

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №24»

Физкультурно – оздоровительный проект
«Умка – спорт!»

Составила:
Дементьева А. В,
инструктор по физической культуре

г. Верхняя Пышма, 2023

Аннотация.

Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Физкультурно – оздоровительный проект «Умка – спорт!» предусматривает просвещение детей старшего дошкольного возраста и их родителей: развитие представлений о важности двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о здоровом образе жизни. Эти сведения становятся важным компонентом личностной культуры и социальной защищенности дошкольника.

Проект раскрывает новые эффективные формы взаимодействия ДОО с семьей по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни, которые основываются на формах совместной деятельности детей и родителей.

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность.

Поэтому искусству сохранения и укрепления здоровья, формирования осознанной потребности в здоровом образе жизни должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи.

Анализ анкетирования показывает, что во многих семьях потребность дошкольников в движении удовлетворяется далеко не полностью, предпочтение отдается просмотру телепередач, компьютерным играм, занятиям статического плана и малоподвижным играм. Большая загруженность родителей ведет к сокращению прогулок на свежем воздухе, тем самым естественная потребность ребенка в движении в семье пусть неосознанно, но подавляется. Основными причинами таких результатов является то, что родители недооценивают роль двигательной активности, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка, недостаточно осознанно подходят к процессу физического воспитания детей, занижая свою роль в этом процессе и перекладывая основную нагрузку на образовательное учреждение. И как следствие не понимают важности всех критериев, способствующих формированию здорового образа жизни у детей.

Цель проекта – заинтересовать родителей в целенаправленном формировании потребности воспитанников в здоровом образе жизни через вовлечение их в физкультурно-оздоровительный процесс.

Совместная деятельность воспитателей, инструктора по физическому воспитанию и родителей в решении задач реализации проекта:

- тематические интегрированные занятия, в том числе и физкультурные;
- мониторинговые процедуры (анкетирование);
- поход с детьми и родителями в парк (или на стадион);
- экскурсии;
- праздники и досуги;
- беседы;
- игры, эстафеты, викторины, конкурсы;
- консультации для родителей, тренинги;
- выставки;
- детское творчество.

Ожидаемый результат:

- обогатить социальный опыт дошкольников, расширить их кругозор;
- повысить интерес детей к физическим упражнениям и спорту;
- обогатить воспитанников новыми знаниями, яркими впечатлениями;
- сформировать у родителей представления о создании благоприятного эмоционального и социально-психологического климата для полноценного развития ребенка;
- разработка методических рекомендаций для родителей по организации и проведению праздников, развлечений, досугов;
- оформление фотогалереи «Мы за активный отдых!», творчества детских работ «Мы здоровью скажем «Да».

Вид проекта:

По продолжительности: долгосрочный – 9 мес.

По доминирующей линии в проекте: практико-ориентированный, групповой;

По характеру контактов: в рамках ДОУ.

Состав участников: воспитанники группы, воспитатели, инструктор по ФИЗО, родители.

Возраст детей, на которых рассчитан проект: 6-7 лет.

Планирование работы с детьми над проектом

Этапы	Формы работы с детьми и родителями	Задачи	Время проведения
1	Открытие проекта Умка спортивная клятва детей команды отряда «Умка спорт» посвящение в отряд.	Настроить командный дух.	Сентябрь
2	Беседы с детьми о здоровом образе жизни. Знакомство с тренерами по хоккею и самой игрой. Кросс Нации 2023	Научить ребёнка заботиться о своём здоровье. Выбор секции для ребенка. Совершенствование двигательной деятельности детей в естественных природных условиях	Сентябрь
3	Подготовка и сдача норм гто Фоторепортаж (стенгазета «Юные спортсмены»)	Повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан	Октябрь
4.	Участие в городском фестивале комплексов гимнастики «Будь здоров»	Развить двигательные, психические качества ребенка, подготовка его к овладению сложными действиями, развить силу мышц, быстроту мышечных сокращений, подвижность суставов, формировать правильную осанку.	Ноябрь
5.	Проведение игр народов России приуроченный к Дню народного единства (4 ноября)	Помочь детям в доступной форме, в своей выразительности народных игр, активировать мыслительную деятельность ребенка, способствовал	Ноябрь

		расширению представлений о культурном наследии, развитию психических процессов.	
6.	Консультация для родителей «Движение – основа здоровья»	Значение спортивных игр и развлечений для нормального физического развития ребёнка.	Декабрь
7.	- «Малые олимпийские старты» Лыжня России -Выставка рисунков «Умка спорт» Проект «Зимняя прогулка»		Январь
8.	23 февраля		Февраль
9.	Олимпийские малые старты		Март
10.	Занятие с детьми «Спорт – это жизнь». Участие в городском фестивале «Веселые старты»	Познакомить детей со строением тела человека, с физическими возможностями организма, вызвать интерес к дальнейшему познанию.	Апрель
11.	Утренняя зарядка проводимая детьми отряда Умка для младших групп	Разбудить организм ребенка, настроить его на действенный лад.	Апрель
12.	Открытое занятие вместе с родителями «Упражнение на координацию»		Апрель
13.	Участие во всероссийском конкурсе рисунков «В здоровом теле – здоровый дух»	выявление, поддержка и социализация детей и юношества в различных видах творчества.	Май

Ожидаемые результаты:

Увеличение количества детей с высоким уровнем физической подготовленности.

Снижение заболеваемости.

Активизировать участие родителей в физкультурно-оздоровительном процессе.

Повышение педагогической компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.

Выводы:

Вследствие реализации творческого проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о здоровьесбережении, средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма.

Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Туристические походы, физкультурные досуги и совместные занятия с родителями способствовали закаливанию и укреплению здоровья детей; повышали двигательную активность и выносливость организма; оказывали положительное влияние на физическое, психическое и эмоциональное благополучие ребенка.

Внедряемая система целенаправленных мероприятий привела к качественным изменениям в показателях физического развития и здоровья дошкольников: снижению заболеваемости детей.

Таким образом, повышение эффективности педагогического опыта по формированию потребности воспитанников в здоровом образе жизни стало возможным благодаря внедрению системы мероприятий по взаимодействию дошкольного учреждения с родителями и созданию единых условий для полноценного физического развития в детском саду и семье.

Литература

«Современные подходы к оздоровлению детей в ДОУ» В.Г. Алямовская Москва 2005г.

«Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» Н.С. Галицина Москва 2008г.

«Мой организм» С.А. Козлова Москва 2001г.

«Здоровьесберегающее пространство в ДОУ» Н.И. Крылова Волгоград 2009г.

«Взаимодействие ДОУ с родителями дошкольников» А.В. Дронь Санкт-Петербург 2011г.

«Физкультурно-оздоровительная работа детского сада в контексте новых федеральных требований» Москва 2011г.

«Технология оздоровления детей в детском саду» Е.А. Бабенкова Москва 2012г.

