

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД № 250
(МБДОУ – детский сад № 250)

Патриотов ул., д. 10-а, Екатеринбург, Свердловская область, 620023
тел. (343)263-46-47, (343)263-47-53, E-mail: mdou250@eduekb.ru, <https://250.tvoysadik.ru/>
ОГРН 1026605761269, ИНН 6664067701, КПП 667901001

Проект
по физическому развитию
в старшей группе
«Быть здоровыми все могут – спорт, и
отдых нам помогут»

Подготовил воспитатель:

Цветкова Е.П

Введение:

Основная проблема воспитания подрастающего поколения – это воспитание здорового человека. Только здоровый ребенок может играть, бегать, смеяться, фантазировать. Насколько здоров ребенок – от этого зависит его личностное и социальное развитие.

В период дошкольного детства в процессе целенаправленного педагогического процесса у детей необходимо сформировать потребность в здоровом образе жизни, потому что в этом возрасте происходит усиленное умственное и физическое развитие, закладывается основа черт характера, формируются важные человеческие качества.

Движение — физиологическая потребность растущего организма, и природа проявила великую мудрость, сделав почти всех детей непоседами, стремящимися постоянно бегать, прыгать, лазать. Испокон веков взрослым приходилось в основном ограничивать эту подчас слишком бурную активность детей. В настоящее время все по-другому. Мы охотно пользуемся транспортом, ведем малоподвижный образ жизни. Меньше двигаться стали и наши дети.

Проблема физического развития подрастающего поколения, является одной из важнейших проблем жизни современного общества. Воспитание физически развитых детей в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, научный и экономический потенциал общества, в том числе и будущее нашего региона.

Важнейшей задачей физического развития как основы всестороннего развития, является формирование здорового, крепкого, жизнерадостного, отзывчивого, инициативного ребенка.

Современное общество, с его быстрыми темпами развития, с занятостью родителей являются причиной проведения большей части времени детьми у телевизоров и компьютеров. У большинства родителей не хватает времени для активного отдыха с детьми.

Поэтому основной задачей дошкольных учреждений является оздоровление, обеспечение всестороннего физического развития ребенка.

Формирование интереса к физической культуре и спорту – важная социально-педагогическая задача воспитания подрастающих поколений. Актуальность данной проблемы вполне очевидна. Занятия физкультурой с детьми дошкольного возраста формируют их позитивное отношение к собственному здоровью, помогают приобщать к определенному миропониманию. Кроме того, занятия физической культурой помогают становлению характера, здоровой психике. Сильный и ловкий ребенок, которому легко удастся осваивать новые движения, уверен в себе. Он не

пасует перед трудностями, всегда готов их преодолеть. А если еще физическое развитие проходит в форме развлечения, что доставляет ребенку массу положительных эмоций.

На сегодняшний день основной целью физического развития является формирование физической культуры личности. Начало этого процесса приходится на ранний и дошкольный возраст. Именно в эти годы, закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, раскрываются способности ребенка.

Игры и упражнения, развлечения и досуги проводятся с детьми в течении всего года, проводятся и на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребёнка.

Данный проект поможет:

- Повысить интерес к физическому развитию;
- закрепить правила и двигательные умения в подвижных играх и упражнениях;
- сформировать положительный эмоциональный тонус;
- дополнить спортивным инвентарём оборудование физкультурного зала;
- развивать физические качества;
- воспитывать положительное отношение и устойчивый интерес к спортивным играм и упражнениям;
- развивать заинтересованность родителей в совместных мероприятиях.

Цель проекта:

- Создание положительного эмоционального настроения от участия в совместной деятельности, способствовать сплочению детского коллектива.

Задачи проекта:

- Формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки у детей, в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка;
- Формировать основы здорового образа жизни;
- Воспитывать дружелюбие, взаимопомощь в совместных мероприятиях.

Длительность проекта : краткосрочный, 2 недели.

Тип проекта: физкультурно – развлекательный, оздоровительный.

Участники проекта : дети старшей группы, воспитатели, родители.

Для реализации необходимо:

- физкультурный зал;
- спортивный инвентарь для самостоятельной деятельности детей;
- художественное слово и детская литература по ознакомлению и расширению представлений о спорте;
- видеозаписи с трансляциями подвижных, народных игр;
- мультфильмы спортивного содержания;
- атрибуты к подвижным играм, к физкультурным развлечениям, досугам;
- спортивная форма и спортивный инвентарь;
- оформление стенда «Мой любимый вид спорта», «Спорт в нашей семье».

Основной этап.

Основные направления работы с детьми:

1. Комплексная диагностика культуры здоровья детей;
2. Разработать и внедрить физкультурно-оздоровительную работу и образовательную деятельность:
 - занятия по физической культуре (традиционные, тренировочные, занятия-соревнования, интегрированные, спортивные праздники).
 - система закаливающих процедур: закаливание, хождение по «дорожкам здоровья», прогулки, соблюдение режима дня, утренняя гимнастика, физкультминутки;
 - Оздоровительные технологии (точечный массаж, гимнастики: пальчиковая, пробуждения, дыхательная.)
3. Консультативно- информационная работа: индивидуальные устные консультации, папки передвижки, уголок здоровья.
4. Цикл бесед о здоровье, человеке и его поступках, привычках, правильном питании.

Модель реализации проекта:

- Беседы: «Витамины я люблю - быть здоровым я хочу», «От простой воды и мыла, у микробов тают силы»;
- Конспекты занятий: «Спорт – это здоровье», «В здоровом теле – здоровый дух», «Как сохранить своё зоровье».

- Познавательное чтение: «Разговор о правильном питании», «Букварь здоровья», сочинение сказки «Витамины с грядки»; сказка «В стране Болючке».
- Занимательные игры: «Повтори позу», «Куб здоровья», «Игры со счётными палочками», «Пальчиковые игры», «Твистер»; Сюжетно-дидактическая игра «Магазин полезных продуктов», эстафеты на прогулке;
- Дидактическая игра: «Пирамида здоровья»;
- Разучивание физминуток «Это лёгкая забава», «Становись по порядку», «По дорожке»; считалок «Ёжик, ёжик - чудачёк», «Подогрела чайка чаек»;
- Коллаж: «Полезные и вредные продукты».

Участие родителей в проекте:

- Анкета для родителей «Физкультура и семейное воспитание»;
- Спортивный праздник «Игры нашего детства»;
- Приглашение родителя спортсмена «В здоровом теле-здоровый дух!»;
- Консультации для родителей: папки передвижки;
- Десять советов родителям по укреплению физического здоровья детей;
- Памятка для родителей «Продукты для здоровья».

Заключительный этап.

- Выставка детских рисунков «Мой любимый вид спорта»;
- Фотовыставка «Спорт в нашей семье»;
- Беседы с детьми «Что нового мы узнали?», «Для чего нужен спорт?»;
- Благодарности детям и родителям за участие в организации фотовыставки, выставки рисунков и участие в проекте;
- Выявить уровень знаний родителей о физической, оздоровительной работе в ДООУ с детьми;
- Презентация с результатами проектной деятельности.

Основная часть

Родителям была предложена специальная анкета, позволяющая определить, как они понимают задачи физического воспитания, умеют ли организовать занятия спортом в семье, создать для этого условия, выявить интересы детей.

Анкетированием было охвачено 15 родителей с разным образовательным уровнем.

Из анкет стало ясно, что всего несколько детей занимаются спортом. Менее половины опрошенных родителей ответили, что делают утреннюю гимнастику нерегулярно или совсем не делают ее.

Таким образом, в подавляющем большинстве родители не уделяют должного внимания физкультуре.

Данные анкеты, показали также, что большая часть семей имеет мелкий спортивный инвентарь, велосипеды, самокаты, но лишь у немногих есть детские спортивные комплексы. В большинстве случаев это объясняется жилищными условиями.

Ответы на вопросы о соблюдении режима дня, о проведении закаливающих мероприятий показали, что родители не уделяют должного внимания этим столь важным для воспитания ребенка задачам. Большая часть семей соблюдают режим дня.

Чем заняты дети дома после прихода из детского сада и в выходные дни?
Конструированием, лепкой, рисованием

Подвижные игры занимают важную роль в семьях дошкольников. Все это свидетельствует о том, что систематического, целенаправленного физического воспитания, необходимой физической нагрузки и двигательной активности дети в семье получают. Подтверждение мы находим и в ответах родителей на вопрос: «Укажите, как проявляется двигательная активность вашего ребенка?».

Полученная из анкет информация позволила конкретизировать содержание работы с семьей и определить тематику и направленность собраний, консультаций, лекториев и других фронтальных и индивидуальных форм общения с родителями. Кроме того, анкетирование помогло наметить дифференцированный подход к разным категориям семей.

Решить вопросы всестороннего физического развития детей, вырастить их здоровыми можно только совместными усилиями родителей и работников дошкольного учреждения. Координация воспитательной работы, проводимой в семье и детском саду, одна из важнейших задач педагогического коллектива.

Для этого необходимо:

- совершенствовать воспитательно-образовательную работу с детьми на основе образовательной программы
- внедрять новые формы и методы работы с семьей;

- устанавливать единые требования к процессу физического воспитания ребенка в семье и в детском саду;
- усиливать связь между повседневной воспитательно-образовательной работой с детьми в детском саду и воспитанием ребенка в семье, прежде всего путем различных поручений, заданий, которые дети должны выполнять дома вместе с родителями;
- использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании дошкольников;
- изучать положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди родителей;
- строить всю работу на основе взаимопомощи педагогов и родителей.

Заключение

С целью определения результативности и эффективности работы по проекту был осуществлен мониторинг физического развития детей старшего дошкольного возраста. В мониторинге использовался метод наблюдения за детьми, игровые тестовые задания. По результатам мониторинга можно сказать, что дети физически развиты, дети овладели основными движениями, общеразвивающими упражнениями, у них значительно вырос двигательный опыт. На протяжении проекта у детей увеличился интерес к подвижным играм и эстафетам, которые помогают развитию двигательного аппарата, воспитывают волевые черты характера, ценные нравственные качества. Наблюдая за детьми, можно отметить повышение потребности в двигательной активности детей. По результатам бесед с родителями можно сделать вывод: родители стали больше интересоваться проблемами физического развития детей, стали активнее участвовать в совместных мероприятиях.

Литература

1. Алябьева Е. А. Игры для детей 4-7 лет; развитие речи и воображения. Москва, 2009 г.
2. Вахрушев А. А. Кочемасова Е. Е. Здравствуй, мир! Окружающий мир для дошкольников. Москва, 2003 г.
3. Зайцев Т. К. Уроки Айболита. СПб. 2003 г.
- Каркушина М. Ю. Зелёный огонёк здоровья. Москва. 2009 г.
4. Люцис К. Азбука здоровья в картинках. Москва. Русское энциклопедическое творчество. 2004 г.





