

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города
Новосибирска «Детский сад № 414 комбинированного вида «Чебурашка»

Краткосрочный проект по физическому развитию
в средней группе

**«Обогрей нас, солнышко, яркими лучами!
Обогрей лучами, сделай силачами!»**



Воспитатель: СИМОНОВА Т.Б.

Проект

Тема: «Обогрей нас, солнышко, яркими лучами! Обогрей лучами, сделай силачами!»

Руководитель: воспитатель Симонова Татьяна Борисовна.

Участники проекта: дети средней группы «Кораблик», воспитатель, родители воспитанников.

Цель проекта: способствовать формированию положительного отношения к здоровому образу жизни, к занятиям физкультурой и спортом в детском саду и семье.

Задачи:

- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
- Совершенствование физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации) в разнообразных формах двигательной деятельности.
- Формирование умения осознанно выполнять движения.
- Развитие интереса к физической культуре.
- Воспитание целеустремлённости, организованности, инициативности, стремления участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах.

Сроки проведения: краткосрочный с 02.03.2020г. по 31.03.2020г.

Актуальность проекта:

Для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно и качественно овладеть разнообразными движениями, в первую очередь основными их видами – бегом, ходьбой, прыжками, метанием, лазаньем, без которых нельзя активно участвовать в подвижных играх, а в дальнейшем успешно заниматься спортом.

Усвоение детьми навыков этих движений, овладение правильными способами их выполнения обогащает двигательный опыт, необходимый в игровой деятельности, разнообразных жизненных ситуациях, труде и быту. Упражнения в основных видах движений расширяют диапазон двигательных способностей детей, облегчают в дальнейшем усвоение школьной программы по физической культуре.

Ожидаемые результаты:

Для детей: ответственное отношение к качественному выполнению основных движений; развитие активности, самостоятельности; воспитание осознанного отношения к занятиям физической культуры; самореализация.

Для педагога: повышение профессионализма; внедрение новых технологий в работе с детьми и родителями; личностный и профессиональный рост.

Для родителей: повышение уровня личностного сознания, укрепление взаимоотношений между детьми и родителями.

Пути реализации проекта:

- Тематические занятия, в том числе и физкультурные.
- Спортивные досуги в физкультурном зале и на свежем воздухе
- Беседы.
- Подвижные игры и игры-упражнения.
- Индивидуальная работа с детьми.
- Консультации для родителей.

План:

Подготовительный этап.

- Определение цели проекта.
- Планирование воспитателем разнообразных видов деятельности с дошкольниками.
- Планирование совместной деятельности с родителями воспитанников.
- Подбор методической литературы, детской литературы (энциклопедии, художественной литературы), дидактических пособий, физкультурного оборудования и спортивного инвентаря.

Реализация проекта.

Тема недели	Цели	Подвижные игры и игры-упражнения	Оборудование
1. «Ползаем, лазаем»	Совершенствовать у детей навыки ползания, побуждать их к этому движению, учить проползать под препятствием, не задевая его. Упражнять в ползании определенным способом (опираясь па колени и ладони, на ступни и ладони,	П/и: «Перелет птиц», «Кот и мыши», «Наседка и цыплята», «Крутые горки». И/у: «Не опоздай!», «Проползи в туннель», «Через обруч к флажку», «Доползи до игрушки».	Гимнастическая стенка, гимнастические скамейки и доски, дуги разной высоты, обручи, шапочки животных, бубен.

	не касаясь руками пола), не задевая препятствие.		
2. «Прыгаем, скачем»	<p>Закреплять умение детей в галопе приближать одну ногу к другой.</p> <p>Упражнять в энергичном отталкивании ногами от пола в прыжках на двух ногах на месте, развивать ловкость и быстроту реакции.</p>	<p>П/и: «Лошадки», «Удочка», «Зайка серенький сидит», «Кто больше соберет лент».</p> <p>И/у: «С кочки на кочку», «Пингвины», «Лягушка», «Достань колокольчик».</p>	«Лошадки» на палочке, скакалка с привязанным мешочком, обручи, палочка с колокольчиком, флажки, ленты, шапочки животных, свисток.
3. «Ловкие и меткие»	<p>Развивать глазомер, меткость координацию движений при выполнении заданий.</p> <p>Упражнять детей в прокатывании мяча, не задевая ворота, метании вдаль правой и левой рукой.</p>	<p>П/и: «Шарики и столбики», «Брось-догони!», «Мяч через сетку», «Тебе водить».</p> <p>И/у: «Сбей кеглю», « Попади в круг», «Кто дальше бросит мешочек», «Кольцеброс».</p>	Мячи разных диаметров, мешочки с песком, мишени, конусы, волейбольная сетка, кегли, ворота, бубен.
4. «Бегаем правильно»	<p>Закреплять умение детей бегать по всей площадке в рассыпную, не сталкиваясь; учить реагировать на сигнал; развивать внимание.</p> <p>Упражнять детей в беге в разных</p>	<p>П/и: «Цветные автомобили», «Солнышко и дождик», «Лохматый пёс», «Догони пару».</p> <p>И/у: «Совушка», «Самолёты»,</p>	Цветные флажки, обручи, вожжи, шапочки животных, свисток.

направлениях, не сталкиваясь; развивать выносливость, координацию движений.

«Стань первым», «Кто быстрее до флажка».

- **Беседы:** «Что такое физкультура?», «Для чего нужна физкультура?», «Физкультура для здоровья».
- Непосредственно организованная деятельность по физическому развитию.
- Прослушивание **музыкальных произведений:** Олимпийские марши, спортивные марши, физкультурные марши, гимн Российской Федерации.
- Использование **дидактических игр:** «Назови физкультурное упражнение», «Физкультурное оборудование», «Я и физкультура».
- Придумывание детьми своих физических упражнений для овладения основными движениями.
- **Сюжетно-ролевая игра** «Тренажёрный зал».
- **Индивидуальная работа** по закреплению качеств основных движений: прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, ходьба по канату различными способами, метание в цель, овладение мячом разными способами, сбивание кеглей, прыжки разными способами.
- **Игры-загадки** по теме проекта: «Какое я выполняю физкультурное упражнение?», «Для какого вида основных движений необходимо определенное спортивное оборудование?».
- Изобразительная деятельность на тему: «Как я занимаюсь физкультурой».
- **Поощрение** результатов, действий каждого.

Наши перспективы.

- Продолжать развивать физические качества, накапливать и обогащать двигательный опыт детей в ходе других проектов.
- Наполнить развивающую среду разными видами спортивного материала.
- Создать условия для дальнейшего обогащения опыта детей.
- Поместить оборудование и материалы, отвечающие интересам, как мальчиков, так и девочек.
- Обогащать Центр физической культуры.

- Пополнить картотеку подвижными играми и играми-упражнениями.

Вывод.

Вследствие реализации проекта у дошкольников формируется устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом; ответственное отношение к качественному выполнению основных движений; развитие активности, самостоятельности; воспитание осознанного отношения к занятиям физической культуры. Дети ориентированы на здоровый образ жизни, с желанием осваивают знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма.

Участие родителей в совместной деятельности позволяет использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей.

Проявилось активное родительское участие в реализации потребности детей в движении на свежем воздухе, что обеспечило здоровую жизнедеятельность ребенка.

Осознанное выполнение основных движений в различных ситуациях создало большие возможности для проявления детьми инициативы и творчества, свободы в применении движений и уверенных действиях в игровых и жизненных ситуациях.

Используемая литература:

- . Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка – М.: Аркти, 1993
- . Веракса Н. Е. «Развитие ребенка в дошкольном детстве» - М.: Мозаика-Синтез, 2010
- . «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой – М. : Мозаика-Синтез, 2010
- . Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет – М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010