

- Снижение уровня заболеваемости среди детей;
- Развитие социально-нравственных, коммуникативных качеств ребенка;
- Повышение интереса к физкультуре, к закаливанию и здоровому образу жизни.

-Цели и задачи были достигнуты в процессе реализации мероприятий, подготовленных в начале проекта.

Использованная литература:

1. Е. Н. Арсенина. Волгоград. Учитель. «Музыкальные занятия по программе «от рождения до школы» Подготовительная группа.

2. В. Н. Шебеко «Физкультурные праздники в детском саду». М. Просвещение, 2000г.

3. М. Б. Зацепина «Праздники и развлечения в детском саду». М.: Мозаика – Синтез, 2015г.

4. Т. Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС». СПб: ООО «Издательство «Детство – Пресс», 2018г.

5. Л. И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» для занятий с детьми 3-7 лет». М: Мозаика-Синтез. 2016г.

6. О. Н. Небыкова, И. С. Батова «Образовательная деятельность на прогулках. Картотека прогулок на каждый день по программе «От рождения до школы» под. Ред. Н. Е. Вераксы Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. Средняя группа (от 4-5 лет) –Волгоград: Учитель, 2018г.

7. Интернет ресурсы.