

Педагогический проект

«Декады спорта и здоровья в детском саду»



Автор проекта:
Инструктор по физической культуре
Черепанова Л.Г.,
Сергеева И.В.

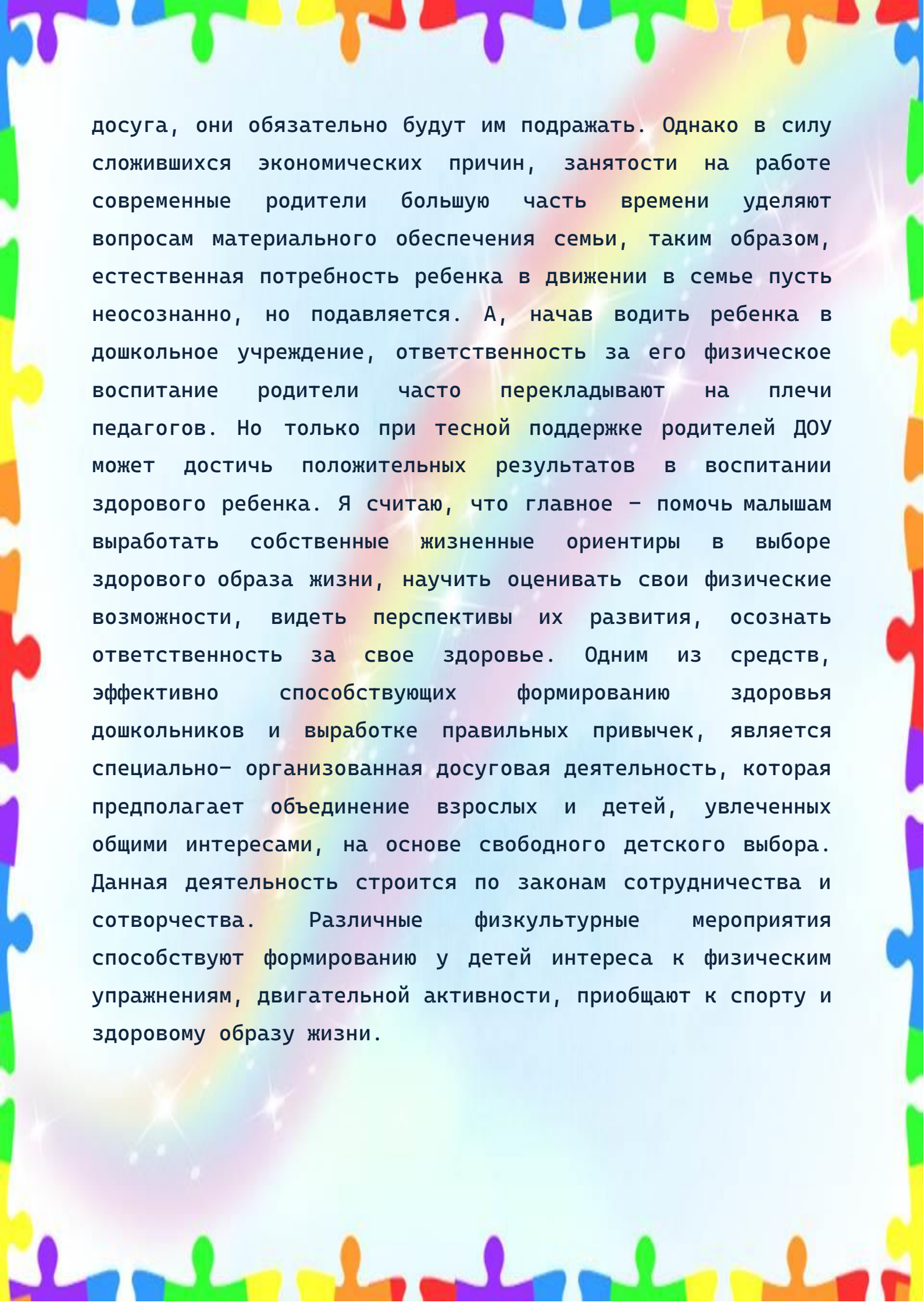


Содержание

1. Актуальность проекта...	3
2. Проблема...	5
3. Вид проекта...	5
4. Участники проекта...	5
5. Целеполагание	5
6. Структура проекта...	6
7. План мероприятий проведения декады...	7
8. Перспективы развития...	16
9. Предполагаемые итоги реализации проекта...	16
10.Используемые источники...	17

Актуальность проекта

Дошкольный возраст – яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Все родители желают видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым. В основе всестороннего развития человека лежит здоровье. Есть здоровье – человек жизнерадостен, хватается сил на саморазвитие, на успешную личную жизнь. Нет здоровья, так и топчется человек на месте, теряя то, что у него было. Именно для успешного будущего детей, в дошкольном возрасте следует заложить основы здоровья, сформировать правильные представления о здоровом образе жизни. Ведь дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья, именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Поддержать у детей положительное отношение к активному образу жизни, а в дальнейшем желание сохранять и укреплять свое здоровье – важные составляющие воспитания в семье. Но следует помнить, что в формировании у дошкольников потребности быть здоровым нотации и поучения не приносят успеха. Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни – это показать на собственном примере, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Если ребенок видит, что родители испытывают удовольствие от здорового активного



досуга, они обязательно будут им подражать. Однако в силу сложившихся экономических причин, занятости на работе современные родители большую часть времени уделяют вопросам материального обеспечения семьи, таким образом, естественная потребность ребенка в движении в семье пусть неосознанно, но подавляется. А, начав водить ребенка в дошкольное учреждение, ответственность за его физическое воспитание родители часто перекладывают на плечи педагогов. Но только при тесной поддержке родителей ДОУ может достичь положительных результатов в воспитании здорового ребенка. Я считаю, что главное – помочь малышам выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье. Одним из средств, эффективно способствующих формированию здоровья дошкольников и выработке правильных привычек, является специально– организованная досуговая деятельность, которая предполагает объединение взрослых и детей, увлеченных общими интересами, на основе свободного детского выбора. Данная деятельность строится по законам сотрудничества и сотворчества. Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Проблема

В последнее время наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения.

Поэтому необходимо проводить профилактические мероприятия, направленные на сохранение здоровья детей. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношениях сотрудников ДОО с родителями. Одним из таких подходов является организация в ДОО декад спорта и здоровья.

Вид проекта: краткосрочный, но на постоянной основе.

Участники проекта:

Дети, родители, педагоги ДОО и медицинская сестра.

Целеполагание

Цель:

- Формирование приоритетов здорового образа жизни;

Задачи:

- Приобщать дошкольников, родителей, педагогов к активным занятиям физической культурой и спортом;
- Совершенствовать знания родителей в приобщении к здоровому образу жизни;
- Познакомить родителей со здоровьесберегающими технологиями;
- Способствовать развитию и укреплению детско-родительских отношений;
- Создавать доброжелательную атмосферу среди педагогов и родителей;
- Совершенствовать формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.

Структура проекта

1. Аналитический блок.

- ✓ Анкетирование;
- ✓ Мониторинг роста, веса детей;

2. Информационный блок.

- ✓ Оформление папок – передвижек;
- ✓ Проведение выставок;
- ✓ Составление памяток для родителей;

3. Образовательный блок

- ✓ Семинар–практикум;
- ✓ Консультации;
- ✓ Индивидуальные рекомендации специалистов;
- ✓ Физкультурные праздники и досуги;
- ✓ Тематическая образовательная деятельность;

4. Практический блок

- ✓ Календарно–тематический план работы;

В течении учебного года организуются и проводятся 3 декады:

1. Сентябрь – декада бега,
2. Февраль – декада зимних видов спорта;
3. Апрель – декада здоровья.

План декады бега в МАДОУ № 40
 Цель: пропаганда здорового образа жизни
 Период: 06.09.21 – 18.09.21г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Торжественное открытие «Декада бега» Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	06.09. в 11.00. спортивная площадка МАДОУ №40 11.30	Старшие и подготовительные группы Старшая группа № 7	Воспитатели Инструктора По ФК
2	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	07.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Подготовительная группа № 8	Воспитатели Инструктора По ФК
3	«Осенний турпоход» (организованный выход в лес с родителями, с проведением мероприятия)	12.09 (зависит от погодных условий) В 11.00 Лыжная база	Старшие и подготовительные группы	Воспитатели Инструктора По ФК
4	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	11.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Старшая группа №5	Воспитатели Инструктора По ФК
5	Осенняя спартакиада «Золотая осень»	16.09. в 11.00 спортивная площадка МАДОУ №40	Старшие и подготовительные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	13.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Подготовительная группа № 10	Инструктора По ФК Воспитатели
6.	Всероссийский день бега «Кросс нации 2021»	17.09. в 11.00 спортивная площадка МАДОУ №40	Все дошкольные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
7.	Торжественное закрытие «Декада бега»	17.09. в 11.30. спортивная площадка МАДОУ №40	Старшие и подготовительные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
8.	Всероссийский день бега «Кросс нации 2021»	18.09 в 12.00 Центральная площадь	Команда воспитанников МАДОУ №40 6 чел. (вместе с родителями)	Инструктора По ФК Воспитатели

План декады зимних видов спорта в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда зимних видов спорта и здорового образа жизни
Период: 02.02.22 – 12.02.22г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники (группы)	Ответственные
1	Зимние подвижные игры и забавы «Зимой не ленись, на санках прокатись»	С 02.02. по 11.02. На игровых участках групп на территории МАДОУ № 40	Младшие группы №6,11	Воспитатели
2	«Мы со спортом на ты!» (игры с клюшкой и шайбой, ходьба на лыжах, метание снежков в цель)	С 02.02. по 11.02. На игровых участках групп на территории МАДОУ № 40	Средние группы №9,12	Воспитатели
3	Спартакиада «Уральская метелица»	04.02 11:00 Территория ДОУ	5-7 лет №5,7,8,10	Инструктор по ФК: Сергеева И.В., Черепанова Л.Г
4	Лыжный спринт	07.02. Группа №5,7 08.02. Группа № 7,8	Старшие и подготовительн ые группы	Инструктора по ФК Воспитатели
5	Викторина «Знатоки зимних видов спорта»	09.02. в 16.00 В методическом кабинете МАДОУ № 40	Группа № 8,10	Инструктора по ФК Воспитатели
6	Интерактивная игра «Помоги спортсмену» «Угадай вид спорта»	10.02 В метод. кабинете МАДОУ № 40	Старшие группы №5,7	Инструктора по ФК Воспитатели
7	Веселые старты «Быстрые лыжи»	10.02 Территория ДОУ	5-7 лет 11:00 - №5,7 11:30 - №8,10	Инструкторы по ФК
6	Массовый забег «Лыжня России – 2022»	11.02. В 11.00. На территории МАДОУ № 40	Старшие, подготовительн ые группы	Инструктора по ФК Воспитатели медик
8	Детско – родительский конкурс атрибутов для метания « Меткий глаз »	С 02.02. по 14.02. Прием работ до 09.02. Итоги 15.02.	Все желающие родители, воспитанники МАДОУ № 40	Инструктора по ФК
9	Соревнования для воспитанников ДОУ города «Лыжня России 2022»	12.02.2023 Время уточним На территории городского парка	Команда МАДОУ № 40	Инструктора по ФК воспитатели Родители

План **декады здоровья** в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда здорового образа жизни
Период: 04.04.22 – 07.04.22г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Утренняя гимнастика для родителей (утренний прием на улице)	04.04. Территория ДОУ	Все	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г.
2	Веселые старты «В здоровом теле – здоровый дух»	04.04 С 11:00 на улице	5-7 лет	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г.
3	Оформление приемных групп Афоризмы и высказывания известных людей о здоровье. Папки передвижки	С 04.04. по 07.04 Группы	Все	Воспитатели
4	Мероприятия в группах: чтение литературы, просмотр мультфильмов, театрализованные постановки, беседы и т.д. на тему «Здоровье», «Здоровый образ жизни».	С 04.04.- по 07.04 Группы	Дошкольные группы	Воспитатели Медик
5	Детско-родительский конкурс видеороликов «Мы выбираем здоровый образ жизни»	04.04 – 07.04	Все группы	Инструктора По ФК Воспитатели
6	Физкультурный досуг в бассейне «Плавание - это сила и здоровье»	05.04 Во время занятия	Средняя группа № 11 Средняя группа № 6	Инструктор По ФК Сергеева И.В.

План **декады бега** в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда здорового образа жизни
Период: 05.09.22 – 17.09.22г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Торжественное открытие «Декада бега» Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	05.09. в 11.00. спортивная площадка МАДОУ №40 11.30	Старшие и подготовительные группы Старшая группа № 9	Воспитатели Инструктора По ФК
2	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	06.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Подготовительная группа № 5	Воспитатели Инструктора По ФК
3	«Осенний турпоход» (организованный выход в лес с родителями, с проведением мероприятия)	10.09 (зависит от погодных условий) В 11.00 Лыжная база	Старшие и подготовительные группы	Воспитатели Инструктора По ФК
4	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	12.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Старшая группа №12	Воспитатели Инструктора По ФК
5	Осенняя спартакиада «Золотая осень»	15.09. в 11.00 спортивная площадка МАДОУ №40	Старшие и подготовительные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	14.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Подготовительная группа № 7	Инструктора По ФК Воспитатели
6.	Всероссийский день бега «Кросс нации 2022»	16.09. в 11.00 спортивная площадка МАДОУ №40	Все дошкольные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
7.	Торжественное закрытие «Декада бега»	16.09. в 11.30. спортивная площадка МАДОУ №40	Старшие и подготовительные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
8.	Всероссийский день бега «Кросс нации 2022»	17.09 в 12.00 Центральная площадь	Команда воспитанников МАДОУ №40 6 чел. (вместе с родителями)	Инструктора По ФК Воспитатели

План декады зимних видов спорта в МАДОУ № 40
 Цель: пропаганда зимних видов спорта и здорового образа жизни
 Период: 04.02.23 – 11.02.23г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники (группы)	Ответствен ные
1	Зимние подвижные игры и забавы «Зимой не ленись, на санках прокатись»	С 04.02. по 11.02. На игровых участках групп на территории МАДОУ № 40	Младшие группы	Воспитател и
2	«Мы со спортом на ты!» (игры с клюшкой и шайбой, ходьба на лыжах, метание снежков в цель)	С 04.02. по 11.02. На игровых участках групп на территории МАДОУ № 40	Средние группы	Воспитател и
3	Лыжный спринт	09.02 – 11:00 – 9 группа 09.02 – 11:30 – 5 группа 10.02 – 11:00 – 7 группа 10.02 – 11:30 – 12 группа	Старшие и подготовитель ные группы	Инструктор а по ФК Воспитател и
4	Викторина «Знаток зимних видов спорта»	09.02. в 16.00 В музыкальном зале МАДОУ № 40	Подготовител ьные группы	Инструктор а по ФК Воспитател и
5	Интерактивная игра «Зимние виды спорта»	07.02. в 09.30 – 9 группа 10.02. в 09.30 – 12 группа В метод. кабинете МАДОУ № 40	Старшие группы	Инструктор а по ФК Воспитател и
6	Массовый забег «Лыжня России – 2023»	09.02. В 11.00. На территории МАДОУ № 40	Старшие, подготовитель ные группы	Инструктор а по ФК Воспитател и медик
7	«На прогулку всей семьей» выход в лес с семьями воспитанников	04.02 или 11.02 (по погоде) Городской парк	Воспитанники 5-7 лет	Инструктор а по ФК, воспитател и, родители
8	Детско – родительский конкурс видеороликов «Мама, папа, я со спортом - друзья»	С 04.02. по 11.02. Прием работ до 10.02. Итоги 13.02.	Все желающие родители, воспитанники МАДОУ № 40	Инструктор а по ФК
9	Соревнования для воспитанников ДОУ города «Лыжня России 2023»	11.02.2023 Время уточним На территории городского парка	Команда МАДОУ № 40	Инструктор а по ФК воспитател и Родители

План **декады здоровья** в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда здорового образа жизни
Период: 03.04.23 – 09.04.23г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Понедельник – день здоровых глаз Утренняя гимнастика с родителями	07.04. В 08:00 (музыкальный, физкультурный зал)	Группы № 6,11	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г., Сергеева И.В.
2	Вторник – день здоровых зубов Веселые старты «В здоровом теле – здоровый дух»	В течение недели, по расписанию занятий на улице (спортивная площадка)	Старшие и подготовительные группы	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г., Сергеева И.В.
3	Среда – день здорового дыхания Информация в родительские чаты «Здоровый образ жизни»	С 03.04. По 09.04 Группы Соц. сети	Все	Воспитатели Инструкторы
4	Четверг – день здоровых ступней Мероприятия в группах: чтение литературы, просмотр мультфильмов, театрализованные постановки, беседы и т.д. на тему «Здоровье», «Здоровый образ жизни».	С 03.04.- по 07.04 Группы	Дошкольные группы	Воспитатели Медик
5	Пятница – день здорового питания Детско-родительский конкурс «Любимые рецепты вкусной и здоровой пищи»	03.04 – 09.04	Все группы	Инструктора По ФК Воспитатели
6	Открытые занятия для родителей (обучение плаванию)	04.04 в 09:00 07.04 в 09:00	Средняя группа № 8 Средняя группа № 10	Инструктор По ФК Сергеева И.В.
7	«Фитбол гимнастика для сотрудников ДОУ»	05.04 в 13:30	Работники ДОУ	Инструкторы

План декады здоровья в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда здорового образа жизни
Период: 04.04.24 – 12.04.24г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Физкультурно-познавательный досуг «Добрый доктор Айболит»	10.04. Во время физкультурного занятия	Младшие группы № 5, № 7	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г.
2	Веселые старты «В здоровом теле – здоровый дух»	10.04. Во время физкультурного занятия	Подготовительная группа № 12	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г.
3	Информация в группы и чаты для родителей «Афоризмы и высказывания известных людей о здоровье»	С 04.04. По 12.04 Группы Соц. сети	Все	Воспитатели
4	Мероприятия в группах: чтение литературы, просмотр мультфильмов, театрализованные постановки, беседы и т.д. на тему «Здоровье», «Здоровый образ жизни».	С 04.04.- по 12.04 Группы	Дошкольные группы	Воспитатели Медик
5	Детско-родительский конкурс видеороликов «А вам слабо?»	04.04 – 12.04	Все группы	Инструктора По ФК Воспитатели
6	Физкультурный досуг в бассейне «Плавание это сила и здоровье»	08.04 10.04 Во время занятия	Средняя группа № 8 Средняя группа № 10	Инструктор По ФК Сергеева И.В.

План **декады бега** в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда здорового образа жизни
Период: 09.09.24 – 20.09.24г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Торжественное открытие «Декада бега» Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	09.09. в 11.00. спортивная площадка МАДОУ №40 11.30	Старшие и подготовительные группы Старшая группа № 10	Воспитатели Инструктора По ФК
2	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	10.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Подготовительная группа № 6	Воспитатели Инструктора По ФК
3	«Осенний турпоход» (организованный выход в лес с родителями, с проведением мероприятия)	15.09 (зависит от погодных условий) В 11.00 Лыжная база	Старшие и подготовительные группы	Воспитатели Инструктора По ФК
4	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	11.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Старшая группа № 8	Воспитатели Инструктора По ФК
5	Осенняя спартакиада «Золотая осень»	12.09. в 11.00 спортивная площадка МАДОУ №40	Старшие и подготовительные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
	Скоростной бег на 30м. Длительный бег на выносливость.	13.09. в 11.00 Территория МАДОУ № 40	Подготовительная группа № 11	Инструктора По ФК Воспитатели
6.	Всероссийский день бега «Кросс нации 2024»	17.09. в 11.00 спортивная площадка МАДОУ №40	Все дошкольные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
7.	Торжественное закрытие «Декада бега»	17.09. в 11.30. спортивная площадка МАДОУ №40	Старшие и подготовительные группы	Инструктора По ФК Воспитатели
8.	Всероссийский день бега «Кросс нации 2024»	21.09 в 12.00 Центральная площадь	Команда воспитанников МАДОУ № 40, 6 чел. Вместе с родителями	Инструктора По ФК Воспитатели

План декады здоровья в МАДОУ № 40
Цель: пропаганда здорового образа жизни
Период: 07.04.25 – 11.04.25г.

№	Мероприятие (название)	Дата, время, место проведения	Участники	Ответственные
1	Понедельник – день здоровых глаз Утренняя гимнастика с родителями Открытое занятие в бассейне	07.04. 08:00 (зал физкультурный, музыкальный) бассейн	Воспитанники 4- 7 лет Группа № 11	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г., Сергеева И.В.
2	Вторник – день здоровых зубов Тематическое занятие «Здоровые зубы»	08.04 (по расписанию)	Младшая группа № 9, 12 Старшая № 8	Инструктор По ФК Черепанова Л.Г.
3	Среда – день здорового дыхания Физкультурный досуг «Страна Витамина»	В рамках занятия	Средние группы	Воспитатели Инструктора по ФК
4	Четверг – день здоровых ступней Самомассаж при помощи массажных мячей, хождение по массажным коврикам	В рамках занятия	Старшие группы	Воспитатели, инструктор по ФК Черепанова Л.Г.
5	Пятница – день здоровой спины Информация в группы и родительские чаты «Здоровый образ жизни»	Социальные сети	Все группы	Инструктора По ФК Воспитатели

Перспективы развития

- ✓ Тесное сотрудничество с родителями в целях сохранения и укрепления здоровья детей и обучения активному здоровому образу жизни в кругу семьи;
- ✓ Подготовка материалов для публикации на сайте ДОУ;
- ✓ Ежегодное проведение декад спорта и здоровья в осенний, зимний и весенний период;
- ✓ Трансляция проекта на методическом объединении города;

Предполагаемые итоги реализации проекта

1. У всех участников образовательного процесса появиться желание в дальнейшем тесном сотрудничестве;
2. Информация и практический опыт помогут родителям увидеть и лучше узнать работу ДОУ по охране и сохранению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
3. Эффективное и рациональное взаимодействие всех участников образовательного процесса: детей, родителей, педагогов, медицинской сестры;
4. Эффективное использование предметно-развивающей здоровьесберегающей среды;
5. Систематическое проведение декад спорта и здоровья будет способствовать снижению уровня заболеваемости в ДОУ;

Используемые источники

1. Создание единого здоровьесберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни детей в условиях ДОУ (из опыта работы)/авт.-сост.: О.И. Галомазова. – Чита: ЧИПКРО, 2006 – 115С.
2. Беседы о здоровье: методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 64с.
3. Организация деятельности по формированию культурно-гигиенических навыков и этикета. Старшая и подготовительная группы./ сост. О.И.Бочкарева. – Волгоград: ИТД «Корифей». – 96 с.
4. Ребенок за столом: Методическое пособие по формированию культурно-гигиенических навыков. – М.: ТЦ Сфера, 2006 – 64 с.
5. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ/ Под ред. З.И. Бересневой. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 32 с.
6. Путешествие в страну дорожных знаков и сказок./ О.В. Калашникова – Волгоград: Учитель, 2003. – 70с.
7. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников: Пособие для родителей и педагогов./ Л.П. Савина – М.: ООО «Издательство АСТ», 2000. – 48 С.
8. Спортивные праздники в детском саду./ Т.У. Харченко – М.: ТЦ Сфера, 2013 – 128 с.