(cc) BY

Костенко Оксана Викторовна
воспитатель
Крюкова Наталья Владимировна
воспитатель

МБДОУ «Д/С №53»
г. Белгород, Белгородская область

ПРОЕКТ ПО ВНЕДРЕНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ СОВМЕСТНО С РОДИТЕЛЯМИ ДОШКОЛЬНИКОВ В ДЕТСКОМ САДУ «БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!»

Аннотация*: в статье представлен проект по физкультурно-оздоровительной работе совместно с родителями, направленный на формирование устойчивого интереса детей к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.*

Ключевые слова*: здоровый образ жизни, дворовые игры, подвижные игры, семья, физические упражнения.*

Пребывание дошкольников на свежем воздухе в летний период укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на всестороннее развитие. Основная задача взрослых – как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

Таким образом, педагоги пришли к выводу, что необходимо разработать мероприятия оздоровительного, познавательного и развлекательного характера, обеспечивающие необходимый уровень физического и психического развития детей. Также необходима помощь родителям в отборе актуальной и достоверной информации о здоровье ребенка, развитии его организма, оздоровительных технологиях. Для реализации этих мероприятий был разработан проект «Будьте

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

здоровы!», целью которого стало внедрение физкультурно-оздоровительных мероприятий с привлечением родителей детей в детском саду.

В рамках реализации проекта, воспитатели включили парциальную программу дошкольного образования «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной, которая направлена на полноценное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов и потребностей детей и родителей. Она отражает специфику национальных и социокультурных условий Белгородчины.

Участники проекта: дети 5-7лет, родители, воспитатели.

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный.

Тип проекта: практико-ориентированный.

Продолжительность проекта: краткосрочный (июль 2023г)

Задачи:

1) формировать у детей чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;

2) развивать двигательные, интеллектуальные, творческие способности воспитанников через ежедневное участие в утренней гимнастике, прогулках, в подвижных дворовых играх с включением программы «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной (с привлечением родителей);

3) закреплять знания детей о разнообразных видах спорта (футбол, бадминтон, баскетбол, городки);

4) воспитывать активность, самостоятельность, самоуважения, коммуникабельность, уверенность.

Этапы реализации проекта:

1 этап. Подготовительный.

Анкетирование семей воспитанников, с целью выявления условий здорового образа жизни в семьях воспитанников. Создание плана физкультурно – оздоровительных мероприятий, включающего в себя охват детско – игрового пространства в ДОУ.

2 этап. Основной.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Реализация проекта «Будьте здоровы!» по внедрению физкультурно – оздоровительных мероприятий совместно с родителями дежурной группы №7.

3 этап. Заключительный.

Контрольное анкетирование семей воспитанников (по итогам проекта «Будьте здоровы!»), с целью выявления условий здорового образа жизни в семьях воспитанников. Презентация проекта (фотоколлаж, видеоролик)

Предполагаемые результаты.

Для воспитанников:

1) повышение у более 80% воспитанников осознанного отношения к здоровью и жизни, желание заниматься утренней гимнастикой, спортом, выполнять культурно – гигиенические навыки;

2) обогащение знаниями у более 90% воспитанников о подвижных дворовых играх своего региона, летних видах спорта, туризме, и знаменитых спортсменах Белгородчины;

3) развитие у не менее 70% детей физических качеств, активности и желания играть дружно;

4) самостоятельное использование более 60% детьми летних дворовых игр и видов спорта в двигательной активности.

Для родителей (законных представителей):

1) родители (законные представители) получат необходимые теоретические знания по укреплению здоровья детей в летний период;

2) информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать работу ДОУ по охране здоровья детей, функциональные возможности детского организма, обеспечивающие гармоничность телосложения, физическую, умственную работоспособность.

Таким образом, у более 70% дошкольников сформируются представления о себе, своём здоровье и физической культуре. А желание родителей больше проводить время с детьми, позволит видеть своих детей здоровыми и активными, что очень важно для их будущей жизни.

Перспективный план проекта «Будьте здоровы!»

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Место проведения	*Формы работы*
	1 неделя июля
Игровая площадка на участке дежурной группы №7	Беседы по ЗОЖ: – «*Здоровье – главная ценность человеческой жизни*». Цель: воспитывать потребность в организации правильного образа жизни; способствовать формированию желания сохранять и укреплять свое здоровье путем выполнения физических упражнений, соблюдения режима дня и т. п. - «*Травма*: *как ее избежать*?». Цель: продолжать учить оказывать посильную помощь при травме; воспитывать чувство милосердия и сострадания; учить правильно вести себя дома и на улице; избегать получения травмы. - «*Бадминтон*». Цель: продолжать знакомить детей с одним из летних видов спорта – бадминтон; учить различать и правильно называть данный вид спорта. - *Подвижные дворовые игры летом с привлечением родителей* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной)
Спортивная площадка (*спортивный зал*)	- утренняя *гимнастика* (см. картотека июль); - *учимся играть в бадминтон* (подбивать волан ракеткой, стоя на месте, перемещаясь шагом, медленным бегом, стараясь ударить как можно большее число раз и не дать волану упасть. Подвижная игра «Кто дальше»); - *играем в футбол* (по заданию тренера и свободная игра); - *подвижные дворовые игры летом* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной); - *занятия физкультурой* (по плану инструктора физической культуры); *Досуг* «*Мама, папа, я – наша дружная семья*»
Крепость	- *играем в* «*Баскетбол*». Цель: продолжать знакомить детей с видом спорта – баскетбол и с правилами игры. Знаменитыми спортсменами нашего региона. - «*Спортивные эстафеты*».
Игровое пространство детского сада	- «*Отправляемся в поход*» *(все о туризме и туристах, просмотр презентации во второй половине дня – музыкальный зал)*. Цель: познакомить детей с значением слов туризм, туристы. Выявить знания детей о туризме. Объяснить детям, для чего люди ходят в туристические походы.
Консультации. буклеты, памятки родителям	- *консультация* «Как проводить досуг с ребенком»; Помощь в подготовке к физкультурно-оздоровительным досугам: изготовление атрибутов к соревнованиям.
2 неделя июля	
Игровая площадка на участке дежурной группы №7	Беседы по ЗОЖ: – «*Мы стремимся иметь здоровые глаза*». Цель: раскрыть значение зрения для восприятия окружающего мира. Закрепить знание о строении глаза, роль витаминов и нетрадиционных методов оздоровления в улучшении зрения. Объяснить значение соблюдения правил гигиены. - «*Правильное питание*». Цель: формирование у детей представления о необходимости заботы о своем здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания как составной

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

	части сохранения и укрепления здоровья. - «*Городки*». Цель: развитие физических качеств с помощью овладения русской народной игрой «Городки»; развивать координацию движений, глазомер, силу, выносливость; учить играть командой. - *Подвижные дворовые игры летом с привлечением родителей* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной)
Спортивная площадка (*спортивный зал*)	- утренняя *гимнастика* (см. картотека июль); - *продолжаем учиться играть в бадминтон* (перебрасывать волан над головой из и.п. руки в стороны; подбросить волан вверх, хлопнуть в ладоши и поймать его. Игра в бадминтон по упрощенным правилам); - *играем в футбол* (свободная игра); - *подвижные дворовые игры летом* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной).
Крепость	- *играем в* «*Волейбол*». Цель: продолжать знакомить детей с элементами спортивной игры волейбол, закладывать азы правильной техники. Знакомить с знаменитыми спортсменами нашего региона.
Игровое пространство детского сада	- «*Знакомство с картой города. Учимся составлять карты своего участка, детского сада*» (беседы с просмотром иллюстраций, вторая половина дня – *группа №7).* Цель: знакомить детей с картой родного города. Учить составлять карты. *Квест-игра* «Путешествие по родному краю».
Консультации. буклеты, памятки родителям	- *консультация*: «Как организовать летний отдых детей»; - *помощь в изготовлении картотеки* «Дворовые игры детства».
3 неделя июля	
Игровая площадка на участке дежурной группы №7	Беседы по ЗОЖ: – *Ситуативный разговор*: «*Солнце – друг или враг*». Цель: расширять представления о пользе и вреде солнца (тепловой и солнечный удар). Формировать основы собственной жизнедеятельности и ЗОЖ. - *Ситуативный разговор* «*Вода нам нужна, чтобы…*». Цель: закрепить знания детей о необходимости воды в жизни человека. - *Игра* «*Резиночка*». Цель: повышать двигательную активность и укреплять мышечный аппарат. -*Продолжаем учиться играть в бадминтон и в городки*; - *Подвижные дворовые игры с привлечением родителей* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной)
Спортивная площадка (*спортивный зал*)	- утренняя *гимнастика* (см. картотека июль); - *играем в футбол* (по заданию тренера и свободная деятельность); - *продолжаем учиться играть в бадминтон*; - *подвижные дворовые игры летом* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной).
Крепость	- *занятия физкультурой* (на свежем воздухе, воспитатель); - *играем в* «*Баскетбол*». Цель: продолжать знакомить детей с видом спорта – баскетбол и с правилами игры. Знаменитыми спортсменами нашего региона. - *фестиваль* «*Играем в театр*» (семейные театрализованные

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

	постановки).
Игровое пространство детского сада	- *Игра* «*Турист – следопыт*» (преодолеваем препятствие «Верёвочная станция»). Цель: воспитывать основы экологической культуры дошкольников через заботливое отношение к природе и безопасное поведение на природе, любовь к своей малой родине.
Консультации. буклеты, памятки родителям	- *консультация* «Подвижные игры на свежем воздухе»; - *буклет* «Здоровый образ семьи».
4 неделя июля	
Игровая площадка на участке дежурной группы №7	Беседы по ЗОЖ: – «*Дневной сон*». Цель: продолжать совершенствовать навыки личной гигиены у детей. Воспитывать бережное отношение к себе и другим. -»*Витамины летом*». Цель: продолжать формировать понятие «Витамины» и учить называть их; воспитывать желание вести здоровый образ жизни. - *игра* «*Резиночка*». Цель: продолжать повышать двигательную активность и укреплять мышечный аппарат. - *продолжаем учиться играть в бадминтон и в городки*; - *подвижные дворовые игры летом с привлечением родителей* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной)
Спортивная площадка (*спортивный зал*)	- утренняя *гимнастика* (см. картотека июль); - *играем в футбол* (по заданию тренера и свободная деятельность); - спортивный *досуг* «*Добрая дорога детства*»; - *продолжаем учиться играть в бадминтон*; - *подвижные дворовые игры летом* (см. картотека «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной).
Крепость	- *Соревновательная игра* «*Кто быстрее соберет рюкзак. Ставим палатки*» (что входит в состав рюкзака и где можно размещать палатки). Цель: закрепить знания детей о том, что необходимо класть в рюкзак, развивать ловкость, внимание, быстроту в движениях. - *играем в баскетбол и волейбол*. Цель: продолжать знакомить детей с видами спорта – баскетбол, волейбол и с правилами игры. Знаменитыми спортсменами нашего региона.
Игровое пространство детского сада	- *Игра* «*Веревочные испытания*» («Веревочная станция»). Цель: воспитывать основы безопасного поведения на природе и взаимовыручку.
Консультации. буклеты, памятки родителям	- *консультация* «Вместе весело играть»; - *информационный буклет*: «Отправляемся в поход».

Список литературы

Список литературы

1. Парциальная программа дошкольного образования «Выходи играть во двор» (образовательная область «Физическое развитие»): методическое пособие / Л.Н. Волошина [и др.]. – Воронеж: Издат-Черноземье. – 2017. – 52 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. Волошина Л.Н. Игровые технологии формирования компетентности дошкольников в области укрепления здоровья: учебно-методическое пособие / Л.Н. Волошина, Л.П. Кудаланова. – Белгород: Белгород НИУ «БелГУ», 2014.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)