МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №7 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»
Г. ЯСНОГОРСКА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Тема проекта:
«Подвижные игры в детском саду»

Выполнил :

Инструктор по физическому воспитанию Васина Н.Н.

май, 2023 г

Вид проекта: информационно-образовательный, игровой.

Продолжительность: долгосрочный 2022-2023 учебный год.

Участники: дети старшего дошкольного возраста, воспитатели групп, родители воспитанников.

Образовательные области: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Актуальность:

Дошкольный возраст — это тот период, когда ребёнок усиленно растёт и развивается, период формирования человеческой личности, когда закладывается основа здоровья. Неоспорим тот факт, что хорошее здоровье, приобретённый в ранний и дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет своё значение в последующие годы жизни. Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к ярко выраженным функциональным нарушениям в их организме. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития (координации движений, выносливость, силы, гибкость).

Забота о воспитании всесторонне развитого, физически крепкого молодого поколения является одной из важнейших задач нашего детского сада. Для ее реализации необходимо широкое использование разнообразных средств и методов физической культуры для укрепления здоровья, правильного воспитания и развития детей с самого раннего возраста.

Подвижная игра имеет большое значение в укреплении здоровья дошкольника. В подвижные игры включаются основные движения: ходьба, бег, метание, лазание, прыжки, равновесие, подлезание, бросание и ловля мяча, ориентировка в пространстве. Движения, входящие в игру, развивают и укрепляют организм, улучшают обмен веществ, функциональную деятельность всех органов и систем.

Подвижная игра —естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой, незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств.

Во время подвижной игры происходит сознательная двигательная активность ребенка, предполагающая точное и своевременное выполнение заданий, которые связаны с обязательными для всех играющих правилами. Увлекательное содержание и эмоциональная насыщенность игры побуждает детей к определенным умственным и физическим усилиям, а значит способствует их развитию в целом. Детям дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. С помощью взрослых он овладевает новыми, более сложными видами действий. Подвижные игры в основном коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями

других играющих, находить свое место, не мешая другим, по сигналу убегать или менять место. Игра помогает ребенку преодолевать робость, застенчивость. В игре, подражая действиям своих товарищей, он естественно и непринужденно выполняет самые различные движения. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний и активной деятельности. В подвижных играх дети учатся играть дружно, уступать и помогать друг другу. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно – мышечной, сердечно – сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка различных систем и органов.

Наиболее эффективно проводить подвижные игры на свежем воздухе, в полной мере используя неисчерпаемые возможности природных факторов. Подвижные игры укрепляют организм ребенка, повышают его сопротивляемость, способствуют воспитанию силы воли, приучают к дисциплине. Укрепление и оздоровление организма, формирование необходимых навыков, воспитание дружеских взаимоотношений, развитие речи и обогащение словаря – основные воспитательные задачи, которые мы осуществляем при помощи разнообразных подвижных игр.

В сюжетных играх обычно основная масса детей изображает птичек, зайчиков, лошадок, мышек, а один ребенок или взрослый выполняет главную роль – волка, лисы, кота и т. д. Сюжет игры и правила обуславливают характер движений играющих. В сюжетных играх выполняемые движения носят в основном имитационный характер. Особенностью подвижных игр с сюжетами является возможность воздействия на детей через образы, роли, которые они выполняют через правила, подчинение которым обязательно для всех.

Бессюжетные игры очень близки к сюжетным – в них лишь нет образов, которым дети подражают. Эти игры от детей требуют большей самостоятельности, быстроты и ловкости движений, ориентировки в пространстве. Участвуя в таких играх, ребята приобретают много полезных навыков. В основе таких игр лежит выполнение определенных двигательных заданий в соответствии с простейшими правилами.

Цели проекта: Развитие двигательной активности и физической подготовленности детей, укрепление и повышение резервов организма, через организацию подвижных игр.

Задачи проекта:

Оздоровительные:

- охранять и укреплять физическое здоровье детей;
- повышать защитные свойства организма и устойчивость к различным заболеваниям;
- формировать представления о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья;
- удовлетворение потребности детей в движении.

Образовательные:

- формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;

- учить ориентироваться в пространстве;
- создавать условия для реализации потребности детей в двигательной активности;
- развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.);
- поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей;
- формировать умения выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.

Воспитательные:

- формировать товарищеские взаимоотношения, взаимовыручку и помощь, учить преодолевать трудности;
- воспитывать потребности в здоровом образе жизни;
- воспитывать положительные черты характера;
- воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой;
- развивать познавательный интерес ребенка путем знакомства с подвижными играми;
- воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой, как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей.

Принципы реализации проекта:

- Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и родителей (законных представителей).
- Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- Принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- Принцип активного обучения обязывает использовать активные формы и методы обучения, способствующие развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Предполагаемый результат:

- Повышение уровня физического развития дошкольника. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота, выносливость.
- Развитие двигательной активности детей.
- Умение детей играть в подвижные игры.
- Сплочение детского коллектива.
- Обогащение словарного запаса детей (считалки, новые для детей слова).
- Привитие интереса к здоровому образу жизни.
- Снижение заболеваемости. Укрепление здоровья детей при помощи подвижных игр.

Реализация проекта проходит по трём этапам:

1 этап.

Организационно - подготовительный.

- Изучение тематической литературы.
- Анализ умений детей играть в подвижные игры.
- Составление картотеки игр.
- Изготовление атрибутов к играм.
- Консультация для родителей «Роль подвижных игр в жизни ребенка».
- Памятка «Роль игры в воспитании детей».
- Разучивание считалок, закличек, песенок и т. д.

Предполагаемый результат:

Осознание участниками проекта значимости проблемы.

2 этап.

Основной.

Реализация проекта:

- организация и проведение подвижных игр;
- консультации для педагогов и родителей;
- информационные материалы для педагогов и родителей.

Беседы

- Знакомство с подвижной игрой.
- Правила здорового образа жизни.
- Мы играем.
- Вместе с семьёй.
- Игры для здоровья.

Тематические мероприятия.

- Игра викторина «Подвижные игры».
- День подвижной игры.
- Вечер развлечений с родителями «Мои любимые игры»

Консультация на тему:

- Здоровый образ жизни в семье.
- Движение основа здоровья.
- Роль подвижных игр в жизни ребенка.
- Движение — это жизнь.

Оформление наглядно – информационных папок – передвижек:

- Игры с ребёнком по временам года.
- Упражнения на развитии координации движения.
- Игры на развитие равновесия.

Памятки:

- «Играть вместе»
- «Берегите своих детей»
- «Растим здорового ребёнка»

Предполагаемый результат:

- накопление методического материала по данному направлению.
- умение организовать эффективное взаимодействие с родителями и детьми.
- снижение заболеваемости, укрепление здоровья детей при помощи подвижных игр;
- привитие интереса к здоровому образу жизни;
- умение играть в подвижные игры;
- развитие двигательной активности детей;
- сплочение детского коллектива;
- повышение уровня физического развития дошкольника;
- обогащение словарного запаса детей (считалки, знание текста подвижных игр).

3 этап.

Заключительный.

- Анализ проектной деятельности, подведение итогов.
- Планирование дальнейшей работы.
- Выступление на педсовете с презентацией по проекту.
- Проведение досуга «Перестрелка».
- Фото – выставки.

Итоги проекта:

- Дети научились играть и соблюдать правила в подвижных играх.
- Повысилась двигательная активность.
- Сформировался социально – коммуникативный навык общения между детьми.
- Пропаганда здорового образа жизни в семье.
- Сформирован интерес к здоровому образу жизни, спорту, подвижным играм.

Игра "Перестрелка"

Цель: укрепление здоровье через **подвижные игры**.

Задачи:

Формировать двигательные умения и навыки выполнения упражнений на развитие быстроты, ловкости, координации, обогащать свой

двигательный опыт.

Обучать детей коллективной игре, умению видеть и понимать партнеров и соперников.

Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать

приобщению детей к физкультуре.

Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Воспитывать взаимовыручку, чувство товарищества

Инвентарь: мяча среднего размера
Предварительная подготовка:

Научить детей бросать мяч от плеча.

Сформировать понимание *«увёртываться от меча»* разными способами.

Ход игры:

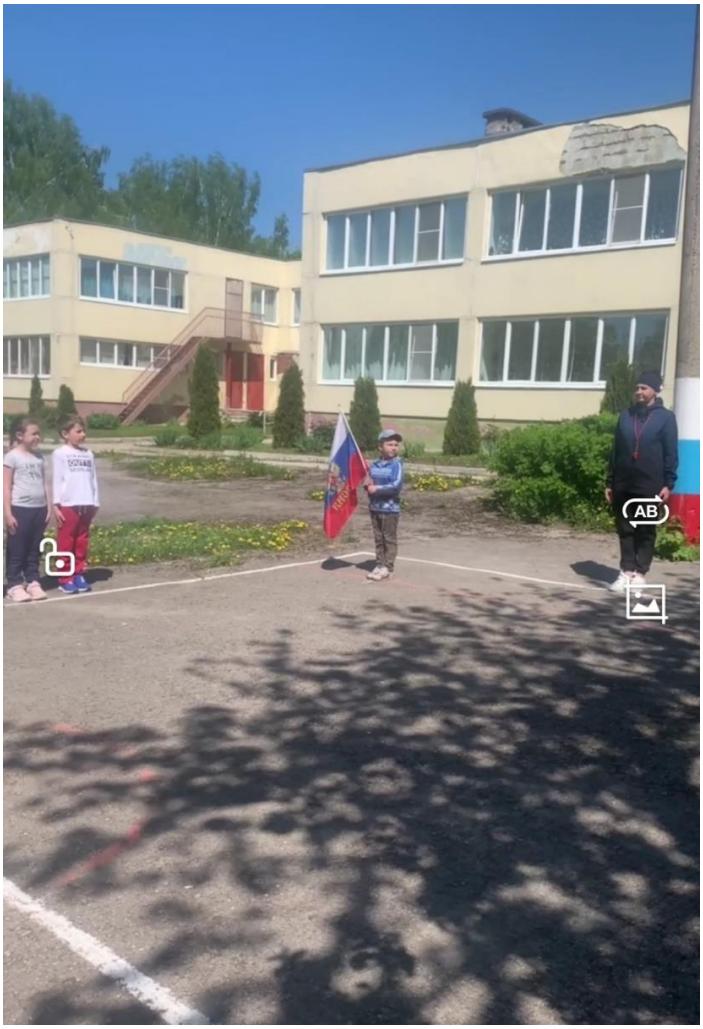
Во время занятий инструктор предлагает детям **поиграть в подвижную игру *«Перестрелка»*.**
Инструктор объясняет правила игры: Площадка делится пополам и ограничивается боковыми линиями. Дети делятся на две равноценные по силам команды, каждая команда располагается на своей половине площадки. Каждая команда получает по одному лёгкому мячу. По команде игроки начинают бросать мяч, стараясь выбить игроков из другой команды. Чтобы выбить игрока надо попасть в него *«с лёта»*, т. е. мяч не должен отскочить от пола или других предметов.
Игра заканчивается, когда на площадке не останется ни одного игрока одной команды, либо останется больше игроков другой команды. Выигрывает команда, потерявшая меньшее количество игроков.

Инструктор предлагает детям построиться в одну шеренгу и рассчитаться на

1-2 *(дети делятся на две команды)*.
Каждая команда занимает своё поле и начинается **игра**.
Инструктор наблюдает за соблюдением правил игры: не забегать за линии разметок, не вырывать мяч у игроков. Соблюдать правила техники безопасности и поведения.

В конце игры определяет команду - победителя игры.

РОДНИЧОК

РОДНИЧОК
ВПЕРЁД

СОЛНЫШКО