

## Проект на тему:

### «Физические развлечения как средство реализации двигательной активности детей».

#### Тип проекта:

*По содержанию:* оздоровительный

*Участники проекта:* инструктор по физической культуре, воспитатели, дети старшего возраста.

*По времени проведения:* долгосрочный.

*По характеру контактов:* в рамках ДОУ

*Форма представления:* презентация, доклад.

*Подготовила:* воспитатель Доценко И. О.

Цель проекта: Укреплять здоровье и повышать работоспособность детей через развлечения и подвижные игры.

#### Задачи:

Оздоровительная

Содействовать формированию гармоничного телосложения, правильной осанки и стопы.

Образовательная

Развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.).

Воспитательная

1. Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей.

#### Ожидаемые результаты:

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.

2. Сформировать гигиенической культуры.

3. Улучшение соматических показателей здоровья.

4. Наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Методы проведения: занятия, игры, праздники, развлечения.

#### Описание реализации проекта.

Актуальность проблемы нашего исследования определяется той огромной ролью, как важно формирование в дошкольном возрасте двигательных умений и навыков, их совершенствование одним из оптимальных средств которых являются физкультурные развлечения.

*Объект исследования* – процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, процесс формирования двигательных умений и навыков у детей старшего дошкольного возраста.

*Предмет исследования* – физкультурные развлечения как средство закрепления и совершенствования двигательных умений и навыков на у детей.

*Гипотеза исследования* – мы предполагаем, что использование физкультурных развлечений в процессе физического воспитания позволит закрепить и совершенствовать двигательные умения и навыки у старших дошкольников.

Занятия игрового характера отличаются тем, что для решения задач каждой части подбираются игры с соответствующими движениями. Занятия этого типа проводятся преимущественно в летнее время, когда уже все упражнения разучены и ставится задача закреплять двигательные навыки, развивать физические качества в меняющейся обстановке.

В занятия смешанного характера включаются строевые и общеразвивающие упражнения, основные движения и подвижные игры.

Занятия в сюжетной форме ("в форме рассказа") проводятся для повышения интереса к движениям при закреплении навыков. Подбираются упражнения в соответствии с поставленными задачами и включаются в сюжет.

Физкультурные праздники. В программу каждого праздника включаются физические упражнения, танцы. Подготовка ведётся на физкультурных, музыкальных и других занятиях. Движения, включённые в программу праздника, должны быть хорошо знакомы детям и проводится так, чтобы было интересно и детям, и зрителям. Общеразвивающие упражнения выполняются с красиво оформленными пособиями. Подвижные игры подбираются с элементами соревнования. Большим успехом пользуются игры-аттракционы. Подвижные игры должны соответствовать содержанию праздника.

В течение года 2-3 раза проводятся физкультурные праздники, содержанием которых являются одни упражнения. Физкультурные праздники являются совершенствованием двигательных умений и навыков у дошкольников. Основным назначением физкультурных досугов является организация активного отдыха. Он доставляет детям радость и наряду с этим способствует решению задач физического воспитания. Досуги проводятся 1-2 раза в месяц. Для досугов выбираются упражнения, освоенные детьми на физкультурных занятиях, в которых можно состязаться в ловкости, быстроте, смекалке, находчивости, сообразительности. В развлечения могут быть включены подвижные игры, аттракционы, эстафеты. Интересны для детей дидактические игры с разрезными картинками, на которых изображены физические упражнения. С помощью таких заданий совершенствуются двигательные умения и навыки.

Отсутствие игры может свидетельствовать о том, что у современных детей она перестаёт быть "школой произвольного поведения". Но ни какая другая деятельность для ребенка 4–6 лет эту функцию выполнить не может. А ведь произвольность – это осознанность, независимость, ответственность, самоконтроль, внутренняя свобода. Лишившись игры, дети не приобретают всего этого. В результате их поведение остается ситуативным, произвольным, зависимым от окружающих взрослых, и в этом случае процесс формирования воли приобретает или неправильное направление, или же вообще затрудняется. Когда речь заходит о физическом воспитании детей дошкольного возраста, мы все представляем себе бег, прыжки, лазание по канату и другие гимнастические упражнения. Однако, обучая детей спортивным играм, можно решать следующие задачи: укреплять здоровье, прививать спортивные навыки, которые обязательно понадобятся во взрослой жизни, формировать такие нравственные качества, как умение добиваться цели и сотрудничать, проявлять выдержку и настойчивость, действовать в коллективе, в команде. Следовательно, физическое воспитание – есть основа основ дошкольного воспитания. Физические упражнения, спортивные игры и развлечения создают хорошее самочувствие, "заряжают" ребенка бодростью и энергией.

Знакомясь с играми разных времен и народов, в основе которых лежат активные двигательные действия, дошкольник включается в осознанный процесс совершенствования своих двигательных навыков, различных физических качеств, необходимых в дальнейшей жизни, вырабатывает волевое поведение. Целенаправленно подобранные развлечения, праздники, подвижные игры, эстафеты, игры с речитативом и счетом, имитационные игры, развивают мелкую моторику, координацию движений, равновесие, точность, улучшают качество звукопроговаривания, помогают усвоению математических представлений, т.е. стимулируют развитие физических и интеллектуальных способностей детей. Использование в дошкольном возрасте развлечений, игр с элементами спорта, как средства и формы организации физического воспитания, обеспечивает единство личностного, физического и психического развития ребенка, превращает ребенка в объект активной творческой деятельности на основе развития мотивов к самосовершенствованию.

Обучение этим играм обеспечивает всем детям равные права в овладении ценностями физической культуры и каждому ребенку право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей.

Детский сад и семья – две основные социальные структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребенка. У современных родителей необходимо формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своего ребенка. “Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в младенческом. Поэтому одной из задач, стоящей перед педагогом, является установление доверительного делового контакта с родителями воспитанников, в ходе которого корректируется воспитательная позиция и родителей и педагога. Современные мамы и папы должны выступать не в качестве “зрителей” на спортивных праздниках и развлечениях, а в качестве активных участников. Только совместная деятельность педагога, родителей и детей может дать значительные результаты. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.