***Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида №5 «Светлячок»***

**ПРОЕКТ**

**«СПОРТ – ЭТО ЖИЗНЬ»**

****

***Подготовила:***

***инструктор по физической культуре***

***Марсакова Юлия Сергеевна.***

***2020 год.***

**Проект «Спорт – это жизнь»**

***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 подготовительной группы «Ягодки»,

- Родители;

- Инструктор по физической культуре: Марсакова Ю.С.

**Сроки реализации проекта**: 02.11.2020г. – 20.11.2020г.

**Проблема**:

- Недостаточная осведомленность родителей о важности

физического воспитания.

- Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения.

**Цель проекта**:

- Пробудить у детей интерес к физической активности;

- Сформировать правильное понимание о здоровье;

- Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни,

о выполнении правил здоровьесбережения и ответственного отношения

к своему здоровью, к здоровью окружающих.

**Задачи проекта**:

- Расширить и закрепить знания детей о спорте, его видах,

здоровом образе жизни;

- Расширить представления о том, что полезно и вредно для здоровья;

- Расширить знания об отдыхе и спорте;

- Воспитать любовь к физкультуре и спорту у детей;

- Воспитать созидательное 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, обеспечение

единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и

задач семьи и детского сада.

**Пути реализации проекта:**

- Мониторинговая процедура (анкетирование родителей (Приложение 1));

- Беседы с детьми, (о ЗОЖ, о значимости утренней гимнастики, занятиях

по физической культуре, закаливании как неотъемлемой части

здорового образа жизни).

- Занятие на тренажерах.

- Занятие по физической культуре и подвижные игры на свежем воздухе.

- Просмотр мультфильмов «Спортания»;

(ЗОЖ, Виды спорта, утренняя гимнастика).

- Прослушивание спортивных маршей, песен о физкультуре и спорте.

( Используя и применяя музыкальное сопровождение на занятиях

по физической культуре).

- Разучивание песни:«Физкультура, физкультура – это вам не просто так!»

- Совместное мероприятие родителей и детей:

«Папа, мама, я – спортивная семья!»

- Участие детей во всероссийской онлайн – олимпиаде:

«Дошколята - спортивные ребята»;

- Выставка детских рисунков:

«Я и физкультура!», «Мой любимый вид спорта».

- Контрольное занятие, беседа и рассказ детей:

«Что такое ЗОЖ», «О роли физической культуры, спорта,

закаливания в укреплении и сохранении здоровья».

**Подготовительный этап:**

До начала реализации проекта были проведены следующие мероприятия:

  \* поисковая работа по набору иллюстраций о спорте;

\* беседы с детьми о ЗОЖ, о спорте и физкультуре;

\* подготовка наглядного материала, видео роликов;

\* подбор игр;

\* подборка мультфильмов;

\* подборка музыки о спорте.

**Организационный этап**:

***Познавательное развитие*:**

- Дидактические игры: «Виды спорта», «Узнай вид спорта», «Спорт

зимой и летом».

***Речевое развитие:***

- Составление рассказов о видах спорта; Беседа «Я и физкультура»,

«Спорт – это здоровье».

- Обогащение словаря спортивными терминами.

***Физическое развитие:***

\* Проведение развлечения «В здоровом теле – здоровый дух»,

\* Проведение дыхательной гимнастики, самомассажа.

\* Проведение утренней гимнастики.

\* Проведение гимнастики после сна.

\* Занятия на тренажерах.

\* Проведение физкультурных занятий и подвижных игр на свежем воздухе.

***Художественное творчество*:**

* рисование «Я и физкультура!», «Мой любимый вид спорта».

***Работа с родителями*:**

\* Анкетирование;

\* Консультации для родителей: «Как выбрать вид спорта?»,

«Физическое развитие ребенка: с чего начать?», «Здоровый образ жизни

в семье», «Совместные занятия спортом детей и родителей»;

\* Создание папки-передвижки;

\* Создание фотовыставки: «Я и физкультура!», «Мой любимый вид спорта».

\* Создание видео проекта;

**Заключительный этап:**

***Выставка детских рисунков:***

- «Я и физкультура!», «Мой любимый вид спорта».

***Беседы с детьми:***

- «Что нового мы узнали?», «Для чего нужен спорт?», «Для чего

необходима утренняя гимнастика?, гимнастика после дневного

сна», «Физкультура укрепляет и сохраняет здоровье».

- Сертификаты детям за участие в проекте **«Спорт – это жизнь»,**

дипломы участникам онлайн олимпиады «Дошколята - спортивные ребята»;

- Организации фотовыставки видео проекта **«Спорт – это жизнь»**.

**Продукт проектной деятельности:**

\* Анкета для родителей;

\* Консультации для родителей;

\* Тематические беседы: «О, спорт, ты - мир», « Спорт – это здоровье»;

\* Разработка конспектов занятий;

\* Картотека загадок, пословиц и поговорок о спорте и здоровом

образе жизни;

\*Картотека художественных и музыкальных произведений;

\* Награждение детей, участников онлайн олимпиады:

«Дошколята - спортивные ребята».

**Ожидаемый результат:**

- Повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;

- Интереса родителей к здоровому образу жизни;

- Создание единого образовательного пространства на основе

доверительных отношений сотрудников ДОУ с родителями;

- Снижение заболеваемости воспитанников.

- Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники

проекта будут одинаково относиться к проблеме:

***«Человек – образ жизни – образование - здоровье».***

Когда в данной группе произойдет осознание важности собственных

усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении

можно будет признать успешным.

**Подведение итогов проекта «Спорт – это жизнь»**

***В ходе проведения проекта были получены следующие результаты:***

У детей подготовительной группы «Ягодки» появился интерес и желание

вести здоровый образ жизни:

- дети стали серьезнее относиться к занятиям по физической культуре;

- стали проявлять интерес к спорту;

- владеют необходимыми знаниями ЗОЖ.

- Дети с удовольствием ходят по коврикам – массажерам во время гимнастики после сна, а так же с удовольствием идут и занимаются утренней гимнастикой:

- С интересом занимаются на тренажерах, при выполнении физических упражнений выполняют рекомендации для правильной постановки их выполнения;

- Дети самостоятельно проявляют инициативу к движению: бегают, прыгают, играют с мячом, ползают, лазают.

***Воспитательная ценность проекта:***

- у детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой;

- физкультурой, закаляться;

- повысился интерес к спорту, ЗОЖ.

***Познавательная ценность проекта:***

- У детей повысились знания о значимости здорового образа

жизни, физической культуры, утренней гимнастики и спорта в целом.

- Расширилось представление о закаливающих мероприятиях.

**Вывод**: Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась

устойчивая мотивация к систематическими занятиям физической культурой

и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные

знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях

организма.

***Перспектива проектной деятельности в данном направлении:***

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо

продолжать систематическую работу по указанной теме через создание

и реализацию новых совместных с детьми и родителями проектов

с использованием интегрированного подхода в этом направлении.

Продолжать внедрять в педагогическую практику здоровьесберегательные

технологии, направленные на охрану и укрепление здоровья дошкольников.

**Приложение 1**

**Анкета для родителей**

***«Какое место в вашей семье занимает физкультура и спорт?»***

**Уважаемые родители!**

Просим Вас ответить на нашу анкету, объективно отвечая на вопросы.

Надеемся на сотрудничество!

**1**. Читаете ли Вы литературу о **физкультуре и спорте**?

а) да; б) нет; в) иногда.

**2.** Используете ли Вы полученные знания в воспитании **Вашего ребенка**?

а) да; б) нет; в) иногда.

**3.** Что вы считаете **здоровым образом жизни?** (Напишите).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Кто из **родителей занимается или занимался спортом**?

Каким? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**5**. Посещает ли ваш ребенок **спортивную секцию? Какую?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**6.** Ради какой цели Ваш ребенок посещает (будет посещать) **секции**

**по физкультуре и спорту?**

- поддержать или улучшить здоровье;

- сохранить или улучшить телосложение, осанку;

- развить силу, ловкость и другие физические качества;

- уметь постоять за себя;

- достигнуть высоких спортивных показателей;

- сделать здоровым свой образ жизни;

- занятия не посещаем, пока не планируем посещение;

другое (напишите)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**7**. На что, на **Ваш взгляд**, должны семья и детский сад обращать особое внимание,

заботясь о здоровье и физической культуре ребенка?

- Соблюдение режима дня;

- Рациональное, калорийное питание;

- Полноценный сон;

- Достаточное пребывание на свежем воздухе;

- Физкультурные занятия;

- Закаливающие мероприятия. (**Подчеркните).**

**8**. Установлен ли для **Вашего ребенка режим дня**?

а) да; б) нет.

**9**. Соблюдает ли ребенок этот **режим**?

а) да; б) нет.

**10.** Делаете ли **вы и ваш ребенок дома утреннюю гимнастику**?

а) да; б) нет; в) иногда.

**11**. Есть ли в доме **спортивный уголок, снаряд?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**12**. Занимаетесь ли **Вы закаливанием своего ребенка?**

а) да; б) нет; в) иногда

**13**. Гуляете ли **Вы с ребенком после детского сада?**

а) да; б) нет; в) иногда.

**14**. Виды деятельности ребенка **после прихода из детского сада и в выходные дни:**

- Подвижные игры;

- Спортивные игры и упражнения**;**

**-** Настольные игры;

- Сюжетно - ролевые игры;

- Музыкально - ритмическая деятельность (любит петь и танцевать);

- Просмотр телепередач;

- Конструирование, лепка;

- Чтение книг;

- Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**15.** Смотрите ли Вы по телевиденью **детские спортивные передачи?**

а) да; б) да, редко; в) нет, но хотелось бы; г) нет

**16**. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Благодарим за оказанную помощь.***

***Желаем Вам здоровья и благополучия!***

***Приложение 2***

******

**Приложение 3**



***Проект «Спорт – это жизнь»***

**Пути реализации проекта:**

1. **Мониторинговая процедура анкетирование родителей.**

**Анкета для родителей**

***«Какое место в вашей семье занимает физкультура и спорт?»***

**Уважаемые родители!**

Просим Вас ответить на нашу анкету, объективно отвечая на вопросы.

Надеемся на сотрудничество!

**1**. Читаете ли Вы литературу о **физкультуре и спорте**?

а) да; б) нет; в) иногда.

**2.** Используете ли Вы полученные знания в воспитании **Вашего ребенка**?

а) да; б) нет; в) иногда.

**3.** Что вы считаете **здоровым образом жизни?** (Напишите).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4**. Кто из **родителей занимается или занимался спортом**?

Каким? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**5**. Посещает ли ваш ребенок **спортивную секцию? Какую?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**6.** Ради какой цели Ваш ребенок посещает (будет посещать) **секции**

**по физкультуре и спорту?**

- поддержать или улучшить здоровье;

- сохранить или улучшить телосложение, осанку;

- развить силу, ловкость и другие физические качества;

- уметь постоять за себя;

- достигнуть высоких спортивных показателей;

- сделать здоровым свой образ жизни;

- занятия не посещаем, пока не планируем посещение;

другое (напишите)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**7**. На что, на **Ваш взгляд**, должны семья и детский сад обращать

особое внимание, заботясь о здоровье и физической культуре ребенка?

- Соблюдение режима дня;

- Рациональное, калорийное питание;

- Полноценный сон;

- Достаточное пребывание на свежем воздухе;

- Физкультурные занятия;

- Закаливающие мероприятия. (**Подчеркните).**

**8**. Установлен ли для **Вашего ребенка режим дня**?

а) да; б) нет.

**9**. Соблюдает ли ребенок этот **режим**?

а) да; б) нет.

**10.** Делаете ли **вы и ваш ребенок дома утреннюю гимнастику**?

а) да; б) нет; в) иногда.

**11**. Есть ли в доме **спортивный уголок, снаряд?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**12**. Занимаетесь ли **Вы закаливанием своего ребенка?**

а) да; б) нет; в) иногда

**13**. Гуляете ли **Вы с ребенком после детского сада?**

а) да; б) нет; в) иногда.

**14**. Виды деятельности ребенка **после прихода из детского сада и**

**в выходные дни:**

- Подвижные игры;

- Спортивные игры и упражнения**;**

**-** Настольные игры;

- Сюжетно - ролевые игры;

- Музыкально - ритмическая деятельность (любит петь и танцевать);

- Просмотр телепередач;

- Конструирование, лепка;

- Чтение книг;

- Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**15.** Смотрите ли Вы по телевиденью **детские спортивные передачи?**

а) да; б) да, редко; в) нет, но хотелось бы; г) нет

**16.** Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Благодарим за оказанную помощь.***

***Желаем Вам здоровья и благополучия!***

***2. Беседы с детьми.***

- о ЗОЖ, о значимости утренней гимнастики, занятиях по физической культуре, закаливании как неотъемлемой части

здорового образа жизни.

***3. Просмотр мультфильмов «Спортания»***

***(ЗОЖ, Виды спорта, утренняя гимнастика).***

***«СПОРТ – ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»***



***4.Утренняя гимнастика***

***«НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ»!***

***ЗДОРОВЬЕМ БЫСТРО ЗАРЯДИСЬ!***



***5.Занятия по физической культуре***

***«ЧТОБ ЗДОРОВЫМ БЫТЬ СПОЛНА – ФИЗКУЛЬТУРА НАМ НУЖНА!»***



1. ***Игры – эстафеты***

***«ЭСТАФЕТА, ЭСТАФЕТА! ПРОНЕСЕМСЯ КАК РАКЕТА!***

***ЕСТЬ В НЕЙ ПРАВИЛО ОДНО – ОДИН ЗА ВСЕХ И ВСЕ ЗА ОДНОГО!»***





1. ***Занятия по физической культуре***

***и подвижные игры на свежем воздухе.***

***«НА ПРОГУЛКУ ВЫХОДИ, СВЕЖИМ ВОЗДУХОМ ДЫШИ!»***

***«ФИЗКУЛЬТУРОЙ ЗАНИМАЙСЯ И КОНЕЧНО ЗАКАЛЯЙСЯ!»***



1. **Занятие на тренажерах.**

**«ТРЕНАЖЕР ТЕБЕ ПОМОЖЕТ:**

**КРАСОТУ ТВОЮ УМНОЖИТ, И ЗДОРОВЬЕ УКРЕПИТ, СЛОВНО ДОКТОР АЙБОЛИТ!»**

****

1. ***Гимнастика после дневного сна.***

***«ПОСЛЕ СНА КАК ВСЕ ПРОСНУЛИСЬ, УЛЫБНУЛИСЬ, ПОТЯНУЛИСЬ,***

***ВСЕ ПО КОВРИКАМ ПРОШЛИСЬ, ЗАКАЛЯЙСЯ НЕ ЛЕНИСЬ!»***

**

1. ***Прослушивание спортивных маршей, песен о физкультуре и спорте. Используя и применяя музыкальное сопровождение на занятиях по физической культуре.***

**Разучивание песни:**

**«*Физкультура, физкультура – это вам не просто так!»***



***11. Совместное мероприятие родителей и детей***

***«Папа, мама, я – спортивная семья»***

***«МАМА, ПАПА МОЙ И Я, МЫ СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!»***

***С ФИЗКУЛЬТУРОЙ, СПОРТОМ ДРУЖИМ –***

***ЛЕКАРЬ НАМ СОВСЕМ НЕ НУЖЕН!»***

******

***12. Участие детей во всероссийской онлайн - олимпиаде***

***«Дошколята - спортивные ребята»***

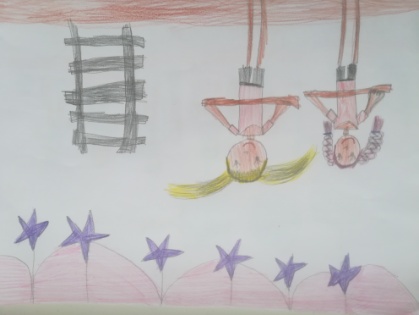
******

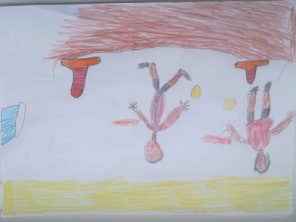
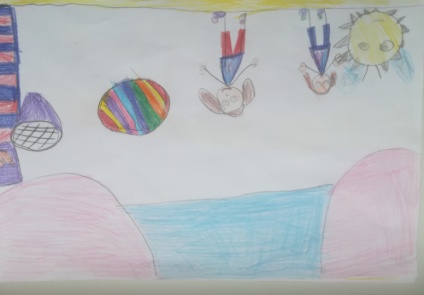
******

******

***13. Выставка детских рисунков***

***«Я и физкультура!»,«Мой любимый вид спорта»***

******

****

***14. Контрольное занятие, беседа и рассказ детей:***

***- «Что такое ЗОЖ», «О роли физической культуры, спорта, закаливания в укреплении и сохранении здоровья».***

****

**

***ВРУЧЕНИЕ СЕРТИФИКАТОВ УЧАСТНИКАМ ПРОЕКТА «СПОРТ – ЭТО ЖИЗНЬ!»***

***ВРУЧЕНИЕ ДИПЛОМОВ***

***ПОБЕДИТЕЛЯМ ОНЛАЙН ОЛИПИАДЫ***

***«ДОШКОЛЯТА – СПОРТИВНЫЕ РЕБЯТА!»***

**



***п. Светлый***

***2020год.***