

Проект

Спортсмены, живущие рядом

Составила инструктор по физкультуре: Соколова Т.М.
Детский сад №20, с Старая Ладога

2024год

Проблема: снижение уровня двигательной активности дошкольников, недостаточные знания детей о спорте и здоровом образе жизни.

Актуальность проекта: Основана на основании требований программы дошкольного воспитания ФГОС и в соответствии с ФОП ДО задачи по реализации образовательной области «Физическое развитие» направлены на охрану здоровья детей, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой. Совершенствование системы физического воспитания необходимо как в плане традиционно используемых, так и внедрения новых средств, форм и методов занятий физическими упражнениями поддержке любознательности, инициативности дошкольников.

Участники проекта: - Заместитель заведующего по УВР (методическая поддержка и консультирование), дети средней, логопедической и подготовительной групп, тренер ИДЦ «Старая Ладога», родители воспитанников (совместная деятельность), инструктор по физкультуре, воспитатели групп, бывшие воспитанники.

Вид проекта: спортивный, практико – ориентированный, групповой, краткосрочный (месяц)

Цель проекта: создание положительной мотивации к занятиям спортом, как основы физического и социально-коммуникативного развития детей.

Задачи:

Образовательные: Познакомить детей с людьми, проживающими в родном селе и достигшим определённых успехов в разных видах спорта; Способствовать проявлению интереса к спортивной деятельности; Формировать положительную мотивацию у детей к занятиям спортом, прививать потребность к здоровому образу жизни; Обогатить знаниями в области физической культуры и спорта.

Развивающие: Формировать интерес к играм соревновательного характера; Развивать спортивные навыки детей; навыки командного взаимодействия: сотрудничества, ответственности и взаимовыручки.

Воспитательные: Побуждать к любознательности, инициативности, самостоятельности, развитие коммуникативных качеств детей.

Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Физическое развитие»

Формы и методы: Проведение гимнастики, гимнастики пробуждения с включением общеразвивающих упражнений; организация подвижных игр и физических упражнений на прогулке; мастер-классы; использование комплекса ОРУ с проведением беседы, с использованием произведений художественной литературы и рассматриванием иллюстраций и презентаций;

проведение физкультминуток в виде дифференцированных игр и упражнений с учетом индивидуальных и гендерных особенностей детей;

Способ реализации проекта: совместная деятельность детей и взрослых, а также досуговая деятельность 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 Дидактические игры: «Найди отличия», «Мой режим», «Четвертый лишний», «Хорошо и плохо», «Сложи картинку», Прогулка: двигательная деятельность со спортивным инвентарем (мячи малые, волейбольные, футбольные, хоккейная клюшка)

Информационное обеспечение - информационный стенд в физкультурном зале, доступ к Интернет-ресурсам, печатная продукция (Дошкольная педагогика», «Дошкольное воспитание») -видео-презентации; -наглядно-дидактические пособия, книги.

Материально-техническое обеспечение -спортивное оборудование в группе и на площадке; -фотоаппарат; -магнитофон.

1. Этап – подготовительный Беседа с детьми по теме проекта. Анкетирование родителей. Подборка и изучение необходимой литературы Подборка материалов и создание необходимых условий для реализации проекта

2. 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. Разработка и накопление методических материалов, разработка советов по теме проекта. Организация встреч со спортсменами и мастер-классы с их участием по играм в «Хоккей» Волков Сергей Владимирович тренер- организатор ИДЦ «Старая Ладога», «Баскетбол» Слонова Кристина 9 класс и Волкова Алина 7 класс (бывшие воспитанницы и «Рукопашный бой» Ленин Семён 3 класс (бывший воспитанник), презентация по игре в «Футбол» (футболист ЦСКА Обляков Иван Сергеевич, выходец из д. Вындин Остров, недалеко от Старой Ладого) и встреча с футболистом полузащитником команды «Факел» Старая Ладога Дворецким Николаем Владимировичем (папа воспитанницы подготовительной группы Марии)

3. Этап — заключительный Обработка результатов по реализации проекта. Выставка фотографий, памятки, медали и кубки, грамоты. Рекомендации для родителей.

Приложение

Форма организации двигательной активности в режиме дня

<i>День недели</i>	<i>Часть суток</i>	<i>Группа</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Форма проведения</i>
П О Н Е Д Е Л Ь Н И К	Утро	Старше-подготовительная	9.00-9.30	НОД
		Логопедическая	10.20-10.50	НОД
		Младшая	10.55-11.10	НОД (улица)
	Вечер	Младшая	15.05	Музыкально-ритмическая гимнастика
		Логопедическая	15.10	
		Старшая	15.15	
		Средняя	15.20	НОД
С Р Е Д А	Утро	Младшая	9.00-9.20	НОД
		Средняя	11.20-11.40	НОД (улица)
		Логопедическая	11.35-12.00	НОД (улица)
	Вечер	Средняя	15.05	Музыкально-ритмическая гимнастика
		Младшая	15.10	
		Логопедическая	15.15	
		Старшая	15.20-15.50	НОД
П Я Т Н И Ц А	Утро	Младшая	9.00-9.20	НОД
		Средняя	9.30-9.55	НОД
		Старшая	11.35-12.00	НОД (улица)
	Вечер	Средняя	15.05	Музыкально-ритмическая гимнастика
		Младшая	15.10	
		Старшая	15.15	
		Логопедическая	15.20-15.50	НОД

Конспект НОД по физкультуре: "Баскетбол- олимпийский вид спорта"

Старше-подготовительная группа, март 2024 года

Цель: Взаимодействие с социумом (бывшими воспитанниками детского сада, а теперь спортсменами). Формирование потребности в двигательной активности, совершенствование физических качеств дошкольников.

Задачи: Образовательные: - формировать умение действовать с мячом;

- заинтересовать детей играми и эстафетами с мячом

- развивать ловкость в упражнениях с мячом: броски мяча о пол и ловли его в две руки, набивании мяча об пол правой\левой рукой, подбрасывания мяча вверх от груди и ловля двумя руками

- упражнять в технике броска одной рукой от плеча в движении

Оздоровительные: - развивать и укреплять мышцы спины, рук, формировать правильную осанку и глазомер;

- поддерживать интерес к физической культуре, приобщать к здоровому образу жизни; упражнять в умении слушать инструктора и действовать по команде.

Воспитательные: - Воспитывать чувство взаимопомощи, внимание друг к другу.

Оборудование: малые мячи по количеству детей ($d=6-8$ см), большие мячи ($d=25$ см) 0.5 от количества детей, свисток, бубен, ориентиры.

Ход занятия: Дети входят в спортивный зал. Построение в шеренгу, равнение.

Инструктор - Я хочу загадать вам загадку:

"Я весёлый, озорной,

Я умею прыгать вскачь.

Круглый, красно-голубой.

Отгадайте, кто я?" (Мяч).

- Правильно. А как вы думаете для чего нам нужно учиться играть в мяч? (Чтобы руки были сильными, чтобы мы были ловкими и здоровыми.

- И наши гости играли в мяч в детском саду, а когда пошли в школу стали играть в баскетбол и другие игры с мячом. **Баскетбол** -командная спортивная игра, цель которой – забросить руками мяч в кольцо (корзину) соперника, прикрепленное к щиту. Попадание может принести команде от одного до трех очков. Это - олимпийский вид спорта.

-Сейчас мы познакомимся с нашими гостями, сделаем разминку и потом гости покажут мастер-класс игры в баскетбол.

(дети садятся на скамейку, а гости и инструктор по физкультуре (корреспондент) перед ними на стульчиках)

- Как ваше полное имя?
- В каком классе учитесь?
- Сколько лет занимаетесь баскетболом?
- Как зовут вашего тренера?
- Какие есть достижения?
- Есть ли еще виды спорта какими вы занимаетесь?
- Следите ли вы за игрой чемпионов и есть ли любимые игроки или баскетбольные команды?
- Спасибо за предоставленное интервью.

Предлагаю немного размяться.

«К нам залетел теплый ветерок». Исходное положение - основная стойка. Глубокий вдох носом, выдох - удлиненный со звуком «ха».

И выполнить пальчиковую гимнастику.

Пальчиковая игра «Спортсмены»

Чтоб болезней не бояться, (Поднимают руки к плечам, вверх, к плечам, в стороны).

Надо спортом заниматься.

Играет в теннис — теннисист,

Он спортсмен, а не артист.

В футбол играет — футболист,

В хоккей играет — хоккеист,

В волейбол — волейболист,

В баскетбол — баскетболист. (Сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца).

- Теперь предлагаю сделать гимнастику. (с малым мячом)

Мастер – класс по владению мячом в игре баскетбол.

Основные виды движений

Дети выстраиваются в две колонны лицом друг к другу и выполняют броски мячей большого диаметра:

- броски мяча об пол и ловля двумя руками (10 раз)
- отбивание мяча одной рукой на месте (по 5 раз)
- подбрасывания мяча вверх от груди и ловля двумя руками (10 раз)
- Бросок одной рукой от плеча в движении

Заключительная часть.

игра малой подвижности "У кого мяч".

Беседа о спорте

Старший возраст

Составила инструктор по физкультуре: Соколова Т.М. март 2024 года

Цель: выявить знания детей о спорте и соревнованиях

Задачи: формировать положительную мотивацию у детей к занятиям спортом, прививать потребность к здоровому образу жизни;

обогащать знаниями в области физической культуры и спорта;

формировать интерес к играм соревновательного характера;

- Ребята! Сегодня мы поговорим о спорте.

-Что же такое спорт? (спорт – это занятие физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования, достижения высоких результатов, желание победить)

-Кто же занимается спортом? (люди, которые занимаются спортом, называются спортсменами.

-Что нужно делать, чтобы стать спортсменом? (нужно заниматься физкультурой, делать зарядку, закаляться...)

-Ребята, подумайте, какие бывают спортивные соревнования? (турниры, спартакиады, чемпионаты, Олимпиады).

-Как вы думаете, для чего проводят все эти соревнования? (чтобы спортсмены соревновались и смогли узнать, кто самый быстрый, сильный, выносливый, ловкий. Это праздник для всех болельщиков и спортсменов.

-Как вы считаете, какие соревнования являются праздником для спортсменов всего мира? (Олимпийские игры)

-Олимпийские игры проходят один раз в четыре года в разных странах, в тех, которые могут предоставить условия для соревнований в разных видах спорта. В России не так давно проходили зимние олимпийские игры. В каком городе они проходили? (г. Сочи)

-Награда, которую получают три лучших спортсмена в любом виде спорта. Какие это медали? (бронзовые, серебряные и золотые)

Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»

1. Как вы считаете, способствует ли спорт улучшению 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? Если да, то какие виды закаливания Вы проводите?
6. Делаете ли Вы сами зарядку по утрам?
7. Каким видом спорта Вы увлекаетесь? Ваш ребёнок?
8. Как часто Вы ходите с детьми на спортивные мероприятия?
9. Знаете ли Вы спортсменов, живущих в вашей местности? Если да, то назовите его.
10. Знаете ли вы о спортивных учреждениях (кружках) спорта в вашей местности? Если да, какие?
11. Контролируете ли Вы осанку ребенка во время ходьбы и когда ребенок сидит?
12. Соблюдаете ли Вы дома воздушно-тепловой режим (поддержание определенной t C, режим проветривания)?
13. Соблюдаете ли Вы требования к организации режимного дня вашего ребенка?

Дидактические игры:

«**Мой режим**» учить детей составлять правильный режим дня; развивать память, внимание, логику. (Ребенку предлагается рассмотреть режим дня в картинках, и определить какие моменты отсутствуют. На начальном этапе обучения отсутствует только одна картинка. При последующем усвоении темы

«**Четвертый лишний**» закреплять знания детей о спорте, физкультуре, гигиене и здоровье; развивать логику, мышление, память. (Игроки должны определить, почему это вредно и найти парную карточку с изображением ситуации полезной для здоровья.

«**Сложи картинку**» Картинки с изображением видов спорта

Артикуляционная гимнастика

	<p>1. «Заборчик»</p> <p>Улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы.</p>	
	<p>2. «Дудочка»</p> <p>С напряжением вытянуть вперёд губы (зубы сомкнуты).</p>	
	<p>3. «Окошко»</p> <p>Широко открыть рот — «жарко». Закреть рот — «холодно».</p>	
	<p>4. «Шарик»</p> <p>Надуть щеки. Удерживать под счет до 5. Выпустить воздух.</p>	
	<p>5. «Чистим зубки»</p> <p>Улыбнуться, открыть рот. Кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы.</p>	
	<p>6. «Часики»</p> <p>Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить из одного уголка рта в другой, как маятник часов.</p>	

Речевки:

1. Будем бегать быстро, дружно! Победить нам очень нужно!
2. Мы готовы, как всегда, победить вас без труда!
3. Кто зарядку крепко любит, тот всегда здоровым будет!

Художественная литература:

Сергей Михалков «Дядя Стёпа»

Цинвен Дзюин «Мышонок Митя ждёт гостей»

Юлия Иванова «Десятое яйцо»

Г. Остер «Любимые сказки и сказочные истории»

Лиана Шнайдер «Безопасность»

Загадки о спорте и здоровом образе жизни

Когда ударами ракетки
Волан бросают через сетку
Соперники из двух сторон,
Все знают, это... **бадминтон**

Два кольца, площадка, мяч.
На очередной свой матч
Собрались из разных школ
Мы, сразиться в... **баскетбол**

От ладони без оглядки
Через сетку для посадки
На, чужой команды, пол
Мяч летит, то... **волейбол**

Корт, сетка, мячик и ракетки.
Подачу шлёт ударом метким
Соперник. Я отбить надеюсь.
Спорт этот называют... **теннис**

Инсайд, голкипер, стоппер, бек,
А также форвард и хавбек
Играют, забивая гол
В известной всем игре... **футбол**

Болеть мне некогда, друзья,

В футбол, хоккей играю я.
И очень я собою горд,
Что дарит мне здоровье... **спорт**

Не похож я на коня.
Хоть седло есть у меня.
Спицы есть. Они, признаться,
Для вязанья не годятся.
Не будильник, не трамвай,
Но звоню я так и знай! **велосипед**

На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни
штыков.... **шахматы**

И мальчишки, и девчонки
Очень любят нас зимой,
Режут лёд узором тонким,
Не хотят идти домой.
Мы изящны и легки,
Мы – фигурные ... **коньки**

Чтобы здоровье было в порядке,
Не забывайте вы о ... **зарядке**

Ему бассейн так приглянулся –
Он тут же в воду бултыхнулся,
Помчался стилем баттерфляй,
Теперь спортсмена
отгадай....**пловец**

Во дворе есть стадион,
Только очень скользкий он.
Чтобы там как ветер мчаться,
На коньках учись кататься...**каток**

Пальчиковая гимнастика:

"Спортсмены"

Чтоб болезней не бояться,
Надо спортом заниматься. (сжимают- разжимают кулачки)
Играет в теннис — теннисист, (начиная с мизинца сгибают пальцы)
Он спортсмен, а не артист.
В футбол играет — футболист,
В хоккей играет — хоккеист,
В волейбол — волейболист,
В баскетбол — баскетболист.
вверх, к плечам, в стороны.

Цвет и форма

Мой весёлый круглый мяч, (одной рукой бьём по воображаемому мячу.)
Щёки круглые не прячь! (смена рук.)
Я тебя поймаю, (двумя руками, одноимёнными пальцами, показываем мяч.)
В ручках покатаю! (покатали воображаемый мяч между ладоней).

Пословицы:

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.

В здоровом теле здоровый дух.

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья. Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

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**

Конечный продукт проекта: Результат творческой и двигательной деятельности детей, родителей, тренера, бывших воспитанников, воспитателей и специалистов детского сада.

Созданы условия для активной деятельности детей (изготовление нетрадиционного спортивного инвентаря), встречи и мастер-классы с людьми, занимающимися спортивными играми (хоккей, футбол, баскетбол, рукопашный бой), способствующие развитию любознательности, инициативности у детей к играм соревновательного характера и навыкам командного взаимодействия.

Достигнута хорошая сформированность у детей дошкольного возраста положительной мотивации к занятиям спортом, как основе здоровья, их физического и социально-коммуникативного развития.

Проведение спортивного праздника «Сильные, смелые, ловкие, умелые» совместно со специалистами сада.

Организация презентации для детей логопедической и старше - подготовительной групп «Обляков Иван Сергеевич – футболист ЦСКА и наш земляк»

Разработка конспектов непосредственно-образовательной деятельности спортивных встреч по хоккею, баскетболу, рукопашному бою, футболу для использования в своей практике.

Привлечение внимания родителей к проблемам физического образования и оздоровления детей. Разработка рекомендаций для родителей.

Повышение уровня физической подготовленности через художественную литературу.

Организация выставки книг «Здоровье и спорт-всегда вместе!»
Использование полученных знаний и сформированных умений детьми в повседневной жизни.

Литература: 1. Программа воспитания и образования ФГОС ДО (ФОП ДО)

2. Наглядно – дидактическое пособие «Рассказы по картинкам» - «Зимние виды спорта»

3. Наглядно – дидактическое пособие «Рассказы по картинкам» - «Летние виды спорта»

4. Никишина И.В. Мастер-класс для руководителей и педагогов ДОУ.