

## ПРОЕКТ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ОТ ЗНАЧКА ДО МЕДАЛИ» С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Погодина Любовь Михайловна,  
воспитатель МБДОУ «Детский сад № 188» г. о. Самара*

**Тема:** «От значка до медали».

**Участники проекта:** воспитатели, дети, родители.

### **Актуальность**

Занимаясь спортом с раннего детства, ребенок растет более крепким и выносливым, его организм хорошо справляется с болезнями. Занятия спортом полезны для иммунной системы ребенка. Ребенок, увлеченный тренировками, меньше времени тратит на игры на компьютере и бездумное пребывание на улице. У него появляются новые друзья, увлеченные тем же делом, новые интересы, стремления.

### **Проблема**

В России за 16 лет уровень физической активности снизился на 18 %, а к 2030 году, по прогнозам экспертов, сократится до 32 % [1]. Физкультурой регулярно занимается только 6–8 % населения. Дети стали гораздо меньше двигаться. У детей, которые с детства часто и много двигаются, лучше развита моторная функция, которая влияет на потребность в физической активности в будущем. Но сегодня подвижные игры и физкультура перестали восприниматься всерьез (да и дать ребёнку айпад оказалось проще, чем заставить заниматься спортом) [2].

**Гипотеза:** если каждый день заниматься спортом, то любой человек может стать сильным и здоровым, добиться успехов.

**Цель проекта** – создание условий для мотивации детей к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни.

### **Задачи:**

- развивать познавательный интерес детей через создание проблемной ситуации;
- развивать исследовательские навыки;
- формировать умение самостоятельно находить и выбирать подходящую информацию, использовать её;
- учить договариваться, отстаивать свою точку зрения и прислушиваться к мнениям других людей;
- формировать у детей представление о разных видах спорта;
- воспитывать уважение к спортсменам, участвующих в спортивных соревнованиях.

### **Замысел / идея исследования**

Основной замысел проекта связан с решением указанных проблем через создание условий для мотивации детей к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни.

В работе над проектом опирались на проектную технологию А. И. Савенкова, согласно которой нами были реализованы следующие этапы:

1. Выделение и постановка проблем.
2. Выработка гипотез и предложений.
3. Поиск и предложение возможных вариантов решения.
4. Сбор материала.
5. Обобщение полученных данных.
6. Подготовка материалов исследования к защите (доклад, сообщение).
7. Защита проекта.

Для решения задач были использованы и другие педагогических технологии:

- игровые здоровьесберегающие технологии (Н. В. Деева);
- личностно ориентированная технология (И. С. Якиманская);
- здоровьесберегающие технологии (Л. В. Гаврючина).

В ходе работы дошкольники много узнали о спорте, здоровом образе жизни. Была организована встреча со спортсменами, у которых есть достижения. Совместно с родителями и дошкольниками была собрана и оформлена коллекция значков и медалей за спортивные достижения, оформлены стенгазеты о спорте. Дети подготовились и приняли участие в зимней спартакиаде, организованной на территории ДООУ.

### Этапы

#### Подготовительный этап

- Выпускники детского сада рассказали об участии в акции Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО «Единый день ГТО в 2018 году».
- Совместно с детьми составили план деятельности по достижению цели:
  - к кому обратиться за помощью (к взрослым: родителям, сотрудникам детского сада, старшим братьям и сестрам);
  - найти информацию в книгах, энциклопедиях, Интернете.

#### Основной этап

- Посмотрели презентацию «Быстрее, выше, сильнее!». Узнали, что видов спорта очень много, что спорт бывает любительским и профессиональным.
- Рассматривали иллюстрации и книги «Разные виды спорта». Узнали, что профессиональные спортсмены участвуют в соревнованиях и борются за награды.
- Встретились с чемпионом мира по пауэрлифтингу А. А. Коноваловым. Узнали, что он на чемпионате России 2014 года установил три национальных рекорда: в приседании (470 кг), жиме лёжа (357,5 кг) и в сумме троеборья (1190 кг).
- Встретились с участником самарского марафона «ЗаБег – 2019». Он рассказал, что марафонский бег – одна из самых тяжелых дисциплин легкой атлетики. Не каждый спортсмен способен пробежать установленную дистанцию. Для ее преодоления необходимо обладать силой и выносливостью. Дети тоже попробовали себя в беге на дистанцию.
- Приняли участие в мастер-классе юных спортсменов «Смелым, сильным и ловким – со спортом всегда по пути!» (воспитанники спортивного клуба «Первая вершина»).
- Гости-спортсмены показали приемы киокушинкай. Воспитанница группы продемонстрировала упражнения по художественной гимнастике.
- Организовали показательные выступления юных спортсменов нашей группы «Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно».
- Получили заслуженные награды за участие в VI Международном чемпионате дошкольников «Физическая культура», где дети соревновались в знаниях по здоровому образу жизни.
- Свои впечатления дети отразили в рисунках, аппликациях.
- Выпустили газеты «Легенды спорта», «Я расту достойной сменой всем известнейшим спортсменам».
- Собрали совместно с родителями коллекцию медалей и значков.
- Работали над пополнением альбома «Летопись нашей группы».
- Готовились к проведению зимней спартакиады «Будь спортивным и здоровым!».



Рис. 1. Стенгазеты



Рис. 2.

Коллекция значков и медалей

Рис. 3. Альбом

«Летопись нашей группы»



Рис. 4. Зимняя спартакиада

### Итоговый этап

Воспитанники составили доклад о проделанной работе и поделились им с ребятами старшей и подготовительной группы.

Гипотеза подтвердилась: дети убедились, что те, кто занимаются спортом, меньше болеют, физически крепкие. Посещая спортивные секции, многие дети уже получили первые награды.

### Продукт

- Коллекция значков и медалей.
- Стенгазеты «Легенды спорта», «Я расту достойной сменой всем известнейшим спортсменам».

- Спартакиада «Будь спортивным и здоровым!».

- Мастер-классы воспитанников, посещающих спортивные секции.

### В результате проекта:

- у детей сформировалось представление о разных видах спорта;
- они научились самостоятельно контролировать нагрузку для своего организма;
- научились договариваться, отстаивать свою точку зрения и прислушиваться к мнениям других людей;

- научились уважать спортсменов, участвующих в спортивных соревнованиях.

**Перспективы развития проекта:** продолжить принимать участие в ежегодной сдаче норм ГТО, в спортивных мероприятиях различного уровня.

### Ресурсы:

- презентация «Быстрее, выше, сильнее!»;
- иллюстрации и книги «Разные виды спорта».

### Литература

1. Бубнова М. Г. Обеспечение физической активности граждан, имеющих ограничения в состоянии здоровья: методические рекомендации / М. Г. Бубнова, Д. М. Аронов; под редакцией С. А. Бойцова // Кардиосоматика. – 2016. – Т. 7 (1). – С. 5–50.

2. Эпидемия пассивности: почему наши дети стали меньше двигаться и как это исправить. – URL: [https://mel.fm/sport-dlya-detey/187692-sport\\_and\\_children](https://mel.fm/sport-dlya-detey/187692-sport_and_children)