

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Нижневартовска детский сад № 37 «Дружная семейка»**

**Комплексный проект по созданию оздоровительного  
климата, коммуникативно-игровой и спортивно-  
физкультурной направленности:**

**«Развиваемся вместе!»**

**(Образовательная область физическое развитие)**

**Старшая группа № 1**

**Подготовила: Дербилова А.В.**

Педагогический проект: «Развиваемся вместе!»  
(Образовательная область физическое развитие)

«Здоровье – это драгоценность, и  
при том, единственная, ради  
которой стоит не жалеть времени,  
сил, трудов и великих благ»

Мишель де Монтень.

### **Актуальность проекта**

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

Двигательная активность дошкольников является важнейшим компонентом их образа жизни и поведения. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от условий жизни, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей растущего организма. Также установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением.

Поэтому искусству сохранения и укрепления здоровья, формирования осознанной потребности в здоровом образе жизни должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи.

Анализ анкетирования показывает, что во многих семьях потребность дошкольников в движении удовлетворяется далеко не полностью, предпочтение отдается просмотру телепередач, компьютерным играм, занятиям статического плана и малоподвижным играм. Большая загруженность родителей ведет к сокращению прогулок на свежем воздухе, тем самым естественная потребность ребенка в движении в семье пусть неосознанно, но подавляется. Основными причинами таких результатов является то, что родители недооценивают роль двигательной активности, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка, недостаточно осознанно подходят к процессу физического воспитания детей, занижая свою роль в этом процессе и перекладывая основную нагрузку на образовательное учреждение. И как следствие не понимают важности всех критериев, способствующих формированию здорового образа жизни у детей.

Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

**Проблема:** Как укрепить и сохранить здоровье наших детей?

**Гипотеза:** если мы в процессе организованной, оздоровительной деятельности будем формировать у воспитанников осознанное отношение к своему здоровью, понимать значение и преимущество хорошего самочувствия, то это поможет сохранению, укреплению, оздоровлению детей.

Так появилась необходимость введения в жизнь детей проекта «Развиваемся вместе!».

**Цель проекта:**

Создание необходимых условий воспитания и развития ребёнка, направленных на сохранение и укрепление физического и нравственного здоровья детей.

Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья.

**Задачи проекта:**

**Образовательные:**

- совершенствовать здоровьесберегающее пространство;
- расширять и обогащать опыт детей по способам и правилам сохранения его здоровья;
- продолжать приобщать родителей к активной совместной работе и объединять совместные усилия по оздоровлению, воспитанию и физическому развитию воспитанников;
- расширять и обогащать опыт родителей по способам и правилам сохранения здоровья детей.
- прививать привычку повседневной физической активности;

**Оздоровительные:**

- сохранять и укреплять здоровье детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности при помощи нетрадиционных форм и методов;
- способствовать укреплению сердечно – сосудистой, дыхательной систем, стимулировать нервно – мышечную систему;
- использовать нетрадиционные методы оздоровления воспитанников;
- повышать сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям;
- улучшать психоэмоциональное состояние детей.

**Развивающие:**

- содействовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, равновесия, глазомера, силы и выносливости);
- повышение активности и общей работоспособности;

**Воспитательные:**

- формировать интерес к занятиям физической культуры и спорту;
- воспитывать дружеские чувства;
- способствовать выработке у детей привычки соблюдения режима дня, потребности в ежедневных физических упражнениях и играх.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при усвоении комплексного использования всех средств физического воспитания.

**Объектом проекта:** является сохранение и укрепление здоровья, развитие физических качеств у детей дошкольного возраста.

**Предмет проекта:** особенности взаимодействия с родителями в процессе развития физических качеств у детей через использование современных здоровьесберегающих технологий.

**Участники проекта:** дети 5-7 лет, инструктор по физической культуре, воспитатели, музыкальный руководитель, родители.

**Практическая значимость проекта:**

✓ внедрена в практику модель организации работы по физическому развитию;

✓ обновлена и пополнена развивающая предметно – пространственная среда в соответствии с требованиями ФГОС ДО;

✓ разработано примерное перспективное планирование по физическому развитию детей 5 - 7 лет;

✓ подготовлены методические материалы по теме (конспекты НОД, сценарии спортивных праздников, досугов и развлечений, презентации, доклады, консультации для родителей и педагогов и другое).

**Ожидаемые результаты проекта:**

✓ создание модели организации работы по физическому развитию детей;

✓ обновление и пополнение развивающей предметно – пространственной среды в соответствии с требованиями ФГОС ДО;

✓ разработка методических материалов по теме (конспектов НОД, сценариев спортивных праздников, досугов и развлечений, видео презентаций для детей и родителей, консультаций для родителей и педагогов и другое).

✓ использование в образовательном процессе инновационных форм работы с детьми;

✓ повышение качества воспитательно – образовательной работы с детьми;

**Предполагаемые результаты проекта:**

➤ увеличилось количество детей с высоким уровнем физической подготовленности;

➤ снизилась заболеваемость;

➤ у дошкольников сформировано желание вести здоровый образ жизни;

➤ появление у детей возможности активного и постоянного участия во всех мероприятиях общеобразовательного процесса;

➤ сформированы элементарные представления о пользе занятий физической культурой и освоения культурно-гигиенических навыков;

➤ дети знают большое количество упражнений, много подвижных игр, пальчиковых, дыхательных, зрительных, артикуляционных гимнастик;

➤ активизировалось участие родителей в физкультурно-оздоровительном процессе;

➤ повысилась педагогическая компетентность родителей в вопросах физического развития и здоровья.

### **Механизмы реализации проекта:**

Проект реализуется через интеграцию физкультурно - оздоровительного развития с использованием современных информационно-коммуникативных технологий и применением современных методик для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса и достижения позитивного результата. Используется комплексный подход к оздоровительной работе вместе с другими направлениями воспитания в МАДОУ ДС № 37«Дружная семейка», что отвечает современным ФГОС ДО к общеобразовательной программе.

### **Ресурсное обеспечение:**

Реализация проекта обеспечивается без дополнительного финансирования из местного бюджета.

Проект будет реализовываться через систему индивидуальных и групповых форм деятельности с детьми, через видеопрезентации для детей и родителей. Участие детей, родителей и педагогов в подготовке спортивных соревнований, досугов, праздников и развлечений.

**Тип проекта:** оздоровительный, информационно – игровой, практический, поисковый, групповой.

**Продолжительность проекта:** долгосрочный.

### **Срок реализации проекта:**

I этап 01.09.2021 – 31.07.2022 учебный год.

II этап 01.09.2022 – 31.06.2023 учебный год.

### **Главные принципы работы по физическому развитию по реализации проекта:**

*Принцип активности и сознательности* — определяется через участие педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей. Обеспечение высокой степени инициативы и творчества всех субъектов образовательного процесса.

*Принцип систематичности и последовательности* в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах педагогической технологии, сквозную связь предлагаемого содержания, форм, средств и методов работы;

*Принцип «Не навреди»* - Это принцип является первоосновой в выборе оздоровительных технологий в детском саду, все виды педагогических и оздоровительных воздействий должны быть безопасны для здоровья и развития ребенка.

*Принцип доступности и индивидуализации* – оздоровительная работа в детском саду строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

*Принцип оздоровительной направленности* — нацеленна укрепление здоровья воспитанников. Оздоровительную направленность должны иметь не только физкультурные мероприятия, но и в целом вся организация образовательного процесса в детском саду.

*Принцип взаимосвязи с семьей* - соблюдение единых требований ДОУ и семьи в воспитании здорового ребенка и вовлечение в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия и их оценка.

### **Формы работы с детьми по данному направлению разнообразны:**

#### **1. Специально организованная деятельность:**

- гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов;
- гимнастика (сюжетная, с предметами, из подвижных игр, ритмическая, на свежем воздухе и т.д.); занятия по физической культуре в зале и на свежем воздухе (игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, тренирующие с пособиями подарками);
- подвижные игры, спортивные эстафеты, ОРУ, основные движения;
- оздоровительный бег, босохождение; динамические паузы; бодрящая гимнастика (включающая корригирующие упражнения на профилактику плоскостопия, нарушения осанки; дыхательную, артикуляционную, зрительную, пальчиковую гимнастику, развитие речевого дыхания, гимнастику на развитие слухового внимания, упражнения на напряжение и расслабление, игровой массаж); гимнастика пробуждения; закаливающие мероприятия (босохождение, облегченная одежда, хождение по массажным коврикам, обильное мытье рук, утренний прием на улице, солнечные ванны);

#### **2. Совместная деятельность с детьми:**

- индивидуальная здоровьесберегающая работа, подвижные игры, праздники и развлечения, участие в соревнованиях, кружковая работа, коммуникативные игры, минута тишины, музыкальные паузы, игровые беседы с элементами движений, Дни здоровья.

#### **3. Самостоятельная деятельность детей:**

- в спортивном уголке, на спортплощадке с использованием пиктограмм основных движений.

#### **4. Интеграция с другими образовательными областями:**

- познавательное развитие, речевое развитие, художественно - эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

Все формы работы позволят повысить двигательную активность детей.

### **Здоровьесберегающие технологии:**

- народные игры, подвижные игры, спортивные игры;
- игровые упражнения, игровые задания;
- гимнастика коррегирующая;
- гимнастика пальчиковая;
- гимнастика для глаз;
- динамическая пауза;

- релаксация;
  - прогулка;
  - утренняя гимнастика;
  - закаливание;
  - бодрящая гимнастика;
  - индивидуальная профилактическая работа;
  - свободная двигательная активность.
- Все проводится в игровой форме!

### План работы по реализации проекта на 2021 –2022 учебный год

Месяц	Тема НОД	Задачи	Связь с другими видами деятельности (Образовательных областей)
<b>Сентябрь</b>	1. «Осанка – зеркало души».	Пропаганда здорового образа жизни. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой и спортом.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседы на тему: «Осанка – зеркало души».
	2. «Мы любим спорт».	Пропаганда здорового образа жизни. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой и спортом.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседы на тему: «Мы любим спорт»; «Художественно – эстетическое развитие»: аппликация: «Мы любим спорт».
<b>Октябрь</b>	1. «Здоровье и польза утренней гимнастики».	Выявить отношение детей к занятиям утренней гимнастикой.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа «Здоровье и польза утренней гимнастики»; «Художественно – эстетическое развитие»: - «Песня про зарядку» слова В. Викторова; - рисование: «Мы делаем зарядку».
	2. «Путешествие на планету здоровья».	Закреплять знания детей о влиянии на здоровье двигательной активности	Образовательные области: «Речевое развитие»:

		Воспитывать желание быть здоровым.	- беседа: «Здоровье и болезнь»; «Художественно – эстетическое развитие»: - рисование: «Дерево здоровья»; «Социально – коммуникативное развитие»: - сюжетно – ролевая игра: «Больница».
<b>Ноябрь</b>	1. «В стране витаминов и полезных продуктов».	Закрепить знания о пользе витаминов и полезных продуктах, формировать потребность в двигательной активности.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «О витаминах и полезных продуктах»; - разучивание стихов о пользе витаминов; «Познавательное развитие»: - дидактическая игра: «Полезные и вредные продукты»; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление коллажа: «Витаминное лукошко».
	2. Спортивные соревнования «Веселые старты»	Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, ловкости, смелости, быстроты.	Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»: - организация команды детей для участия в спортивном мероприятии; «Речевое развитие»: - рассматривание иллюстраций с изображением различных видов спорта; «Познавательное развитие»: - классификация «Спортивное оборудование».

<b>Декабрь</b>	1. «Здоровым быть – здорово!».	Формирование основ здорового образа жизни.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Если хочешь быть здоров – закаляйся»; «Художественно – эстетическое развитие»: - лепка: «Дети на прогулке»; «Познавательное развитие»: - дидактическая игра: «Азбука здоровья».
	2. Зимние спортивные игры «Эх ты, зимушка-зима».	Закрепление знаний о зимних видах спорта, воспитывать желание заниматься спортом.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - составление рассказа о зимних видах спорта; - рассматривание иллюстрации: «Игры зимой»
	3. «Спорт в картинках».	Развивать у ребят интерес к спорту, понимать значение спорта в жизни человека.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - рассматривание картинок о спорте; «Социально – коммуникативное развитие»: - организовать детей и родителей для участия в конкурсе детско - родительских стенгазет; «Познавательное развитие»: - дидактическая игра «Спортсмены».
<b>Январь</b>	1. Беседа «Как я буду закаляться?»	Познакомить детей с доступными видами закаливания и их влиянием на детский организм.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - рассматривание иллюстраций о разных видах закаливания; - разучивание пословиц и

			поговорок о здоровье.
	2. «Вечер подвижных игр».	Формирование двигательной активности детей, направленной на укрепление осанки и координации движений.	Образовательные области: «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление атрибутов к подвижным играм; - музыкально – ритмические игры: «Марафон – топотунчик», «То, что нужно».
<b>Февраль</b>	1. Спортивно-музыкальное развлечение «Поиграем в профессии».	Формировать представления о разных профессиях, воспитывать уважение к труду взрослых, развивать физические качества.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Профессия моих родителей»; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление альбома: «Мир профессий»; - музыкально – ритмическая игра «Все профессии важны, все профессии нужны».
	2. Изготовление фотогазеты «Спорт – это здорово!».	Воспитывать любовь к спорту.	Образовательные области: «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление фотогазеты «Спорт – это здорово!»; - аппликация: «Пьедестал для Олимпийцев».
	3. Проведение спортивного праздника 23 февраля: «Мы, как только подрастем, в армию служить пойдем»	Расширять знания о Российской Армии: - сформировать чувство патриотизма, гордости за свое Отечество, за воинов российской армии, за их доблесть, смелость; - воспитывать желание быть похожими на них.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа на тему: «Нашей Родине служу»; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление атрибутов для игр: «Пограничники»,

			<p>«Моряки»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изготовление подарочных открыток для пап;</li> <li>- слушание песен военно – патриотической тематике.</li> </ul>
	4. Выставка - парад военной техники.	Познакомить детей с современной военной техникой, воспитывать чувство гордости за Российскую Армию.	<p>Образовательные области:</p> <p>«Речевое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- рассматривание иллюстраций с изображением военной техники;</li> </ul> <p>«Познавательное развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- просмотр видеопрезентаций «Военный парад на Красной площади».</li> </ul>
<b>Март</b>	1. Участие в городских спортивных соревнованиях: «Лыжня для всех»	Формировать волевые качества: целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и соперничать.	<p>Образовательные области:</p> <p>«Социально – коммуникативное развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организация команды детей на участие в спортивном мероприятии;</li> </ul> <p>«Речевое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разучивание девиза: «Великолепная шестерка»;</li> </ul> <p>«Художественно – эстетическое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- слушание и пение песен о дружбе и спорте.</li> </ul>
	2. Спортивный досуг «Как стать Неболейкой».	Побуждать детей сознательно относиться к собственному здоровью, знакомить с доступными способами его укрепления.	<p>Образовательные области:</p> <p>«Речевое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа: «Личная гигиена»;</li> <li>- загадывание загадок о здоровом образе жизни;</li> </ul>

			<p>«Познавательное развитие»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мини – викторина: «Здоровье и болезнь»;</li> <li>«Художественно – эстетическое развитие»:</li> <li>- изготовление атрибутов к сюжетно – ролевой игре «Больница».</li> </ul>
<b>Апрель</b>	1. День здоровья «Здоровым быть – здорово!».	Формирование основ здорового образа жизни.	<p>Образовательные области:</p> <p>«Речевое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа: «Если хочешь быть здоров – закаляйся»;</li> </ul> <p>«Познавательное развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дидактическая игра: «Азбука здоровья».</li> </ul>
	2. Создание альбома: «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья».	Развивать потребность в выполнении профилактических упражнений, игр и занятий на свежем воздухе.	<p>Образовательные области:</p> <p>«Речевое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа: «На воде, на воздухе, на солнце»;</li> </ul> <p>«Познавательное развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игры и эксперименты с водой;</li> </ul> <p>«Художественно – эстетическое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- рисование «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья».</li> </ul>
<b>Май</b>	1. Развлечение: «Путешествие в мир танцевального флешмоба».	<p>Развивать танцевально - исполнительскую культуру детей.</p> <p>Повысить интерес к занятиям ритмики.</p> <p>Воспитывать доброту и взаимовыручку в команде.</p> <p>Развивать творчество и выразительность движений.</p>	<p>Образовательные области:</p> <p>«Художественно – эстетическое развитие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- танцевальные игры и упражнения</li> </ul>
<b>Июнь</b>	1. Праздник «День защиты детей».	Расширить представления о празднике –	Образовательные области:

		<p>День защиты детей; способствовать формированию двигательной активности детей - развивать быстроту, ловкость, умение работать в команде.</p>	<p>«Художественно – эстетическое развитие»: - конкурс рисунков на асфальте «Детям нужен мир»; - заучивание и пение песен о детстве и мире; «Познавательное развитие»: - просмотр видеороликов и видео презентаций.</p>
	<p>2. Спортивный досуг: «Веселые эстафеты».</p>	<p>Укреплять физическое здоровье детей, формировать привычку к здоровому образу жизни.</p>	<p>Образовательные области: «Художественно – эстетическое развитие»: - музыкально – ритмические игры.</p>
<p><b>Июль</b></p>	<p>1. Праздник: «Ивана Купала».</p>	<p>Воспитывать любовь к народным праздникам, закрепить народные – хороводные движения по кругу, совершенствовать двигательные умения и навыки.</p>	<p>Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Народный праздник «Ивана Купала»; - загадывание загадок о лете, солнце; «Художественно – эстетическое развитие»: - пение песенок о лете.</p>
	<p>2. Спортивное развлечение: «Летняя олимпиада для здоровья награда».</p>	<p>Вызвать желание соревнования, стремления к победе, сплотить детский коллектив.</p>	<p>Образовательные области: «Познавательное развитие» - дидактическая игра- собери пазлы: «Летние виды спорта»; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление фотоальбома «Олимпийское движение».</p>

**План работы по реализации проекта на 2022 – 2023 учебный год**

Месяц	Тема НОД	Задачи	Связь с другими видами деятельности (Образовательных областей)
<p><b>Сентябрь</b></p>	<p>1. Участие в городских спортивных соревнованиях: «Кросс Нации»</p>	<p>Формировать волевые качества: целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и соперничать.</p>	<p>Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»: - организация команды детей на участие в спортивном мероприятии; «Художественно – эстетическое развитие»: - слушание и пение песен о дружбе и спорте.</p>
	<p>2. Участие в конкурсе соревнования юных знатоков ПДД</p>	<p>Закрепить правила дорожного движения</p>	<p>Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Внимание, дорожные знаки!»; - отгадывание загадок о ПДД; «Познавательное развитие»: - викторина: «Волшебный семицветик»; «Художественно – эстетическое развитие»: - лепка: «Веселый светофор».</p>
<p><b>Октябрь</b></p>	<p>1. «Наши верные друзья-витамины».</p>	<p>Закрепить знания о пользе витаминов.</p>	<p>Образовательные области: «Речевое развитие»: - Беседа: «Где живут витамины»; «Познавательное развитие»: - дидактическая игра: «Овощи и фрукты»; «Социально – коммуникативное развитие»: - сюжетно – ролевая игра:</p>

			«Овощной магазин».
	2. Участие в городских спортивных соревнованиях: «Спартакиада среди ДОО»	Совершенствовать навыки бега. Развивать быстроту, ловкость, выносливость. Развивать волевые качества, стремление к победе.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - заучивание спортивного девиза: «Заниматься не ленись!», стихотворений о закаливании и спорте; - беседа: «Как победить микробы»; «Познавательное развитие»: - сложи пазлы: «Виды спорта»; «Художественно – эстетическое развитие»: - рисование эмблемы команды; - пение частушек о спорте.
<b>Ноябрь</b>	1. Конструирование из природного материала: «Виды спорта».	Закрепить знания о разных видах спорта и спортивных снарядах.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - заучивание пословиц и поговорок о спорте; - рассматривание картин и иллюстраций на спортивную тематику; «Художественно – эстетическое развитие»: - изготовление макета спортивного стадиона.
	2. Спортивное развлечение: «Будьте здоровы!».	Укреплять физическое здоровье детей, воспитывать бережное отношение к своему здоровью.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - викторина: «Ситуации»; - чтение сказки: «Доктор Айболит»; «Социально – коммуникативное развитие»: - сюжетно – ролевая игра «Аптека».

	1. «Спорт – наш друг».	Приобщать детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Спорт – это здоровье!»; «Художественно – эстетическое развитие»: - оформление фотогалереи: «Спорт – наш друг».
	2. «Если хочешь быть здоров - закаляйся!»	Приобщение детей к различным видам закаливания.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Виды закаливания»; «Познавательное развитие»: - видео презентация: «Закаливание в детском саду».
<b>Январь</b>	1. Спортивный досуг: «Чемпионами станут лучшие – здоровыми будут все».	Развивать ловкость в выполнении заданий эстафеты, закрепить двигательные навыки, воспитывать чувство команды.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Как стать чемпионом»; «Художественно – эстетическое развитие»: - конкурс рисунков: «В здоровом теле – здоровый дух!».
	2. Участие в городских спортивных соревнованиях: «ГТО»	Формировать волевые качества: целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и соперничать.	Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»: - организация команды детей на участие в спортивном мероприятии; «Художественно – эстетическое развитие»: - слушание и пение песен о дружбе и спорте.
<b>Февраль</b>	1. Физкультурно - развлекательный	Развивать быстроту, ловкость, выносливость.	Образовательные области:

	досуг: «Взятие снежной крепости».		«Речевое развитие»: - беседа: «Зима и зимние забавы»; - рассматривание дидактических картинок «Зима», «Зимние виды спорта» и В. Сурикова «Взятие снежного городка»; «Художественно – эстетическое развитие»: - лепка: «Снежная крепость».
	2. Спортивно - игровое развлечение, посвященное Дню Защитника Отечества: «А ну – ка, мальчики!»	Помочь родителям и детям ощутить радость от совместной двигательной деятельности, установить эмоционально – тактильный контакт.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседы о празднике 23 февраля; - рассматривание иллюстраций о военных профессиях; «Художественно – эстетическое развитие»: - приготовление подарков папам и дедушкам; - приготовление атрибутов к празднику; - пение: Песня «Наша Родина сильна».
<b>Март</b>	1. Участие в городских спортивных соревнованиях: «Лыжные гонки»	Формировать волевые качества: целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и соперничать.	Образовательные области: «Социально – коммуникативное развитие»: - организация команды детей на участие в спортивном мероприятии; «Художественно – эстетическое развитие»: - слушание и пение песен о дружбе и спорте.
	2. Физкультурная игровая программа на территории ДОУ: «От проталинки к	Воспитывать интерес к спорту и физическим упражнениям.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа: «Пробуждение

	проталинке доберемся до завалинки».		весны»; «Познавательное развитие: - дидактическая игра «Времена года»; «Художественно – эстетическое развитие»: - пение песни «Весенняя капель».
<b>Апрель</b>	1. Участие в городских спортивных соревнованиях: «Веселые старты»	Улучшать взаимоотношение родителей и детей. Повышать интерес к физкультуре и спорту. Развитие физических качеств.	Образовательные области: «Художественно – эстетическое развитие»: - выставка стенгазет: «Любим спортом заниматься».
	2. Весенняя спартакиада: «Губернаторские состязания».	Закрепить навыки в беге, метании, прыжках. Развивать стремление к победе. Воспитывать чуткое и дружеское отношение друг к другу.	Образовательные области: «Художественно – эстетическое развитие»: - выставка фотоколлажа: «Наши достижения».
<b>Май</b>	1. Физкультурный праздник «Вот и лето пришло!».	Развивать волевые качества, стремление к победе.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - отгадывание загадок и заучивание стихов о лете; «Художественно – эстетическое развитие»: - подготовка атрибутов и оформление спортивной площадки для проведения физкультурного праздника.
	2. Спортивный досуг: «Прыгалки – скакалки».	Повысить интерес к занятиям физической культурой. Учить выполнять упражнения со скакалкой.	Образовательные области: «Речевое развитие»: - беседа «Откуда появилась скакалка»; «Художественно – эстетическое развитие»: - музыкальная «Степ-зарядка со скакалкой»;
<b>Июнь</b>	1. Спортивный	Создать у детей радостное	Образовательные

	<p>праздник, посвящённый Дню Защиты детей.</p>	<p>настроение желание участвовать в спортивных играх.</p>	<p>области: «Художественно – эстетическое развитие»: - исполнение песен «Солнечный круг», «Детство»; «Познавательное развитие»: - видео презентация «Права ребенка»;</p>
	<p>2. Спортивное развлечение: «Мой друг - мяч»</p>	<p>Развивать двигательные навыки, физические качества, желание заниматься спортом. Научить родителей играть со своими детьми в мяч, пропаганда здорового образа жизни.</p>	<p>Образовательные области: «Речевое развитие»: - ситуативный разговор: «История появления мяча»; - отгадывание загадок о мяче; «Художественно – эстетическое развитие»: - «Танец дружбы»; - фотовыставка: «Мой друг - мяч».</p>

### Научно - методическое обеспечение проекта

#### Условия реализации проекта по развитию физического развития детей

- Создание благоприятного психологического климата в коллективе.
- Оптимизация оздоровительной деятельности в ДОУ путем организации здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни.
- Соблюдение рационального режима дня, обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха.
- Использование современных методов и приемов оздоровления.
- Создание условий для удовлетворения потребности детей в движении
- Реализация различных форм систематической работы с родителями, ее модернизацию и совершенствование ее качества.

- Создание условий для проявления положительных эмоций.
- Формирование на доступном уровне необходимых знаний в области гигиены, медицины, физической культуры.
- Единые требования к предметно – развивающей среде развития ребенка, учитывающие запросы субъектов образовательного пространства – педагогов, родителей, детей, учитывается принцип интеграции.
- Использование системы мониторинга (педагогической диагностики): сочетание разнообразных методов (наблюдений, бесед, экспертной оценки, тестов), обеспечивающих объективность и точность получаемых данных.

#### **Развивающая – предметно пространственная среда:**

В спортивном зале создана развивающая – предметно пространственная среда, которая рассматривается как система, представляющая собой обогащающий фактор детского развития, способствующая физическому развитию дошкольников. Развивающая – предметно пространственная среда структурирована с учетом интересов и потребности ребенка, предоставляет возможность ребенку продвигаться в своем развитии.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала содержательно насыщена и соответствует возрастным возможностям детей. Образовательное пространство спортивного зала оснащено в соответствии с требованиями образовательных программ, реализуемых в дошкольном учреждении и создано таким образом, что дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.

Для основных видов движения: гимнастическая скамейка, доска с ребристой поверхностью, дорожка – змейка (канат, коврик массажный, скакалки, маты гимнастические, гимнастический мяч (фитбол, кегли, кольцеброс, мешочек с грузом, мяч набивной, мячи большие, мячи средние, мячи малые, мишени для метания настенные, кольцо баскетбольное, стенка гимнастическая деревянная, дуга большая, дуга средняя, дуга малая, туннель.

Для общеразвивающих упражнений: флажки, кубики, ленточки, платочки, гимнастические палки, кегли, теннисные мячики, мячики массажные (обручи, султанчики, мячи средние, мячи малые, гантели).

Для подвижных игр и эстафет: Маски, кольца, обручи, кегли, ориентиры, кубики, мячики, клюшки, шайбы, ворота, платочки, прищепки, (пальчиковая гимнастика, муляжи овощей и фруктов, ракетки для бадминтона, маленькие мячики: футбольный, баскетбольный, волейбольный, теннисные мячи (настольный, для большого тенниса). Маски из бумаги, ориентиры для эстафет из бросового материала.

Все пространство предметно-пространственной среды и оборудование спортивного зала безопасное, эстетически привлекательное, здоровьесберегающее, развивающее, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям пожарной безопасности, с учетом свободного доступа детей к местам эвакуации. Спортивное оборудование зала соответствует возрасту и росту детей.

Дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями, которые находятся в свободном доступе детей разных возрастных групп. Все пособия спортивного зала полифункциональны и пригодны для использования в разных видах детской активности.

Организация предметно-пространственной среды в спортивном зале построена в соответствии с возрастными и гендерными особенностями воспитанников.

### **Особенности взаимодействия педагогов с родителями детей в ДОУ**

В основе новой концепции взаимодействия семьи и ДОУ лежит идея о том, что за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие образовательные учреждения призваны помочь, поддержать, направить, дополнить их воспитательную деятельность.

Поэтому признание приоритета семейного воспитания требует новых отношений семьи и дошкольного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

### **Взаимодействие с семьей по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы**

- **Физкультурные праздники:** способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.

- **Беседы индивидуальные и групповые:** в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребенка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движений у детей.

- **Консультации (по запросу родителей):** целью консультаций является: усвоение родителями определенных знаний и умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов.

- **Разработка и оформление стендовой информации:** позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.

- **Анкетирование:** необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья семьи, выявить индивидуальные возможности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно – оздоровительной направленности в семью.

## План работы с родителями на 2021 – 2022 учебный год

Месяц	Формы работы	Ответственный
Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Анкетирование: «Моя семья и здоровый образ жизни».</li> <li>• Консультации: «Значение режима дня для здоровья ребенка».</li> <li>• Консультация: «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе».</li> </ul>	Воспитатель
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа: «Выбор спортивного оборудования для занятия спортом в зимний период»</li> <li>• Консультация: «Утренняя гимнастика».</li> <li>• Консультация: «Физическое воспитание ребенка в семье».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа, рекомендации - подвижные игры с мячом «Игры с мячом».</li> <li>• Рекомендации «Профилактика ОРЗ и гриппа».</li> <li>• Консультация: «Каким бывает отдых».</li> </ul>	Воспитатель
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация: «Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка».</li> <li>• Беседа: «Развитие физических качеств в играх и игровых упражнениях».</li> <li>• Консультация: «Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка».</li> </ul>	Воспитатель
Январь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация, рекомендации «Играем вместе с ребенком на прогулке».</li> <li>• Консультация: «Дыхательная гимнастика».</li> <li>• Беседа: «Развитие у детей физических качеств в подвижных играх».</li> </ul>	Воспитатель
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивный праздник «День Защитника Отечества».</li> <li>• Выставка военной техники детей «Защитники Отечества».</li> <li>• Консультация: «Ребенок дома».</li> <li>• Беседа: «Зимние прогулки».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Март	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа: «Организация физкультурно-оздоровительной работы дома».</li> <li>• Беседа: «Роль подвижных игр в оздоровлении детей».</li> <li>• Беседа: «Как формировать у ребенка интерес к ЗОЖ».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация: «Роль подвижных игр в оздоровлении детей».</li> <li>• Рекомендации «Физкульт-Ура».</li> <li>• Консультация: «Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель Музыкальный руководитель

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация: «Босиком за здоровьем».</li> <li>• Беседа, рекомендации «Красивая осанка».</li> <li>• Фотовыставка «Спорт, спорт, спорт».</li> </ul>	
Май	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация: «Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка».</li> <li>• Рекомендации «Использование атрибутов для повышения интереса у детей к физкультуре».</li> <li>• Беседа: «Осторожно – Лето».</li> <li>• Родительское собрание «Наши достижения».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Июнь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивный праздник посвященный «Дню защиты детей».</li> </ul>	

### План работы с родителями на 2022 – 2023 учебный год

Месяц	Формы работы	Ответственный
Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• По запросам индивидуальные беседы – консультации по результатам мониторинга детей на начало учебного года.</li> <li>• Оформление папок передвижек для родителей «Одежда и обувь детей на физкультурных занятиях».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Анкетирование: «Какое место занимает физкультура в вашей семье» в целях выявления спортивных предпочтений в семье.</li> <li>• Информационная ширма: гимнастика для придания бодрости.</li> <li>• Информация на родительский стенд: Консультация: «Оздоровление детей в детском саду».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информация на родительский стенд: Консультация: «Закаливание детей дома».</li> <li>• Оформление папок – Игры – оздоровления. «Приключения – МЯЧИКА – ЁЖИКА».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информационная ширма: «Дыхательная гимнастика».</li> <li>• Информация на родительский стенд: Консультация: «Для чего ребенку нужен режим дня».</li> <li>• Оформление папок передвижек - «Игротерапия в детском саду и дома».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Январь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информационная ширма: Корректирующая гимнастика: плоскостопия и нарушения осанки.</li> <li>• Информация на родительский стенд: Консультация: «Готовим детей к эстафете».</li> <li>• Внедрение нестандартного оборудования к проведению игр большой и средней подвижности.</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Анкетирование.</li> <li>• Информационная ширма: «Использование</li> </ul>	Инструктор по физической культуре

	<p>гимнастических мячей – при нарушении осанки».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Папка – передвижка: «Пальчиковые игры».</li> <li>• Информация на родительский стенд: «Как провести выходной день с пользой».</li> <li>• Спортивные праздники посвященные Дню Защитника Отечества.</li> </ul>	Воспитатель
Март	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Неделя здоровья.</li> <li>• Выставка детских работ: «Любим спортом заниматься».</li> <li>• Папка передвижка: «Береги здоровье смолоду».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Фотовыставка: «Олимпийские надежды – нынче ходят в детский сад».</li> <li>• Информация на родительский стенд: Консультация для родителей «Правильный режим дня».</li> <li>• Папка передвижка: «Подвижные игры в семье».</li> </ul>	Инструктор по физической культуре Воспитатель
Май	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Индивидуальные беседы по запросам родителей, по результатам мониторинга по физическому развитию.</li> <li>• Папка передвижка: «Детские глазки, как им помочь?»</li> </ul>	Инструктор по физической культуре

## **Литература:**

1. Букварь здоровья /Л.В. Баль, В.В. Ветрова, 1995 г
2. Здоровьесберегающие технологии воспитания в ДОУ /Т.С. Яколева, 2006 г /
3. Развивающая педагогика оздоровления /В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егоров – М., Линка-пресс, 2000 г./
4. Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях ДОУ /Л.В. Кочеткова – М, МДО, 1999 г./
5. Физическая культура дошкольника /Т.В. Кудрявцева/
6. Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет. Теория и практика физической культуры, практическое пособие /В. Бальсевич – М, Просвещение, 1986 г./
7. Театр физического развития и оздоровления детей дошкольников: методическое пособие /Н.Н. Ефименко – М, Линка-пресс, 1999 г./
8. Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, коммуникативного. Расту здоровым [текст] программ. Методическое пособие для дошкольников образовательных учреждений /В.И. Зимонина – М, ВЛАДОС, 2003 г./
9. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. Учебное пособие /Э.Я. Степаненкова – М, Академия, 2001 г./
10. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов ДУ /М.А. Рунова – М, Мозаика-Синтез, 2000 г./
11. Педагогический контроль за состоянием физической подготовленности дошкольников. Тест-программа Москвы для дошкольников. Методические рекомендации – М, 1999 г.
12. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» И.Е. Варенин, С.Г. Кудрявцева
13. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючина
14. «Игры, которые лечат» Е.А. Бабенкова
15. «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина
16. «Азбука физкультминутки для дошкольников» В.И. Ковалько
17. «Скороговорки и чистоговорки» О.А. Новикова
18. «Давайте чистым воздухом дышать» Д/в 1999 № 7
19. Дополнительная литература

## **Интернет – источники:**

20. <http://www.nauka-shop.com/mod/shop/productId/50722/>
21. <http://www.teoriya.ru/>
22. <http://www.dissercat.com/content/razvitie-dvigatelnykh-sposobnostei-detei-starshego-doshkolnogo-vozra>
23. <https://pptcloud.ru/dlya-detei-5let/fizkultura>