

## Проект

### «Спортивные игры и развлечения как средство повышения интереса у детей дошкольного возраста к физической культуре»

**Автор проекта:** Агафонова Нина Евгеньевна, инструктор по физической культуре муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида» № 230»

Одной из задач федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования является формирование общей культуры личности детей, здорового образа жизни, гармоничного физического развития, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка. Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Разнообразные движения и действия детей во время игры при умелом руководстве ими эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну. С помощью спортивных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие ребенка.

Спортивные игры относятся к сложным подвижным играм. Это виды игровых состязаний, основой которых являются различные технические и тактические приёмы поражения в процессе противоборства определённой цели спортивным снарядом (обычно им является мяч спортивный, целью – ворота, площадка и т. п. соперников); содержание и организация спортивных игр регламентируются официальными правилами. Большинство спортивных игр представляет собой комплексы естественных движений, физических упражнений (бег, прыжки, метания, удары и т.п.), выполняемые игроком или взаимодействующими партнёрами в борьбе с соперником и направленные на создание игровых ситуаций, которые в итоге обеспечивают победу. Во многих спортивных играх спортсмены вступают в непосредственную, контактную борьбу. Широкое распространение спортивных игр обусловлено их доступностью, относительной простотой содержания и организации, силой эмоционального воздействия на участников и зрителей.

Воспитатель и инструктор по физической культуре в детском дошкольном учреждении играют очень важную роль в деле воспитания у детей положительного отношения к спорту посредством спортивных игр.

Структура их деятельности требует развития перцептивных, проектировочных, конструктивных, дидактических, экспрессивных, коммуникативных, академических и специальных способностей. Таким

образом, успешная деятельность воспитателя и инструктора по физической культуре ДООУ требуют теоретической подготовки и практических навыков. В литературе по теории и методике физического воспитания и развития ребенка (Э. Й. Адашкявичене, 1992; Е. Н. Вавилова, 1981; В. Г. Гришин, 1982; Т. И. Дмитренко, 1973; Л. В. Карманова, 1980; Т. И. Осокина, 1986) подчеркивается, что подвижные игры с элементами спорта позволяют дошкольнику овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество. В методических пособиях названных авторов достаточно глубоко раскрыты содержание, педагогические условия обучения дошкольников элементам спортивных игр и упражнений.

**Тип проекта:** информационно-творческий

**Продолжительность:** среднесрочный проект (5 недель).

**Вид проекта:** групповой.

**Участники проекта:** дети старшей группы 5-6 лет, инструктор по физической культуре, воспитатель.

### **Цель проекта**

Формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой посредством спортивных игр и развлечений.

#### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- Формировать и совершенствовать жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, лазание, метание и т.д.);
- Формировать умение выполнять правила спортивных игр, проявляя самостоятельность.

#### **Физкультурно-оздоровительные:**

- Способствовать повышению уровня работоспособности через спортивные игры;
- Способствовать всестороннему физическому совершенствованию функций организма.
- Развивать физические качества (быстрота, ловкость, выносливость).

#### **Воспитательные:**

- Формировать интерес к занятиям физической культурой;
- Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

## **Этапы реализации проекта**

### **Подготовительный этап:**

- Обдумывание идеи проекта;
- Сбор информации, материала для реализации идеи;
- Составление плана проекта;
- Определение сроков реализации проекта.

### **Практический этап проекта:**

- Совместная деятельность инструктора по физической культуре с детьми: занятия, рассматривание иллюстраций, беседа, дидактические игры.

### **Заключительный этап проекта:**

- Подведение итогов реализации проекта;
- Презентация проекта "Спортивные игры и развлечения как средство повышения интереса у детей дошкольного возраста к физической культуре".

### **Ожидаемый результат:**

Предполагаю, что реализация данного проекта приведет к:

- Повышению уровня физического развития;
- Овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни;
- Повышению интереса к занятиям спортом.

Месяц	Совместная деятельность инструктора по физической культуре с детьми	Совместная деятельность воспитателя с детьми
Январь 1 неделя	<p><b>Беседа с детьми «Что такое спортивные игры?»</b></p> <p>Цель: Дать представление о спортивных играх, создание у детей мотивации заниматься физической культурой и спортом.</p> <p><b>Рассматривание иллюстраций с изображением различных видов спорта.</b></p>	<p>Предложить воспитателю на прогулке поиграть в дидактическую игру «Назови спортсмена».</p>
2 неделя	<p><b>План занятий</b></p> <p><b>Цель:</b> Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на сигнал.</p> <p><b>Содержание и методика проведения.</b></p> <p>I. Ходьба друг за другом с мячом в руках. Подбросить мяч вверх и поймать его.</p> <p>II. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Учить детей следить за мячом при броске, ловить ладонями.</p> <p><b>Подвижная игра «гонки мячей по кругу».</b></p> <p>III. Малоподвижная игра «Будь внимателен». Дети становятся в кружок, в середине его ведущий – воспитатель. Он бросает мяч кому-либо из круга, применяя обманные действия, и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко.</p>	<p>Предложить воспитателю провести беседу о спортивной игре «баскетбол».</p> <p>На прогулке поиграть в дидактическую игру «Спортивные игры»</p> <p>Цель: Дать детям представление о спортивных играх. В игре детям предстоит правильно определить, к какому виду спорта относится тот или иной инвентарь. На прогулке поиграть в игру «гонки мячей по кругу».</p>
3 неделя	<p><b>Цель:</b> Учить детей ловле мяча, формировать навыки бросания мяча, способствовать развитию координации движения и ловкости.</p> <p><b>Содержание и методика проведения.</b></p> <p>I. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Перед каждым броском воспитатель проверяет, правильно ли дети взяли мяч, и напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением.</p> <p><b>II. Игра «10 передач».</b></p> <p>Цель: Учить детей передавать-ловить мяч, развивать умения согласовывать действия с товарищами, воспитывать стремление помочь товарищу правильно выполнять движения. Описание игры. Дети становятся парами на</p>	<p>Предложить воспитателю показать детям иллюстрации с изображением баскетболистов.</p> <p>Повторить на улице броски мяча вверх и ловля его после отскока, на прогулке поиграть в игру «10 передач».</p>

	<p>расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча.</p> <p>Методические указания. Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, а бросать его партнеру на уровне груди.</p> <p>Подвижная игра «Обгони мяч»</p> <p>Цель: Учить передавать, ловить мяч, воспитывать ответственность перед командой.</p> <p>Описание игры. Играют 2 или 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают водящих, которые имеют мяч. После сигнала воспитателя водящие отдают мяч игроку, стоящему справа от них, а сами бегут влево, обегая круг и становятся на свое место. Получившие мяч передают следующим справа и т. д. Когда первый возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра продолжается до тех пор, пока все не обегут круг, а мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру. Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования.</p> <p>III. Произвольная игра детей с мячом на площадке. Каждый ребенок имеет мяч. Воспитатель следит, чтобы дети не толкались, играли дружно, поощряет и подсказывает. Помогает некоторым детям индивидуально.</p>	
4 неделя	<p>Цель: Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче-ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.</p> <p><b>Содержание и методика проведения.</b></p> <p>I.1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз, а не бить по нему, включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку.</p> <p>2. Ведение мяча правой, левой рукой</p> <p>3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой,</p>	Предложить воспитателю повторить передачу мяча в парах, поиграть на прогулке в игру «обгони мяч».

	<p>меняя высоту отскока мяча, направления и скорость ведения.</p> <p>II.1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 метра. Учить сопровождать мяч то правой, то левой рукой.</p> <p><b>2.Подвижная игра «За мячом»</b></p> <p>Цель: Учить передавать, ловить мяч двумя руками от груди, развивать умения ориентироваться на площадке, воспитывать ответственность перед командой.</p> <p>Описание игры. Дети делятся на несколько команд. Каждая команда делится на две колонны, которые становятся одна против другой на расстоянии 2-3 метра. У водящего мяч. После сигнала водящий передает мяч напротив стоящему в колонне ребенку по команде, а сам бежит в конец противоположной колонны, т. е. за мячом. Поймавший тоже передает мяч напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра продолжается пока все игроки не вернуться на свои места, а мячи не окажутся у водящих.</p> <p>Методические указания. Дети быстрее поймут, куда бежать после передачи мяча, если им объяснить, что они должны передвигать вслед за мячом, по тому направлению, куда они бросали мяч.</p> <p>Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре.</p> <p>III. Дети становятся за линию в пять колонн, в двух-трех метрах от которой находятся 5 обручей. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них, любым способом.</p>	
5 неделя	<p>Спортивный праздник «Папы наши- гордость наша».</p> <p><b>Цель:</b> вызвать положительный эмоциональный настрой у детей; устойчивый интерес к занятиям спортом.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Закрепить знания о спортивных играх;</li> <li>• Развивать ловкость, быстроту, умения ориентироваться в пространстве;</li> </ul>	Воспитателю принимать активное участие в спортивном празднике.

- Воспитывать товарищество и спортивный характер.

**План праздника:**

- ✓ В зал под музыку военного марша входят дети со своими папами и выстраиваются по периметру зала.
- ✓ На середину зала выходят дети и читают стихи.



- ✓ Дети поют песню про папу
- ✓ Танец «сидя на стуле» по показу



- ✓ **Игра «Попадание мячом в цель».**

На расстоянии 8-10 м. устанавливается кегля или флажок. Каждый участник команды получает право на один бросок, он должен постараться сбить мишень. После каждого броска мяч возвращается команде. Если мишень сбита, ее устанавливают на прежнее место. Побеждает команда, у которой больше точных попаданий.

- ✓ **Игра «Морской бой».**

Две команды встают напротив друг друга, между ними натягивается волейбольная сетка или широкая лента. Каждому участнику одной из команд даются «пушки». По сигналу игроки стараются как можно быстрее перебросить «пушки» на сторону противника. Побеждает та команда, на чьей стороне не останется ни одного «пушка».



✓ **Игра – Эстафета «Спасательный круг».**

Выходит две команды детей, а две команды пап и встают напротив. У пап в руках спасательный круг, по команде, папы, по очереди, бегут к противоположной команде детей, надевают на переднего ребенка круг и бегут вместе к команде пап, передают круг следующему папе. Побеждает та команда пап, которая быстрее «спасет» своих детей.



✓ **Игра- эстафета «Меткий стрелок».**

Все папы делятся на команды по группам своих детей, по сигналу, каждый папа встает на линию старта напротив мишени и бросает дротики в мишень. Побеждает та команда пап, у которой будет больше попаданий в мишень.



✓ **Игра «Веревку бери!»:**

Папы парами из противоположных команд встают спинами друг к другу и выполняют команды ведущего /упражнения для рук и ног/, по команде: **«Веревку бери!»** - надо быстро схватить конец веревки и вытащить ее. Кто это сделает быстрее, тот и победил.





✓ **Эстафета «Мяч - в корзину».**

Дети делятся на две команды, напротив каждой команды, в конце эстафетной линии, встают папы с баскетбольными кольцами перед собой. По сигналу дети с мячами бегут к «бросковой» линии и бросают мячи каждый в свою корзину, подбирают мяч и бегут обратно, отдают мяч следующему игроку. Папы имеют право ловить мяч корзиной.

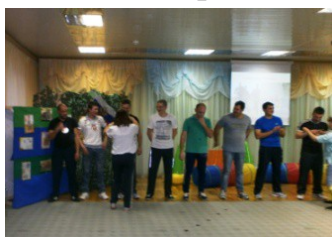


✓ **ЭСТАФЕТА «ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ»:**

Пролезть по тоннелю /ребенок/, перепрыгнуть через барьер /папа и ребенок/, оббежать пирамиду /вместе/ перепрыгнуть через барьер, пролезть по тоннелю /ребенок/, «Отдать эстафету». Следующие участники выполняет тоже задание.



✓ **Папы участники награждаются медалями.**



--	--	--

Подводя итог проекта нужно отметить, что поставленные задачи и цели были реализованы. Накопленный у детей опыт идет через спортивную игру. Благодаря новому подходу в проекте мы смогли укрепить и сохранить здоровье детей, выработать у них устойчивые навыки в основных видах движений, заложить в сознании любовь к физической культуре. Проект оказался интересным, ребята многое узнали о спортивных играх. В ходе проекта дети получили массу радостных эмоций. Я хочу приобщить детей к спорту и к потребности вести здоровый образ жизни.

### **Список литературы:**

1. Волошина Л. Н. Игровые программы и технологии физического воспитания детей 5–7 лет // Физическая культура, 2003. № 4. С. 39–43.
2. Квашук П. В. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми, подростками и молодежью: Методическое пособие. – М.: Де Ново, 2004. – 51 с.
3. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология».- М.: Просвещение, 1978.- 272 с.
4. Кожухова Н. Н. и др. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. лед. учеб. заве дений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 320 с.
5. Лесгафт П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. Собр. пед. соч., т. I. М., 1951, с. 309.
6. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 368 с.
7. Азбука физического воспитания народа Саха.