

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

«Мальчевский детский сад»

**Педагогический проект:
«Физкультура и спорт»**



Разработала: инструктор
по физической культуре
Хачатрян Ю. А.

Ст. Мальчевская, 2021г.

Краткосрочный проект «Физкультура и спорт»

Название проекта: *«Физкультура и спорт»*

Вид проекта: информационно – исследовательский

Сроки реализации проекта: 1 неделя

Актуальность проекта:

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Следовательно, нашим детям нужна активная деятельность, способствующая повышению жизненного тонуса, удовлетворяющая их интересы, социальные запросы. Благоприятное воздействие на организм оказывает только двигательная активность, находящаяся в пределах оптимальных величин.

Цель проекта:

Повышение интереса детей к физической культуре и здоровому образу жизни.

Программные задачи развития:

Социально – коммуникативные:

1. Формировать представление о здоровье, полезных привычках.
2. Формировать положительное отношение к занятию спортом.

Познавательное развитие:

1. Познакомить детей с комплексом упражнений на разные группы мышц.
2. Рассказать детям о здоровом образе жизни и роли спорта и здорового питания.

Речевое развитие:

1. Развивать связную речь.
2. Развивать умения сравнивать и анализировать.
3. Развивать логическое мышление.
4. Обогащать словарь детей за счет имен существительных, прилагательных глаголов.

Художественно –эстетическое развитие:

1. Совершенствовать умение детей в лепке, рисовании, аппликации.
2. Учить соотносить предметы по величине, развивать творческие способности.
3. Закрепление знания цветов. Закрепление умений рисовать кистью, карандашом.

Физическое развитие:

1. Прививать любовь к занятиям физической культурой.
2. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота, произвольное внимание.
3. Обогащать двигательный опыт детей.
4. Способствовать развитию бережного отношения к своему здоровью.

Предварительная работа:

Создать развивающую среду: подобрать материал, атрибуты для игровой деятельности, дидактические игры, иллюстрации.

Итоговое мероприятие: Выставка детских работ «*Спорт – это жизнь*».

Ожидаемые результаты:

Расширение представлений о здоровом образе жизни.
Вовлечение детей в спортивную жизнь детского сада.

Результат:

Систематизация знаний дошкольников по теме «Здоровье», «Спорт», организация плодотворной работы педагогов, детей и родителей при решении задач проекта.

Укрепление внутрисемейных отношений. Формирование интереса к физической культуре в семье.

Итоговое мероприятие:

Выставка детских работ «Спорт – это жизнь».

План-схема реализации проекта

«Физкультура и спорт»

Тип проекта: практико – ориентированный; вид проекта - групповой

Этапы, сроки Основные направления реализации проекта (мероприятия) Материалы и средства реализации проекта Чтение художественной литературы

этап: «установочный» Предложить детям ответить на вопрос : «Какую пользу приносит здоровью спорт?» А. Сергеев «А вы умеете плавать?»

1. Этап информационный по теме «Спорт» Познание и коммуникация, социализация:

*Беседа «История Олимпиады»,

*Ди «Распредели спортивный инвентарь по видам спорта» - интернет ресурсы,

- иллюстративно – наглядный материал, Энциклопедия
«История спорта»

Этап практический *Чтение и обсуждение литературы

* Мой любимый вид спорта

(аппликация)

*Ди «Отгадай вид спорта по описанию» - Литература о
художниках

- прогулка вокруг участка, наблюдения

- настольно – печатные, дидактические игры,

- пластилин, цветная бумага, картон «Зимние забавы»

3 Этап информационный Познание

*Чтение и рассматривание иллюстраций, репродукций с
известными пейзажами

*составление творческих рассказов по картине

Ручной труд: изготовление предметов для натюрморта из
папье-маше - статьи и иллюстрации из книг

- картон, бумага, вторсырье (коробки, картонные пакеты) В.
Берестов «Лыжный след»

4 этап практический *Создание аппликации «Олимпийская
медаль»

-картон, цветная бумага, фольга, вата, карандаши, фломастеры,

А. Барто «Зарядка»

Основной: проведение выставки детского творчества
аппликация

«Хоккеист», «Зимний вид спорта лепка

«Спортивный инвентарь» (рисование пластилином)

*рисование

«Я - чемпион» Наглядный материал: фотографии, графические картинки,

Картон, цветная бумага, клей, пластилин, доски, краски, кисти.

М. Вайцман «Чемпион»

Заключительный этап: обсуждение итогов выставки Выставка детских работ «Спорт – это жизнь» Н. Марзан «Как папа привел Женюрку в спорт»

Утренняя гимнастика

1. Построение. Равнение. Повороты. Ходьба обычная, на внешней стороне стопы, скрестным шагом. Галоп прямой, боковой, бег спиной вперед. Упражнения на восстановление дыхания. Построение в звеня.

2. ОРУ

- «Потягивание». ИП – ОС, руки в замке. Поднять руки вверх, потянуться, посмотреть на кисти; ИП (6раз)

- «Рывки руками». ИП – ОС, руки перед грудью. 1 – 2 рывок согнутыми руками; 3 – 4 рывок прямыми руками (6 раз)

- «Повороты». ИП – стойка ноги вместе, руки на поясе. 1 – поворот влево, руки вверх, 2 – ИП; 3 – то же вправо; 4 – ИП (6 раз)

- «Вращение туловищем». ИП – широкая стойка, руки за головой. 1- 4 вращать туловище вправо; 5 – 8 влево. (3 – 4 раза)

- «Выпады». ИП – ОС, руки на поясе. 1 – выпад правой ногой вперед, руки вперед; 2 – ИП; 3 – то же левой; 4 – ИП (6 раз)

- Подскоки на месте (2 раза по 20 секунд)

3. Ходьба в колонне по одному с изменениями направления на звуковой сигнал.

Бодрящая гимнастика

1. И. П. лежа на спин. Руки вдоль туловища. Согнуть колени, ноги подтянуть к груди, обхватить колени руками, вернуться в ИП.

2. И. П. лежа на спине. Руки в замок за голову, ноги согнуты в коленях. Наклон колен влево, в ИП, наклон колен вправо, в ИП.

3. И. П. сидя, ноги вместе, руки в упоре сзади. Согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди, выдох через нос.

4. И. П. то же, одна рука на животе, другая на груди. Вдох через нос, втягивая живот; выдох через рот, надувая живот.

5. И. П. потягивания, достали до потолка, вернулись в И. П.

Литература:

- Физическая культура дошкольника /Т.В. Кудрявцева/
- Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет. Теория и практика физической культуры, практическое пособие /В. Бальсевич – М, Просвещение, 1986 г./
- Театр физического развития и оздоровления детей дошкольников: методическое пособие /Н.Н. Ефименко – М, Линка-пресс, 1999 г./
- «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» И.Е. Варенин, С.Г. Кудрявцева
- «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючина
- «Игры, которые лечат» Е.А. Бабенкова
- «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина