

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
МАДОУ «Детский сад № 252»

Проект

«Подвижная игра как средство развития физического воспитания и
укрепления здоровья детей старшего дошкольного возраста»

Автор:
Инструктор по физкультуре
А.А. Князева

Барнаул, 2024г.

Тема: «Подвижная игра как средство развития физического воспитания и укрепления здоровья детей старшего дошкольного возраста».

Актуальность:

В последние годы подавляющее количество детских болезней вызвано несовершенством иммунной системы у современных детей, обусловленным стремительным ухудшением экологической обстановки. Именно в детском саду нужно не упустить здоровье подрастающего поколения, именно в этом возрасте закладывается основной иммунитет, именно мы решаем, будет ли новое поколение людей здоровым. Ставя перед собой большое количество воспитательных целей и задач необходимо включать и здоровьесберегающие технологии.

В наше время наиболее остро стоит проблема правильного физического развития ребенка и его здоровья. Сохранять и развивать здоровье подрастающего поколения помогает подвижная игра, в различных интерпретациях. Подвижная игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности. Подвижные игры воспитывают не только все физические качества ребенка (быстрота, ловкость, подвижность, активность, бег, прыжки, и многое другое), но и закладывают фундамент для всесторонне развитой личности.

Цель: Развитие двигательной активности и физической подготовленности посредством подвижных игр

Задачи:

- Способствовать познавательному развитию ребенка путем знакомства с подвижными играми.
- Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей.
- Формировать и совершенствовать жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, лазание, метание).
- Развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные).
- Формировать умения выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.
- Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей.
- Поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей.
- Способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности.

- Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.
- Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей.

Участники проекта: дети 5 – 6 лет,инструктор по физкультуре.

Сроки реализации проекта: сентябрь-декабрь 2018 уч.г..

Этапы реализации проекта:

№	Содержание работы	Сроки
Деятельность инструктора по физкультуре		
1.	Изучить нормативные документы, методическую литературу, проанализировать интернет ресурсы по теме проекта.	Сентябрь
2.	Разработать план реализации проекта	Сентябрь
3.	Изготовление и обновление атрибутов и спортивного инвентаря, необходимых для реализации проекта	Сентябрь – октябрь
4.	Подобрать и разработать цикл мультимедийных презентаций	Сентябрь
5.	Разработать комплекс подвижных игр и игровых упражнений, направленных: <ul style="list-style-type: none"> • на развитие быстроты, • выносливости, • силы, • развитие ловкости, • развитие координации. 	Сентябрь – октябрь
6.	Разработать цикл сюжетных мероприятий с использованием подвижных игр.	Сентябрь – октябрь
7.	Составить и пополнить картотеки подвижных игр, игр малой подвижности на прогулке и в группе.	Сентябрь – октябрь
8.	Консультативный материал: <ul style="list-style-type: none"> • «Здоровый образ жизни для дошкольников» • «Влияние подвижных игр на физическое развитие детей» • «Подвижные игры на улице и дома» 	Сентябрь – ноябрь
	Содержание работы	Сроки

Деятельность детей

1.	<p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «История возникновения подвижных игр» • «Знакомство с подвижными играми» • «Летние виды спорта» • «Зимние виды спорта» • «Спорт для нашего здоровья» • «Основные правила здорового образа жизни» 	Сентябрь – ноябрь
2	<p>Мероприятия с использованием подвижных игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Мы веселые ребята» • «В гостях у сказки» • «Веселые старты» • «В спортивном зале, весело играли» 	Сентябрь – декабрь
3	<p>Просмотр мультимедийных презентации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «История подвижных игр» • «Подвижные игры дома» • «Подвижные игры на улице» • «Виды спорта и спортивные игры» • «Упражнения на развитие физических качеств» • «ЗОЖ в жизни детей» • «Мы ловкие и сильные» • «Давай играть – и здоровье повышать» 	Сентябрь – декабрь
4	<p>Разучивание подвижных игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Горелки» • «Горелки с платочком» • «Ручеек» • «Кто быстрее» • «Снежки» • «Волк и охотник» (музыкально – ритмичная) • «Пустое место» • «Пожарные на учении» 	Сентябрь – декабрь
5	<p>Игры малой подвижности:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Встань по пальчикам» • «Море волнуется раз» • «Путаница» 	Сентябрь – декабрь

	<ul style="list-style-type: none"> • «Горячая картошка» • «Узкий мостик» • «Робот» • «Слепой поводырь» • «Что мы делаем - не скажем, а покажем» 	
6	Дидактические и настольные игры <ul style="list-style-type: none"> • «Виды спорта» • Разрезные картинки «Летние виды спорта» • Картинки «Назови подвижную игру» • «Назови игру по атрибутам» • Лото «Ходики» • «Четвертый лишний» • «Будь здоров» 	Сентябрь – декабрь

Предполагаемые результаты реализации проекта:

- Повышение уровня физического развития дошкольника. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота, выносливость;
- Снижение заболеваемости. Укрепление здоровья детей при помощи подвижных игр;
- Привитие интереса к здоровому образу жизни;
- Умение детей играть в подвижные игры;
- Развитие двигательной активности детей;

Методическое обеспечение:

1. Антонов Ю.Е. «Здоровый дошкольник 21 века», М., 2000 г.
2. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / М.А. Доронина // Дошкольная педагогика. - 2007.
3. Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки /М.Н. Емельянова // Ребенок в детском саду. - 2007.
4. Журналы «Инструктор по физкультуре»
5. Кудрявцев В.Т. Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4-7 лет.-М., 1998.
6. Здоровьеформирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 3-7 лет. - М.: Владос, 2001
7. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет – М.: Мозаика-Синтез.