

## **Проект «Спорт – залог здоровья»**

### **Вид проекта:**

- по продолжительности – краткосрочный
- по доминирующей линии в проекте – практико-ориентированный
- по содержанию – социально педагогический
- по характеру контактов – в рамках ДОУ
- по количеству участников – фронтальный

### **Участники проекта:**

- \* дети старшего дошкольного возраста \* воспитатели
- \* инструктор по физической культуре \* музыкальный руководитель

### **Сроки реализации: месяц**

Проблема: негативная статистика по образу жизни в семьях (снижение физической активности, несбалансированное питание, не соблюдение режима дня). Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается в первоочередную социальную проблему.

**Цель проекта:** формирование у дошкольников основ здорового образа жизни; создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

### **Задачи:**

- расширить и закрепить знания детей о спорте, его видах, о здоровом образе жизни
- расширить представления о том, что полезно и вредно для здоровья
- расширить знания об отдыхе и спорте
- воспитывать любовь к физкультуре и спорту у детей, внушить необходимость занятий спортом для дальнейшей жизни
- воспитать сознательное отношение к своему здоровью – создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья дошкольников
- повышать интерес родителей, путем привлечения к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми

### **Пути реализации проекта:**

- тематические занятия, в том числе и физкультурные
- участие детей и родителей в интернет - конкурсах на тему: «ЗОЖ»
- мониторинговые процедуры (анкетирование родителей, тесты)
- беседы
- подвижные группы
- консультации для родителей
- выставка детского творчества
- фотогазета «Спорт и семья»

#### **Подготовительный этап:**

До начала реализации проекта проводятся мероприятия:

- изготовление альбома с иллюстрациями о спорте, о видах спорта
- подбор художественной литературы
- подбор загадок о спорте
- беседы на темы: «Спорт», «ЗОЖ»
- подготовка презентации о здоровом образе жизни, конспектов НОД
- изготовление наглядного материала
- подбор игр
- подборка музыки о спорте
- подборка мультфильмов

#### **Организационный этап:**

*Познавательное развитие:* сюжетно-ролевая игра: «Магазин спорт – мастер»; дидактические игры: «Виды спорта»; «Зимний и летний вид спорта»; «Собери картинку и назови вид спорта»; «Спортивный инвентарь».

*Речевое развитие:* составление рассказов о видах спорта; беседа: «Спорт – это здоровье»; «Правила безопасности в спортивных играх»; «Олимпиады»; обогащение словаря спортивными терминами.

*Физическое развитие:* проведение развлечения «Спорт – это сила и здоровье»; проведение дыхательной гимнастики, самомассажа, зрительной гимнастики; проведение гимнастики после сна; проведение подвижных игр; утренней гимнастики.

*Художественное творчество:* рисование «Мой любимый вид спорта», аппликация «Медали», лепка «Спортивный инвентарь».

*Работа с родителями:* анкетирование, папки – передвижки, фотогазета «Спорт и семья», участие в спортивном празднике в составе жюри,

консультации «Что такое здоровый образ жизни», «Спортивный уголок дома», «Физическое воспитание в семье», «Закаливание: с чего начать?».

#### **Заключительный этап:**

Выставка детских рисунков: «Мой любимый вид спорта», спортивный праздник: «Спорт – это сила и здоровье». Беседа с детьми: «Для чего нужен спорт?». Благодарности детям и родителям за участие в организации фотогазеты, выставки рисунков и участие в спортивном развлечении.

#### **Продукт проектной деятельности:**

Анкета для родителей; консультации для родителей; папка-передвижка; тематические беседы: «Спорт – это здоровье», «Правила безопасности в спортивных играх», разработка сценариев занятий; картотека загадок, пословиц и поговорок о спорте и ЗОЖ; картотека художественных и музыкальных произведений; мультимедийная презентация; награждение детей участие в интернет- конкурсе.

#### **Ожидаемый результат:**

- повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту
- повышения интереса родителей к здоровому образу жизни
- создание единого образовательного пространства: педагог – ребенок – родитель
- снижение заболеваемости воспитанников

#### **Вывод:**

Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучать положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей, благополучие ребенка. Повысилась активность родителей в участии спортивных мероприятий, изменилась позиция в обеспечении здорового образа жизни в семье.