

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированной направленности №9» г. Сосновоборска

Проект
в группах компенсирующей
направленности
«Со спортом будем мы
дружить...»

Тип проекта: групповой
Вид проекта: игровой, информационный
Срок реализации: со 2 апреля по 6 апреля 2018 года
Вид проекта: краткосрочный
Разработчик воспитатели: Титова Н.И., Дунаева В.Л.,

Сосновоборск, 2018 г.

Актуальность проекта

Со спортом будем мы дружить,
И нашей дружбой дорожить.
И станем сильными тогда.
Здоровыми, умелыми,
И ловкими, и смелыми.

Напряженный ритм жизни требует от современного человека целеустремленности, уверенности в своих силах, упорства и, конечно же, здоровья. В то же время отсутствие эмоционально - психологического благополучия в дошкольном учреждении может вести к деформации личности ребёнка. Поэтому в современных условиях актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту. Особенно ценно в оздоровительном отношении круглогодичное проведение подвижных и спортивных игр на свежем воздухе: занимающиеся становятся более закаленными, усиливается приток кислорода в их организм.

Игры на свежем воздухе не только полезны для здоровья, они также развивают в детях коммуникабельность. Ребятишки начинают понимать, что такое взаимопомощь, как иногда важно подчинять свои желания общим интересам, а это всё им пригодится во взрослой жизни. Активные игры на свежем воздухе насыщают организм ребёнка кислородом, а это улучшает и мышечную работу, и мозговую активность.

Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем, совершенствуя опыт организации игр, поскольку игра для дошкольника - это не просто воспоминание каких-то действиях, сюжетах, а творческая переработка имевших место впечатлений, комбинирование их и построение новой действительности, отвечающей запросам и впечатлениям ребёнка.

С раннего детства мы можем приучить детей к играм на свежем воздухе, благодаря чему подготовить их к освоению классических видов спорта. Поэтому очень важно и необходимо проводить эстафеты и подвижные игры на участках для оздоровления дошкольников.

Цель: Повышение уровня физической активности детей. Формирование позитивного отношения детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения на свежем воздухе, укрепление детско – коллективных отношений.

Задачи:

Оздоровительные: укреплять костно-связочный аппарат, мышечной системы, повышение функциональной деятельности организма.

Образовательные: формировать двигательные умения и навыки; формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на свежем воздухе для организма; обучать игре в команде.

Развивающие: развивать быстроту, силу, ловкость, меткость, память, интерес к спортивным играм.

Воспитательные: воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях, в том числе на свежем воздухе; развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

Ожидаемые результаты реализации проекта: повышение уровня физической активности детей среднего и старшего дошкольного возраста с помощью физкультурных занятий на свежем воздухе. У детей сформируются представления о здоровом образе жизни.

Формы реализации проекта

Участниками реализации программы являются воспитатели, дети среднего и старшего дошкольного возраста, родители. Срок реализации программы 1 неделя (со 2 апреля по 6 апреля 2018 года). Вид проекта краткосрочный.

Форма работы воспитателя с детьми

1. Занятия познавательного цикла: физкультурные, чтение худ. литературы.
2. Занятия продуктивной деятельности: рисование, лепка, аппликация.
3. Оздоровительные процедуры: воздушные ванны, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, игровой самомассаж.
4. Игровая деятельность: подвижные, дидактические, сюжетные, народные игры.

Материально – техническое оснащение:

Спортивный инвентарь: мячи, обручи, скакалки, платочки, флажки, султанчики, картонные машины и др.

Содержание проектной деятельности:

I Подготовительный этап

- изучение понятий, касающихся темы проекта;
- постановка цели и задач проекта;
- подбор спортивных игр, эстафет, подвижных игр, презентации о спорте, наглядного материала.

II Практический этап

- организация целенаправленной просветительской и консультативной деятельности с родителями по вопросам формирования у детей привычки здорового образа жизни.

- просмотр презентации: виды спорта.
- подготовка выставки детских рисунков «Со спортом будем мы дружить».
- изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования.
- проведение подвижных, спортивных, народных игр, эстафет на свежем воздухе.

Информация для родителей о проведенных мероприятиях в форме фотоотчетов в вайбере.

III Заключительный этап

- анализ результатов.

Продукт проектной деятельности

Презентация: «Виды спорта»

Нетрадиционное спортивное оборудование: султанчики,

Выставка детских рисунков: «Со спортом будем мы дружить»

Консультация для родителей: «здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка».

Итог проекта

- У детей сформировался интерес к здоровому образу жизни.
- У детей сформировались представления о спорте, подвижных играх, здоровом образе жизни.
- Дети научились играть и соблюдать правила в подвижных играх.
- У детей повысилась двигательная активность.
- Сформировался социально – коммуникативный навык общения между детьми.

| День недели Девиз дня | Наименование игр и ее описание | Цель игры | Инвентарь |
|---|--|--|--|
| <p>Понедельник «В здоровом теле – здоровый дух!»</p> | <p>«Эстафета» Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает кеглю и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.</p> <p>«Снайперы» На расстоянии 2 м перед каждой колонной положить по обручу. Дети по очереди бросают мешочки с песком правой и левой рукой, стараясь попасть в обруч. Если ребенок попал, то его команде засчитывается 1 балл. Итог: у кого больше баллов, та команда и выиграла.</p> <p>«Перешагивание из обруча в обруч» Дети по очереди перешагивают через обручи. Чья команда быстрее и не задев обручи добежит до финиша.</p> | <p>Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, скоростно-силовых, координации.</p> <p>Упражнять движение – метание</p> <p>Обучать преодолению простейших препятствий.</p> | <p>Эстафетные палочки, кегли.</p> <p>обручи, мешочки с песком.</p> <p>Обручи</p> |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | <p>Малоподвижная игра Угадай вид спорта по показу</p> <p>Воспитатель или ребёнок показывает при помощи мимики и жестов какой-либо вид спорта, а дети отгадывают его.</p> | <p>Формировать умения выполнять движения, характерные для некоторых видов спорта, узнавать их по показу.</p> | <p>Не требуется</p> |
| <p>Вторник «Мы – ребята-молодцы, спортом занимаемся. Если даже заболеем, быстро поправляемся.»</p> | <p>«Веселые лыжники» Дети делятся на 2 команды. Дети берут палки и в позе лыжника, проходят полосу препятствий: конусы обходят змейкой, обруч оббегают вокруг. Возвращаются к команде, передают палки следующему игроку.</p> <p>«Сходу в цель» Каждая команда строится в две колонны. На площадке обозначается линия старта. Конусы устанавливаются в шахматном порядке. В конце полосы лежит обруч. Участники игры бегут от стартовой линии до линии броска, оббегая конусы. И бросают мяч в мишень.</p> <p>«Подбрось повыше» Дети делятся на 2 команды. Первый игрок подбрасывает мяч вверх, стараясь попасть в кольцо. Побеждает та команда, у кого больше попаданий.</p> <p>Малоподвижная игра «Мой веселый звонкий мяч» Дети стоят с одной стороны</p> | <p>Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, скоростно-силовых, координации.</p> <p>Совершенствовать умение попадать мячом в неподвижную горизонтальную цель, действовать по сигналу.</p> <p>Упражнять детей бросать мяч вверх.</p> <p>Учить детей</p> | <p>Палки, конусы</p> <p>Конусы, обручи, мяч</p> <p>Баскетбольное кольцо, мяч</p> <p>Мяч</p> |

| | | | |
|--|---|---|------------------------------|
| | <p>площадки, около них воспитатель с мячом в руках. Он показывает, как легко и высоко подпрыгивает мяч, если его отбивать рукой, сопровождая действия словами:</p> <p>Мой весёлый звонкий мяч, Ты куда пустился вскачь? Красный, жёлтый, голубой, Не угнаться за тобой.</p> <p>Затем воспитатель предлагает детям выполнить прыжки, при этом отбивая мяч о землю. Затем воспитатель, не пользуясь мячом, предлагает детям выполнить прыжки, сам же при этом поднимает и опускает руку над головами детей, как будто отбивает мячи.</p> | <p>подпрыгивать на двух ногах, внимательно слушать текст.</p> | |
| <p>Среда «Важно для здоровья спорт, чтобы болезням дать отпор!»</p> | <p>«Эстафета с обручами» Играющие строятся в две колонны (перед каждой чертят линию). На расстоянии 6–8 м от колонн кладут по одному обручу. По команде воспитателя игроки, стоящие в колонне первыми, бегут к обручам, поднимают их вверх, пролезают через них, кладут на место и бегут к своей колонне, дотрагиваются до руки следующего ребенка и становятся в конец колонны. Каждый последующий выполняет то же самое задание. Выигрывает команда ребят, быстрее выполнившая задание.</p> <p>«Кто быстрее до флажка» Играющие выстраиваются в</p> | <p>Закреплять навык пролезания через обруч.</p> | <p>Обручи</p> <p>Кубики,</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p>две колонны. Напротив каждой на расстоянии 5 м ставят по одному предмету (кубик, кеглю). По сигналу воспитателя игроки, стоящие в колонне первыми, прыгают на двух ногах до предмета, огибают его и бегом возвращаются к своей колонне, касаются руки следующего ребенка и встают в конец своей колонны.</p> <p>«Полоса препятствий» 2 команды по 5-6 человек выстраиваются в колонне по одному игроку за стартовой линией. По сигналу руководителя первый игрок выполняет эстафету: бег с препятствиями: перепрыгнуть через дугу, прыжки по дощечкам (дощечки на расстоянии 25 см друг от друга).</p> <p>Малоподвижная игра «Флажок» Дети стоят по кругу, в центре один ребенок с флажком. После слов: «выйди, выйди...» названный ребенок выходит в середину и берет флажок. Первый ребенок встает в круг, игра повторяется. Дети встали в кружок, Увидали флажок. «Кому дать, кому дать, Кому флаг передать? » Выйди, Толя, в кружок,</p> | <p>Развитие умения преодолевать препятствия, ловкости, скорости и четкости движений</p> <p>Упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру</p> <p>Развитие слухового внимания</p> | <p>кегли</p> <p>4 дуги, 12 плоских дощечек</p> <p>Флажок</p> |
|--|---|---|--|

| | | | |
|---|--|--|--|
| | <p>Возьми, Толя, флажок. Выйди, выйди, возьми, Выше флаг подними!</p> | | |
| <p>Четверг «Эй, ребята, шире шаг! Нам нельзя сгучать никак!»</p> | <p>«Передай мяч над головой» Играющие делятся на 2-4 команды, которые выстраиваются в колонну по одному на расстоянии вытянутых вперед рук. По сигналу капитаны команд, стоящие впереди, передают мяч над головой стоящим сзади них, те передают дальше, пока мяч не получит последний игрок команды. Получив мяч, он бежит вперед своей команды, становится первым и передает мяч над головой и т.д. Игра продолжается до тех пор, пока капитан снова не станет первым и не поднимет руки с мячом вверх. Выигрывает команда, которая первой закончит игру. Во время игры нельзя бросать мяч назад, его надо передавать в руки стоящему сзади игроку. Если участник уронит мяч, он должен сам взять его, встать на свое место и продолжить игру. При другом варианте этой игры мяч передается под широко расставленными ногами из рук в руки, или же его можно сразу прокатывать до конца колонны под ногами.</p> <p>«Гусиным шагом с ленточкой» Пройти с ленточкой за головой (натянута в двух руках) от старта до финиша</p> | <p>Тренировка точности движений, концентрации внимания, быстроты реакции</p> <p>Развитие координации</p> | <p>Мячи каждой команде</p> <p>Ленточки</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p>гусиным шагом. Побеждает та команда, чьи игроки быстрее перейдут на финиш.</p> <p>"Формула 1". Дети встают в две колонны. Первый участник каждой команды садится в картонную машину и проходит полосу препятствий, возвращается обратно. Остальные участники команды крутят в руках султанчики и изображают езду машины: д – д – д – д.</p> <p>Перетягивание каната Канат кладут посередине площадки. Середина каната отмечается цветной ленточкой, а на земле под серединой каната проводится черта поперек площадки. Параллельно ей с обеих от каната сторон в 2–3 м проводят еще две черты (границы, за которые не могут переступить игроки). К канату подходят команды и берут его в руки за противоположные концы. По сигналу воспитателя игроки начинают тянуть канат каждый в свою сторону. Выигрывает тот, кто перетянул канат за линию, параллельную средней, в ту или другую сторону (ориентиром служит ленточка).</p> | <p>Развитие координации, ориентации в пространстве, развитие мелкой моторики, укрепление мышц языка</p> <p>Развитие силы, ловкости, выносливости, двигательных и коммуникативных способностей</p> | <p>Картонные коробки, мел для прорисовки трассы, султанчики из киндеров</p> <p>Канат</p> |
| <p>Пятница «Под напев молитв пасхальных И под звон колоколов</p> | <p>Донеси яйцо По одному игроку в каждой команде по ложке и по одному яйцу (муляж) на каждую команду. Начертите линию старта, Дети</p> | <p>Развитие координации движений, чувства равновесия,</p> | <p>Ложки для каждой команды, муляж яйца для каждой</p> |

| | | | |
|---|---|--|---|
| <p>Будем спортом заниматься и здоровье сбережем!»</p> | <p>выстраиваются друг за другом на линии старта. У каждого в руке своя ложка. Первые соревнующиеся из каждой команды должны положить яйцо в ложку и с ложкой в руке добежать до коробки, обогнуть ее и вернуться обратно, после чего передать яйцо следующему игроку. Таким образом все члены команды по очереди должны пробежать с яйцом. Выигрывает та команда, которая быстрее выполнит задание и с наименьшим количеством падений яйца на землю.</p> <p style="text-align: center;">Найди яйцо</p> <p>Ведущий прячет в разных местах разноцветные бумажные яйца. Задача игроков – найти как можно больше яиц и сложить в свою корзинку. Все, что находят участники, складывают в корзинку своей команды.</p> <p style="text-align: center;">«Скачки на лошадках»</p> <p>У детей лошадки на палочке. Дети скачут прямым галопом по площадке. Встречая, препятствие преодолевают его: кубики – перепрыгивают, обруч – оббегают. Возвращаются назад и передают лошадку следующему игроку.</p> <p style="text-align: center;">Малоподвижная игра «Украсть пасхальное яйцо»</p> | <p>умения действовать в команде, знакомство с народными традициями.</p> <p>Упражнять в ходьбе в разных направлениях, развивать внимание, ориентировку в пространстве, знакомство с народными традициями.</p> <p>Закреплять умение детей в галопе приближать одну ногу к другой, огибать простые препятствия.</p> <p>Улучшить</p> | <p>команды, коробка</p> <p>Корзинка для каждой команды, бумажные яйца.</p> <p>Лошадки на палочке каждой команде, пластиковые кубики, обручи.</p> <p>Воздушный</p> |
|---|---|--|---|

| | | | |
|--|--|-----------------------------|-----------------|
| | Участвует две команды, каждой из которых дается один воздушный шарик и наборы пасхальных наклеек. За минуту они должны украсить свой шарик – «яйцо» наклейками. Тот, кто наклеит их больше соперника, тот победил. | быстроту реакции на сигнал. | шарик, наклейки |
|--|--|-----------------------------|-----------------|

Фотоотчет смотри приложение.

Список источников

<http://спортстатьи.рф/оздоровительные-задачи-подвижных-иг/>

<https://infourok.ru/podborka-sloganov-o-sporte-548148.html>

http://life-games.net/index/sportivnye_igry_dlja_detej/0-11

http://dou329.krsnet.ru/dou329/images/stories/Atteastaziya/Gorchakova/karto_teka_igr_maloy_podvizhnosti.pdf

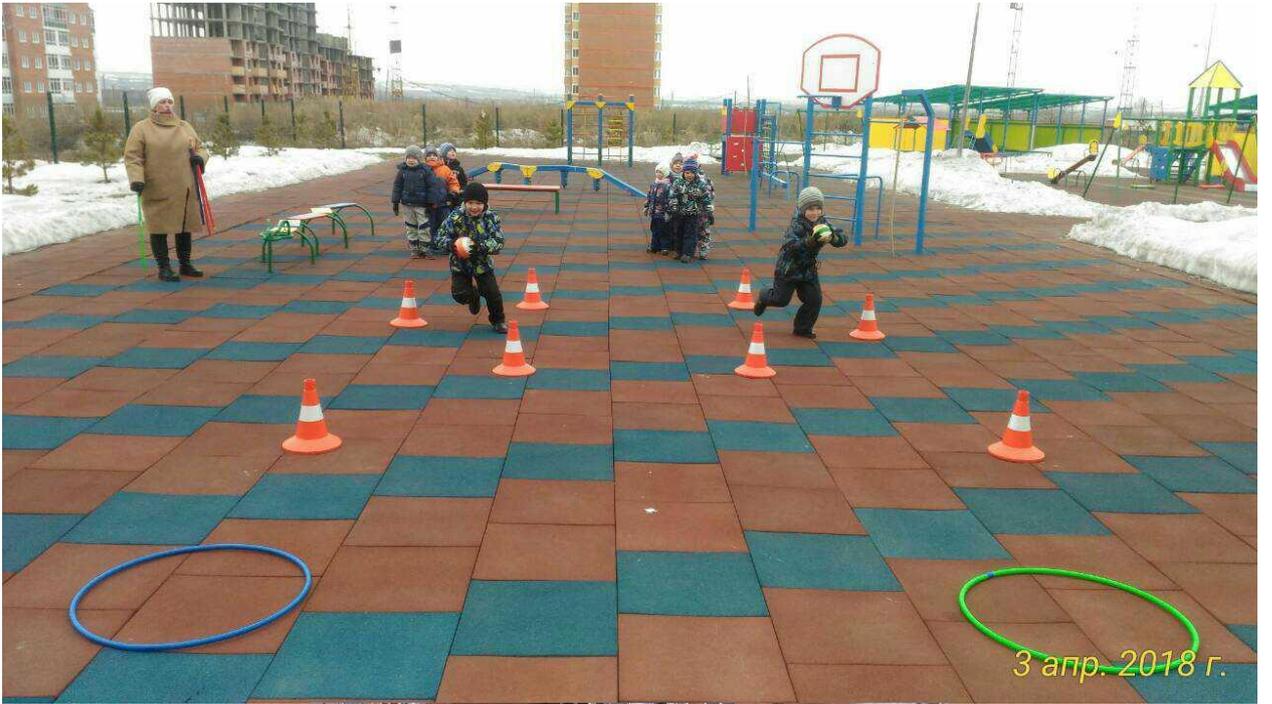
Приложение
День первый (Понедельник)





День второй (Вторник)





День третий (Среда)



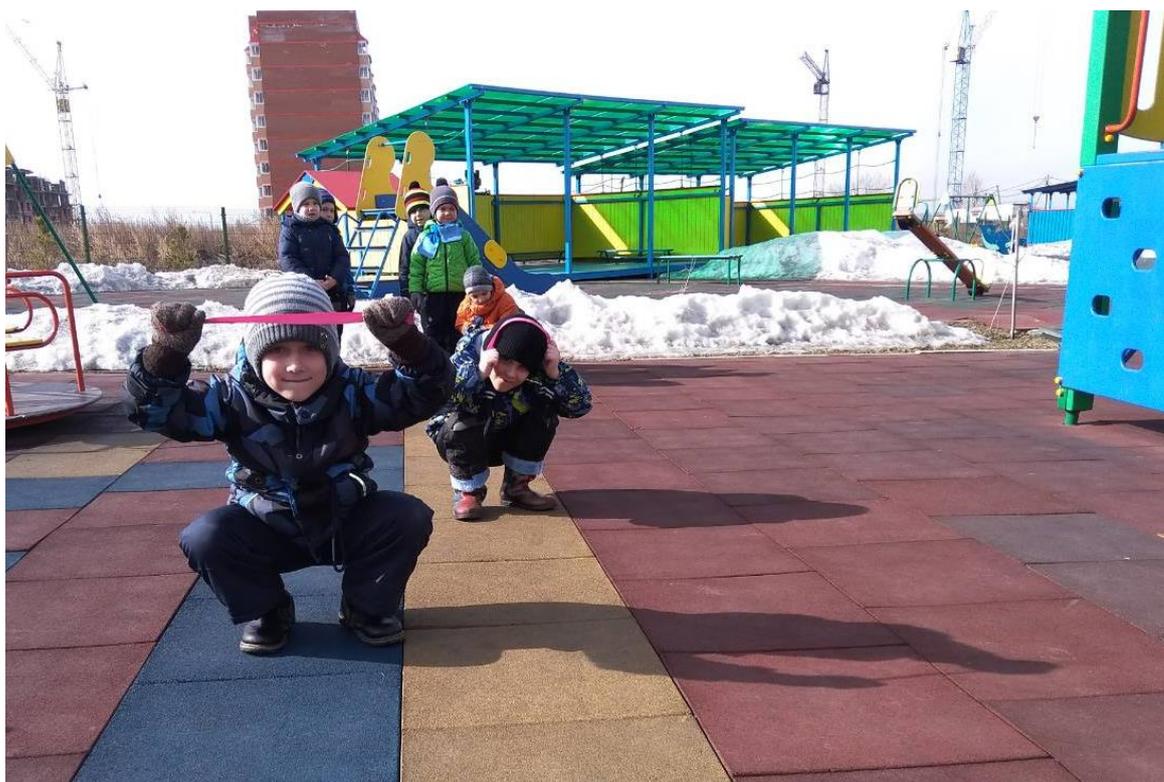


2018-4-4 10:47



2018-4-4 11:13

День четвертый (Четверг)





День пятый (Пятница)





