

МАДОУ г. Хабаровска «Детский сад комбинированного вида № 192»

Проект «Олимпийские резервы»

**Автор проекта Родина Елена Георгиевна
инструктор по физическому воспитанию
высшая квалификационная категория**

2019г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт проекта.....	3 стр.
2. Пояснительная записка.....	9 стр.
3. Этапы реализации.....	13 стр.
4. Ресурсное обеспечение.....	17 стр.
5. Результаты проекта.....	18 стр.
6. Список литературы.....	19 стр.
7. <u>Приложения</u>	
• Перспективный план проекта	1
• Мониторинг физического развития.....	2
• Развивающая среда.....	3
• Работа с детьми.....	4
• Работа с педагогами.....	5
• Работа с родителями	6
• Кружковая работа.....	7
• Видеоматериалы	

Паспорт проекта.

Наименование проекта	Педагогический проект: « Олимпийские резервы»
Вид проекта	Практико-оздоровительный, творческо-игровой
Основания разработки проекта	1. Федеральная целевая программа «Развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года; 2. Конвенция о правах ребенка; 3. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ. 4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384). 5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.08.2013г. №1014"Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования". 6. СанПин 2.4.1.3049-от 15 мая 2013 г. N 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» 7. Устав МАДОУ «Детский сад комбинированного

	вида №192 г. Хабаровска»
Сроки реализации проекта	2 года
Основные участники проекта	Воспитанники (5-7 лет), педагоги, родители (законные представители), инструктор по физической культуре, преподаватели спортивных кружков, секций.
Цель проекта	Приобщение детей к спорту, здоровому образу жизни, олимпийскому движению.
Задачи проекта	<u>ДЛЯ ДЕТЕЙ:</u> 1. Укреплять и сохранять здоровье детей. 2. Формировать привычку к здоровому образу жизни. 3. Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, олимпийскому движению. 4. Обучать детей элементам спортивных игр и упражнений в дополнительном бесплатном кружке «Олимпийские резервы». 5. Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. 6. Воспитывать у детей целеустремленность, организованность, волевые качества, чувство товарищества, патриотические чувства. <u>ДЛЯ ПЕДАГОГОВ:</u> 1. Повысить профессиональный уровень, освоить инновационные технологии физического воспитания детей 1. Создать информационную базу. 2. Подготовить наглядный, дидактический материал

- о спорте, олимпийском движении, подобрать художественную литературу.
3. Пополнить нестандартное оборудование для спортивных центров в группах.
 4. Организовать выставки детского творчества на тему «Мы любим спорт»
 5. Принимать участие в спортивных мероприятиях различного уровня (ДОУ, окружной, муниципальный)

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (законных представителей):

1. Совершенствовать формы взаимодействия детского сада и семьи по вопросам физического развития детей.
2. Привлечь родителей (законных представителей) к участию в спортивной жизни детского сада.
3. Привлечь к изготовлению нестандартного спортивного оборудования для групп.

Актуальность проекта	Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения приобретает все большую актуальность. В настоящее время в России ежегодно общий уровень отклонения в состоянии здоровья детей возрастает. Из-за малоподвижного современного образа жизни у большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень представлений о спорте и здоровом образе жизни. У многих детей низкий уровень двигательной активности, психофизических качеств, знаний о
-----------------------------	--

	спорте, спортивных играх и олимпийском движении.
Ресурсное обеспечение проекта	1. Физкультурный зал 2. Спортивные центры 3. Спортивная площадка 4. Беговая дорожка 5. Спортивное оборудование и инвентарь 6. ПК, аудио, видео аппаратура
Методический инструментарий	1. Картотеки подвижных игр и игр с элементами спорта 2. Сценарии спортивных праздников, досугов, развлечений 3. Конспекты физкультурно-познавательных занятий 4. Наглядные пособия, иллюстрации, картинки о спорте и Олимпийском движении 5. Методическая литература 6. Художественная литература 7. Перспективный план кружка «Олимпийские резервы» 8. Перспективный план проекта «Олимпийские резервы»
Ожидаемые результаты проекта	<u>Для детей:</u> • сформированность знаний об истории олимпийского движения, чемпионах мира, нашей страны; о различных видах спорта. • пополнение словарного запаса детей спортивной терминологией; • повышение двигательной активности • развитие и совершенствование психофизических

качеств

- повышение интереса к спорту и здоровому образу жизни
- овладение техникой элементов спортивных игр и упражнений
- участие в городских соревнованиях «Весёлые старты», спортивных праздниках, акциях и флешмобах на разном уровне (ДОУ, окружной, муниципальный)

Для педагогов:

- сформированность осознанного отношения к своему собственному здоровью и здоровью воспитанников;
- расширение знаний о спорте и истории Олимпийского движения.
- личностный и профессиональный рост в физическом воспитании детей.

Для родителей (законных представителей):

- повышение интереса к физкультуре и спорту
- участие в спортивных мероприятиях вместе с педагогами и детьми
- приобщение к здоровому образу жизни
- развитие дружеских, партнёрских отношений с педагогами

Инновационные технологии проекта	✓ технология проектирования ✓ технология сотрудничества ✓ технология уровневой дифференциации ✓ технология ИКТ ✓ технология здоровьесбережения
Пути реализации проекта	• Анкетирование, тесты • физкультурно-познавательные занятия • организация дополнительного бесплатного спортивного кружка «Олимпийские резервы» • Дни здоровья • Дни открытых дверей • Спортивные соревнования, праздники • Спортивные досуги, развлечения • Беседы, консультации • Выставки детского творчества • Проведение спортивных флешмобов
Автор проекта	Родина Елена Георгиевна, инструктор по физической культуре, высшая квалификационная категория, МАДОУ г. Хабаровска (Детский сад комбинированного вида №192)

2. Пояснительная записка.

***«Спорт становится средством воспитания тогда,
когда он – любимое занятие каждого».***

В.А. Сухомлинский.

Актуальность проекта заключается в том, что на сегодняшний день существует проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения. Современный малоподвижный образ жизни у большинства взрослых является причиной слабого мотивационного аспекта двигательной активности и низкого уровня представлений о здоровом образе жизни, о спорте и олимпийском движении. У детей наблюдается снижение двигательной активности и уровня развития психофизических качеств; физической подготовки для участия в спортивных играх и соревнованиях. Забота о здоровье ребенка в настоящее время занимает приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны творческие личности, гармонично развитые, активные и здоровые. Дошкольный возраст - важнейший период, когда формируется личность и закладываются прочные основы физического здоровья человека.

Формирование представлений об олимпийском движении является частью не только физического, но и эстетического, нравственного воспитания детей.

Задачи патриотического воспитания успешно решаются через формирование у дошкольников чувства сопричастности к спортивным успехам российских спортсменов на мировых аренах.

Опрос родителей (законных представителей), педагогов, воспитанников показал возрастающий интерес к формированию представлений об олимпийском движении и различных видах спорта.

На педагогическом совете было решено организовать бесплатный спортивный кружок «Олимпийские резервы» для старших и подготовительных групп с целью приобщения детей к спортивным играм и упражнениям и развитию у них психофизических качеств.

В кружке обучаю детей старшего дошкольного возраста элементам спортивных игр и упражнений. Такие игры и упражнения требуют большей, чем в подвижных играх, собранности, организованности, наблюдательности, быстрой двигательной реакции, координации движений. Поэтому, подбираю игры и упражнения с учётом индивидуальных особенностей и интересов детей.

В спортивных играх у детей повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления. Дети учатся согласовывать свои действия с действиями товарищей. При этом у них вырабатывается сдержанность, самообладание, сила воли и решительность; обогащается сенсомоторный опыт; развивается двигательное творчество.

Игры с элементами спорта дают возможность детям почувствовать важность участия в совместных действиях, помощи друг другу для достижения результата, т.е. приобщают детей к общечеловеческим ценностям: доброте, коллективизму, взаимопомощи.

Спортивные игры и упражнения также способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, повышению двигательной активности, улучшению психофизических качеств, воспитанию волевых черт характера, потребности к здоровому образу жизни.

На физкультурно-познавательных занятиях дети получают информацию о спорте и олимпийском движении на доступном для дошкольников уровне. Например, об истории возникновения олимпийских игр; о достижениях и успехах России в области спорта и др. Педагоги проводят беседы с дошкольниками о выдающихся спортсменах, чемпионах. Показывают слайды, фото, видео, иллюстрации. Читают детям книги, загадывают загадки о спорте.

Во время прогулки педагоги закрепляют двигательные навыки: броски и ловлю мяча; отбивание мяча; ведение мяча ногами; ведение клюшкой шайбы, удары ракеткой, метание биты и т.д.

На физкультурных занятиях провожу с детьми «Школу мяча», «Школу скакалки», а также обучаю спортивным играм и упражнениям с мячом, ракетками, городками.

Видя эту работу, родители (законные представители) стали активнее включаться в спортивную жизнь нашего сада: участвуют вместе с детьми в спортивных праздниках, турнирах, соревнованиях, флешмобах.

Наша команда «Амурские тигрята» ежегодно является победителем в городском конкурсе «Весёлые старты», девочки из кружка «Гармония» стали дипломантами I и II степени в городских конкурсах в номинации «Спортивный танец», в 2019 году получили приз зрительских симпатий. Наши воспитанники ежегодно участвуют во флешмобе на городском фестивале молодёжи. В 2018 году команда мальчиков стала победителем в окружных соревнованиях по пионерболу. В 2019 году наша команда «Юные спасатели» заняла 1 место в окружной военно-спортивной игре «Зарница».

Выросло количество детей, посещающих спортивные кружки и секции на базе нашего сада и соседних школ. В 2018 году 36% воспитанников посещали спортивные кружки и секции, в 2019 году 48%. В нашем ДОУ дополнительное платное образование дети получают в кружках физкультурно – оздоровительного направления: «Футбол», «Каратэ», «Крепыш» (ОФП), «Гармония» (художественная гимнастика), «Шахматы», «Хореография», «Ритмика», а также дополнительное бесплатное образование в кружке «Олимпийские резервы».

Инновационный проект по олимпийскому образованию и обучению детей элементам спортивных игр «Олимпийские резервы» представляет собой педагогическое обоснование достижения целей и задач, планирование мероприятий педагогического, физкультурно-оздоровительного и спортивного характера, системность формирования здоровьесберегающей среды. Он направлен на интеллектуальное, физическое и нравственное развитие дошкольников и формирование высокого уровня физической культуры. Проект опирается на традиционные ритуалы и символы Олимпийских игр,

характеризующие лучшие нравственные качества спортсменов: честность, волю к победе, взаимовыручку.

Постановка проблемы.

Недостаточная информированность детей о видах спорта, олимпийских играх и их возникновении, недостаточный уровень физической подготовки детей, низкая двигательная активность, отсутствие у родителей интереса к физкультуре и спорту.

3. Этапы реализации проекта

Первый этап. Подготовительный (сентябрь 2017 г.- октябрь 2017г.)

1. Постановка проблемы, определение цели и задач проектной деятельности.
2. Диагностика уровня развития физических качеств и уровня знаний о спорте.
3. Подготовка материальной базы и методического инструментария
4. Анкетирование родителей

Второй этап. Основной (октябрь 2017- сентябрь 2018 г.)

Виды деятельности	<u>Работа с детьми</u>
1. Познавательная деятельность	Беседы: «Что такое Олимпиада, история её возникновения» « Что нужно знать, чтобы стать настоящим спортсменом?» Физкультурно-познавательные занятия: «Кольца дружбы», «Мифы Древней Греции», «Виды спорта», «Олимпийская символика» и др.
2. Сбор и систематизация информации	1.Рассматривание картинок и фотографий с изображением разных видов спорта и оформление их в альбом. 2.Использование дидактических игр, посвященных разным видам спорта: «Назови вид спорта», «Спортивное оборудование». 3. Сюжетно-ролевые игры «Туристы», «Магазин спорттоваров» 4. Составление сборника рассказов детей о любимом спортсмене.

	5.Фотосессии «Мы занимаемся спортом» (оформление стенда в физкультурном зале). 6. Беседы: «Возникновение Олимпийских игр», «Олимпийская символика», «Традиции Олимпиады», «Знаменитые чемпионы современности». 7. Показ презентаций
3. Физкультурная деятельность детей	1.Физкультурные занятия. 2. Прогулки. 3. Подвижные игры. 4. Утренняя и бодрящая гимнастики. 5. Спортивные досуги, праздники, флешмобы. 6. Дни Здоровья. 7 Дни открытых дверей. 8. Спортивные кружки, секции. 9. Упражнения и игры по развитию физических качеств. 10. Спортивные игры, эстафеты, соревнования.
4.Творческая деятельность детей	1.Придумывание рассказов, стихов о спорте и спортсменах. 2. Выставки рисунков, оформление альбомов, составление коллажей о спорте. 3. Фотоальбомы «Наша спортивная жизнь»
	<u>Работа с родителями (законными представителями)</u> 1. Анкетирование, тесты 2. Консультации 3. Беседы 4. Участие в спортивных мероприятиях, флешмобах 5. Посещение открытых занятий

	6. Дни открытых дверей 7. Дни Здоровья 8. Помощь в изготовлении нестандартного спортивного оборудования 9. Помощь в подготовке и проведении спортивно-массовых мероприятий
<u>Работа с педагогами</u>	
	1. Составление сценариев спортивных праздников, досугов, развлечений. 2. Разработка конспектов физкультурно-познавательных занятий по теме проекта. 3. Библиография по теме проекта, картотеки. 4. Изготовление нестандартного физкультурного оборудования. 5. Составление альбомов о спорте, спортивной жизни группы 6. Консультации, беседы 7. Организация выставок, фоторепортажей

Третий этап заключительный (сентябрь 2018 г. – июнь 2019г.):

Презентация материалов проекта

1. Выставка рисунков детей на тему «Мы любим спорт»;
2. Составление сборника стихов, загадок о разных видах спорта и их значении для человека; фотоальбомы «Наша спортивная жизнь»
3. Проведение спортивного турнира ко Дню Защитника отечества
4. Проведение военно-спортивной игры «Зарница»
5. Выступление со спортивными танцами на городских конкурсах «Крестик-нолики», «Маленькая страна», «Амурские зори»

6. Проведение городских соревнований «Весёлые старты» ко Дню Защиты детей
7. Участие с флешмобами в городских акциях «Голубь мира», «Полосатый рейс», «Россия, будущее, мы!», городском фестивале «Хабаровск наш»
8. Проведение спортивного праздника «Папа, мама, я – спортивная семья!»

Ожидаемые результаты проекта:

Для детей:

- сформированность знаний детей о видах спорта, истории Олимпийского движения, чемпионах;
- совершенствование психофизических качеств
- повышение двигательной активности
- освоение детьми элементов спортивных игр и упражнений;
- пополнение словарного запаса детей спортивной терминологией;
- участие в городских соревнованиях, акциях, фестивалях, флешмобах.
- повышение интереса к спорту и здоровому образу жизни

Для педагогов:

- сформированность осознанного отношения к своему собственному здоровью;
- пополнение знаний об истории Олимпийского движения;
- личностный и профессиональный рост в физическом воспитании детей.

Для родителей (законных представителей):

- желание участвовать в спортивных мероприятиях и флешмобах вместе с детьми;
- повышение интереса к занятиям физкультурой и спортом, здоровому образу жизни;
- развитие дружеских, партнёрских отношений с педагогами.

4. Ресурсное обеспечение:

1. Физкультурный зал
2. Спортивные центры
3. Спортивная площадка
4. Беговая дорожка
5. Спортивное оборудование и инвентарь
6. ПК, аудио, видео аппаратура
7. Проектор
8. Экран
9. ПК
10. Музыкальный центр.
11. Фотоматериалы.
12. Аудиозаписи, видео презентации
13. Настольные и дидактические игры
14. Наглядные пособия
15. Методическая литература, картотеки
16. Художественная литература.
17. Информационные и выставочные стенды

5. Продукты и результаты проекта.

Для детей:

1. Фотоальбомы «Наша спортивная жизнь».
2. Альбомы «Виды спорта и спортсмены».
3. Ди «Магазин «Спорттовары», «Угадай вид спорта».
4. Фотогалерея «Олимпийская символика».
5. Выставка рисунков «Мы любим спорт»
6. Высокий и выше среднего уровень развития физических качеств.
7. Участие в спортивных соревнованиях, турнирах на разном уровне (ДОУ, окружной, муниципальный)
8. Сформированность знаний о спорте, олимпийском движении

Продукты проекта для педагогов:

1. Конспекты физкультурных занятий, досугов, развлечений по теме проекта.
2. Библиография по теме проекта, картотеки.
3. Нестандартное оборудование для спортивных центров.
4. Консультации, беседы, семинары-практикумы.

Продукты проекта для родителей(законных представителей):

1. Анкетирование «Спорт в нашей жизни», «Какое место физкультура занимает в вашей семье?», «Что я знаю о здоровье?»
Консультации, беседы, круглый стол, тренинг
2. Совместное творчество с детьми (лепка, аппликация, коллажи, рисунки на спортивную тему)
3. Проведение спортивного праздника «Папа, мама, я - спортивная семья!»
4. Участие в спортивных мероприятиях на разном уровне (ДОУ, окружной, муниципальный)
5. Проведение флешмобов.

6. Литература:

1. Яковлева Л. В., Р. А. Юдина «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» пособие для педагогов дошкольных учреждений - М.: ВЛАДОС, 2003 г. в трёх частях.
2. Кареева Т. Г. «Формирование здорового образа жизни у дошкольников» для педагогов и инструкторов по физкультуре детского сада. Волгоград из-во «Учитель» 2013 -169 с.
3. Агеева И. Д.«500 олимпийских загадок для детей» - М.: ТЦ Сфера, 2010- 96 с.
4. Шебеко В.Н. – Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей детского сада В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.
5. Фролов В.Г. – Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. – 159 с.
6. Шишкина В.А. Движение +движение: Книга для педагогов – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.
7. Рунова М.А. - Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет (с учетом уровня двигательной активности): пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре / М.А. Рунова. – М.: Просвещение, 2005. – 146 с
8. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошко. учреждений / М.А. Рунова. - М.: Мозаика - Синтез, 2004. - 256с.
9. Осокина Г.И. «Сотрудничество семьи и детского сада в приобщении детей к здоровому образу жизни» // Инструктор по физкультуре ДОУ. - 2008. - №1. - С.92-97.
10. Фомина, А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду А.И. Фомина. - М.: Просвещение, 1984, - 159 с.

11. Кириллова Ю. А. Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2014. – 80с
12. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для инструктора по физкультуре - М.:, 1992.
13. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников. СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007.
14. Виммерт, Йорг. Олимпийские игры.- М.: ООО ТД «Издательство Мир книги», 2007;
15. Киселева Л.С., Данилина Т.А., Лагода Т.С., Зуйкова М.Б. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пособие для руководителей и практических работников ДОУ – М.: АРКТИ, 2005;
16. Т.Е. Харченко «Физкультурные праздники и развлечения» Детство-Пресс, 2009г
17. Интернет источники:
Ucmet. Ru- социальная сеть педагогов
МААМ. RU- международный образовательный портал
RosComSport – портал всероссийских соревнований по ОФП
Nsportal. Ru – социальная сеть работников образования