Проект по физической культуре:

***"Спорт - это полезно и весело"***

Автор: *Кашина Е.В.*

 Подготовила: воспитатель

первой квалификационной категории

В реализации проекта по физкультуре в ДОУ на тему "Спорт - это полезно и весело" задействованы дети старшей группы, а также родители (законные представители) воспитанников.

**Программное содержание:**

* Формировать представления о здоровье и здоровом образе жизни. Расширять знания детей и родителей о физкультуре и спорте;
* Познакомить детей с параметрами здоровья и методами работы по сохранению и укреплению своего здоровья.
* Беседы о здоровом образе жизни.

**Актуальность проекта:**

Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается тщательной заботе на протяжении всей жизни человека.

Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в постоянных занятиях физической культурой и спортом.

Здоровье никому нельзя дать или подарить, его нужно сохранять и укреплять. Для того чтобы собственное здоровье стало ценностью для ребенка необходима целенаправленная работа с дошкольниками в сфере физического воспитания, в воспитании чувств бережного отношения к своему здоровью.

**Цель проекта:** создание у детей мотивации заниматься физкультурой и спортом, ознакомление с подвижными играми.

**Задачи проекта:**

1. Ознакомить детей с разными видами спорта.
2. Развивать положительную мотивацию к занятиям спортом, здоровому образу жизни.
3. Формировать и совершенствовать спортивные умения и навыки.

**Продолжительность проекта:** октябрь 2023 г. - апрель 2024 г.

**Участники проекта**: дети 5-6 лет, инструктор по физической культуре, воспитатели, родители.

**Вид проекта:** долгосрочный, практико-ориентированный.

**Образовательная область:** физическое развитие.

**Области интеграции:** познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

**Новизна и оригинальность:** заключается в осуществлении нетрадиционного подхода в проведении различных форм работы с детьми, в создании инновационной здоровьесберегающей среды в соответствии с ФГОС ДО.

**Материалы и оборудование:** музыкальная колонка, фонограммы для выполнения упражнений, картинки с изображениями различных видов спорта, портреты выдающихся спортсменов, познавательная литература, художественная литература, спортивное оборудование.

**Предполагаемый продукт проекта**: итоговое мероприятие: спортивное развлечение для детей и родителей, рекомендации для родителей по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, по приобщению их к физической культуре и спорту.

**Ожидаемые результаты:**

**Для детей:**

1. Сформированность знаний детей об истории Олимпийского движения, чемпионах нашей страны, подвижных играх.
2. Проявление интереса к занятиям физкультурой и спортом.

**Для родителей:**

1. Сформированная активная родительская позиция.
2. Повышение компетентности родителей в вопросах физической культуры и спорта.
3. Активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ.

***Содержание проекта***

**Основные формы реализации проекта:**

* открытые мероприятия;
* работа с познавательной литературой;
* прогулка в двигательной активности;
* физкультурные развлечения;
* неделя здоровья, дни здоровья;
* участие в соревнованиях;
* посещение спортивных мероприятий.

**Этапы реализации проекта**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Подготовительный этап** | **Основной этап** | **Заключительный этап** |
| 1.Обсуждение целей и задач проекта.  2. Распределение материала, составление плана работы.  3. Изучение компетентности родителей по теме проекта | 1. Планирование работы.  2. Создание условий для реализации проекта: пополнение и подбор материала для реализации проекта, проведение сбора необходимых материалов и литературных источников по соответствующим тематикам  3. Пополнение знаний о значении спорта в жизни ребёнка для родителей воспитанников.  4. Посещение спортивных мероприятий.  5. Оказание информационной и методической помощи родителям.  6. Проведение итогового спортивного мероприятия. | 1. Подведение итогов проведенной работы.  2. Создание картотек с материалами о различных видах спорта, подвижных играх. |

**План работы:**

>

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | | **Содержание работы** | | **Участники** | **Ответственные** | |
| **Подготовительный этап** | | | | | | |
| октябрь | | 1. Постановка цели, задач, определение актуальности и значимости проекта.  2. Подбор методической литературы для реализации проекта. | | Инструктор по физической культуре,  воспитатели группы | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| ноябрь | | 1. Разработка бесед с детьми.  2. Разработка рекомендаций для воспитателей групп.  3. Разработка рекомендаций для родителей.  4. Организация развивающей среды. Подбор совместно с воспитанниками спортивного оборудования. | | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| **Основной этап** | | | | | | |
| Октябрь  1 неделя | | Составление плана работы по реализации проекта «Спорт - это полезно и весело». | | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, родители. | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| 2-3 неделя | | 1. Опрос родителей  «Условия здорового образа жизни в семье» | | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы. | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| 4 неделя | | Спортивный досуг «Двигательная активность - как это». | | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы, воспитанники, родители. | Инструктор по физической культуре, воспитатели | |
| ноябрь  1-2 неделя | | Мини-консультация «Реализация  проекта «Спорт - это полезно и весело»:  Вопросы консультации: - цели и задачи проекта; - сроки реализации проекта; - этапы реализации проекта. | | инструктор по физической культуре, воспитатели группы | инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| 3-4 неделя | | 1. Совместная утренняя зарядка.  2. Спортивный досуг «День здоровья».  3. Родительское собрание: «Здоровый образ жизни в семье».  **Цель:** знакомство с результатами опроса, пропаганда ЗОЖ. | | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы  воспитанники | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы. | |
| декабрь  1-2 неделя | | 1. Спортивные игры на улице.  2. Беседа об истории Олимпийских игр.  3. 3накомство с мастерами спорта. | | Инструктор по физической культуре, воспитатели, воспитанники | Инструктор по физической культуре воспитатели группы. | |
| декабрь 3-4 неделя | | 1. Консультация для родителей «Физкультурно-оздоровительная среда в домашних условиях».  2. Круглый стол на тему: *«Зачем нужно заниматься физкультурой и спортом».*  3. Знакомство с пословицами о физкультуре и спорте.  4. Приветствие «Здоровье в порядке - спасибо зарядке». | | Инструктор по физической культуре, воспитатели, воспитанники | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| январь | | 1. Презентация на тему: «Зимние виды спорта». | | Воспитатели группы  воспитанники, родители | Воспитатели группы | |
| февраль 1-2 неделя | | 1. Игры, которые нас лечат.  2. Прослушивание аудиозаписей песен о спорте | | Воспитатели группы  воспитанники | Воспитатели группы | |
| февраль 3-4 неделя | | 1. Неделя Здоровья «Зимние забавы». | | Инструктор по физической культуре воспитанники | Инструктор по физической культуре | |
| март  1-2 неделя | | 1. Конкурс рисунков совместно с родителями на тему: «Как мы *спортом занимаемся*»! | | воспитатели группы, воспитанники, родители | воспитатели группы | |
| март  3-4  неделя | | 1. Круглый стол с родителями «Значение игр и игр - упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка».  2. Игры на формирование правильной осанки: -«С мячом играй, но его не теряй»; - «Передай мяч»; - «Перейди через речку». | | Инструктор по физической культуре,  воспитатели группы, воспитанники, родители | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | |
| апрель  1-2 неделя | | 1.Консультация для родителей «ГТО - что это такое? Возрождение ГТО».  2. Дыхательная гимнастика по А.Н. Стрельниковой. | | Инструктор по физической культуре,  группы, воспитанники, родители | Инструктор по физической культуре. | |
| апрель  3-4 неделя | | 1.Разработка памяток для родителей «Что мы знаем о здоровье».  2. Итоговое мероприятие - «Папа, мама я - спортивная семья». | | Инструктор по физической культуре,  воспитатели группы, музыкальный руководитель. | Инструктор по физической культуре. | |
| **Заключительный этап** | | | | | | |
|  | май | | Анализ результатов проекта.  1. Создание презентации о ходе реализации проекта: «Спорт - это полезно и весело».  2. Определение значимости проекта для образовательного процесса. | | Инструктор по физической культуре, воспитатели группы | Инструктор по физической культуре воспитатели группы. | |

Используемые источники:

1. Н.И. Крылова «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ», издательство «Учитель» 2009 год.
2. З.А. Клепинина «Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье», изд. «АРКТИ» Москва 2010 год.
3. Т.П. Колодяжная, Е. А. Чекунова - «Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада – Ростов- на- Дону 2009 год.
4. М.Н. Кузнецова - «Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ» - практическое пособие Москва «Айрис Пресс», 2007 год.
5. А.К. Сундукова «Волшебный мир здоровья» - Москва «Дрофа», 2010 год.