

## ПРОЕКТ «В гостях у Спортлика»

*«Здоровье – это не только отсутствие болезней и физических дефектов,  
а состояние полного физического, духовного и социального благополучия»*



**Тип проекта:** социально-значимый.

**Сроки-реализации:** март-июль 2022 года.

**Участники проекта:** дети старшей группы, воспитатели, родители, музыкальный руководитель, медицинская сестра, ученики 3 Б класса МБОУ СОШ № 24, тренер - преподаватель ГБУ ДО Краснодарского края детско-юношеской спортивной школы по гандболу, Дроботов Станислав Юрьевич

**Автор проекта:** Манукьян Ольга Ивановна, воспитатель

Проект был представлен в рамках проведения семинара для педагогов нашего детского сада 10.03.2022г.

### **Актуальность темы:**

Одна из основных задач ФГОС ДО, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Дошкольный возраст в развитии ребенка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития и культуры движений. От того, как организовано воспитание и обучение ребенка, какие условия созданы для его взросления, для становления его физических и духовных сил, зависит развитие и здоровье в последующие годы жизни.

### **Цель проекта:**

- создание условий для формирования у всех участников проекта активной жизненной позиции, пропаганда и популяризация здорового образа жизни.

### **Задачи:**

- Расширение знаний детей о здоровье как о главной ценности жизни, продуктах здорового и не здорового питания;
- Формирование потребности в физических упражнениях и подвижных играх; поддержание интереса и популяризация занятий спортом;
- Привлечение родителей к активному участию в воспитательном процессе по формированию здорового образа жизни детей;

### **Ожидаемые результаты:**

#### Для детей:

- Расширение представления о здоровье и способах его сохранения;
- Повышение интереса детей к физическим упражнениям и спорту;

- Обогащение социального опыта дошкольников, расширение кругозора;
- Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в ДОО;
- Формирование четкого понимания о здоровой и не здоровой пище.

Для родителей:

- Повышение заинтересованности родителей в ведении здорового образа жизни;
- Освоение родителями физических упражнений, для формирования практических умений в области физического воспитания своего ребенка.
- Активное участие родителей совместно с детьми в физкультурно-оздоровительных мероприятиях детского сада.

## **Этапы реализации проекта**

### ***Подготовительный этап:***

1. Разработка плана мероприятий по теме проекта.
2. Подбор художественной литературы для чтения, создание презентаций, конспектов, бесед, консультаций для родителей.
3. Подбор наглядно – информационного материала и музыкальных произведений.
4. Проведение анкетирования среди родителей воспитанников группы.

### ***Основной этап:***

1. Проведение цикла занятий и бесед с детьми: «Правильное питание», «Польза фруктов и овощей», «Зеленые витаминки», «Вкусная здоровая пища», «Я и моё здоровье», «Здоровое тело», «Спорт, спорт, спорт».
2. Чтение художественной литературы детям о здоровом образе жизни, о физкультуре и спорте, о личной гигиене, о режиме дня, о профилактике болезней, о правильном питании.
3. Проведение опытно-экспериментальной деятельности: «Опасности газировки», «Зеленые загадки», «Свойства воды» с целью создания исследовательской работы для представления результатов другим группам детского сада.
4. Экскурсия на пищеблок детского сада, в медицинский кабинет, в детско-юношескую спортивную школу по гандболу, для формирования понятия здорового образа жизни;
5. Онлайн консультации для родителей: «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Спортивные привычки», «Пальчиковая гимнастика. Ее роль в формировании техники письма»;
6. Составление кроссвордов «Спорттик»;
7. Проведение утренней гимнастики для детей младшего возраста воспитанниками старшей группы.
8. Проведение эстафеты между воспитанниками старших групп детского сада и учениками 3 класса МБОУ СОШ № 24;
9. Проведение спортивного мероприятия с семьями воспитанников «ГТО вместе со Спортником»



10. Разработка маршрута «Тропа здоровья» по территории детского сада;
11. Проведение викторины между старшими группами детского сада «Здоровый образ жизни»;
12. Проведение выставки рисунков «Моя спортивная семья»;
13. Изготовление атрибутов для утренней гимнастики из бросового материала для детей группы младшего возраста;
14. Сбор информации о здоровом образе жизни и правильном питании для выпуска еженедельной газеты «ЗОЖик и Спорт», для всех воспитанников детского сада. В газету входит информация о правильных продуктах питания, видах спорта, упражнениях и игры, которые нарисованы воспитанниками моей группы.
15. Электронный ежемесячный выпуск газеты «ЗОЖ и Спорт» для педагогов и родителей по ознакомлению с правильным питанием и здоровым образом жизни, в которую входят рекомендации, советы по приобщению к правильному питанию и здоровому образу жизни, материал детей из детской газеты.

**Заключительный этап:** Включает в себя сбор практических материалов, соотнесение поставленных и прогнозируемых результатов с полученными; обобщение материалов проекта.

**Предполагаемые продукты в ходе реализации проекта:**

1. Разработка маршрута «Тропа здоровья» по территории детского сада;
2. Создание агитационных листовок для родителей и посетителей детского сада «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Спорт в семье».
3. Выставка рисунков — «Моя спортивная семья», для всех воспитанников, родителей детского сада.
4. Еженедельный выпуск газеты для детей средних и старших групп детского сада «ЗОЖик и Спорт».
5. Ежемесячный выпуск электронной газеты «ЗОЖ и спорт» для родителей воспитанников детского сада.
6. Изготовление раскрасок для малышей: «Фрукты и овощи»;
7. Создание сборника рекомендаций для педагогов и родителей «Приобщение детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни».

## **Отчет по итогам реализации социально-значимого проекта «В гостях у Спортлика»**

Отчет подготовила: воспитатель, Манукьян Ольга Ивановна.

В период с 14.03.2022 по 15.07.2022 мною был реализован проект «В гостях у Спортлика».

Целью моего проекта являлось создание устойчивой положительной мотивации детей к сохранению и укреплению собственного здоровья, через формирование у них двигательных навыков, знаний и ценностей здорового образа жизни.

В ходе реализации проекта мною была проведена следующая работа: приобретение практического опыта в выборе адекватных методов и форм взаимодействия с семьями воспитанников: изготовление агитационных листовок для приобщения к здоровому образу жизни «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Спорт в семье». Проведение онлайн консультаций «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Спортивные привычки», «Пальчиковая гимнастика. Ее роль в формировании техники письма». Создание и выпуск ежемесячной газеты «ЗОЖ и спорт», в которую включены рисунки, игры придуманные детьми.

По итогам реализации проекта дети узнали: о пользе овощей и фруктов, о влиянии разных витаминов на организм человека, о залоге правильного питания, вкусной и здоровой пище, о важности физических упражнений. Дети слушали произведения художественной литературы, пословицы и поговорки о правильном питании, здоровье, спорте. Играли в дидактические игры и сюжетно-ролевые игры, пальчиковые игры. В ходе опытно-экспериментальной деятельности дети наглядно познакомились со свойствами воды и об её роли в жизни человека, убедились, что газировка является очень вредной и бесполезной для организма. Посещение пищеблока позволило расширить кругозор о правильных продуктах питания. В медицинском кабинете дети узнали о важности здорового образа жизни, о необходимости проведения вакцинации.

Ученики 3 Б класса МБОУ СОШ № 24 провели мастер-класс для воспитанников моей группы, в рамках которой дети познакомились с правильными продуктами питания и изготовили «Корзину правильного питания», в заключении была проведена эстафета между воспитанниками старших групп детского сада и учениками 3 класса, по итогу которой победила дружба!

В рамках мероприятий по формированию двигательной активности, мною была организована встреча с тренером-преподавателем Станиславом Юрьевичем Дроботовым на территории детско-юношеской спортивной



школой по гандболу. Для детей и родителей была проведена открытая тренировка, с целью ознакомления с данным видом спорта. Станислав Юрьевич провел беседу с родителями воспитанников о важности физических упражнений, продемонстрировал элементы утренней зарядки и провел пробную тренировку с детьми, которые проявили интерес к занятиям по гандболу. Данная встреча произвела огромное впечатление на детей и их родителей и как результат, из 19 воспитанников моей группы, которые посетили данную встречу, 16 стали посещать секцию по гандболу.

Было организовано спортивное мероприятие с семьями воспитанников «ГТО вместе со Спортником», в результате которой каждая семья получила медали и заряд отличного настроения. Так же был разработан маршрут «Тропа здоровья», в разработке которого активное участие приняли родители моей группы для всех детей нашего детского сада.

В рамках недели здоровья, совместно с музыкальным руководителем Бендебера Е.В. были проведены праздник «Спортник в детском саду», музыкальные викторины между старшими группами детского сада «Здоровый образ жизни». Проведена выставка рисунков «Моя спортивная семья для всех посетителей детского сада. Для малышей нашего детского сада, воспитанники моей группы совместно с родителями изготовили раскраски о пользе овощей и фруктов «Фрукты и овощи».

В ходе реализации проекта производился сбор информации о здоровом образе жизни и правильном питании для выпуска еженедельной газеты «ЗОЖик и Спортник», для всех воспитанников детского сада. В газету входят материалы о правильных продуктах питания, видах спорта, упражнения и игры, которые нарисованы воспитанниками моей группы. А для привлечения внимания родительской общественности, педагогов к ЗОЖ, мною выпускается ежемесячный электронный выпуск газеты «ЗОЖ и Спорт» по ознакомлению с правильным питанием и здоровым образом жизни, в которую входят рекомендации, советы по приобщению к правильному питанию и здоровому образу жизни, материал детей из детской газеты.

В итоге реализации проекта были изготовлены агитационные листовки для родителей и посетителей детского сада «Здоровое питание - здоровый ребенок», «Спорт в семье». Разработка маршрута «Тропа здоровья» по территории детского сада; проведены спортивные мероприятия, праздники, викторины, выставка рисунков — «Моя спортивная семья», для всех воспитанников, родителей детского сада. Еженедельный выпуск газеты для детей средних и старших групп детского сада «ЗОЖик и Спортник». Ежемесячный выпуск электронной газеты «ЗОЖ и спорт» для родителей воспитанников детского сада. Изготовлены раскраски для

малышей: «Фрукты и овощи». Для обобщения материала в ходе реализации данного проекта мною был создан сборник рекомендаций для педагогов и родителей «Приобщение детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни».

Реализуя данный проект, я пришла к выводу, что полученные ребенком знания, представления о себе, своем здоровье и физической культуре позволили найти способы его укрепления и сохранения. Приобретенные навыки помогли осознанно выбрать здоровый образ жизни. У каждого взрослого человека есть такие воспоминания о детстве, которые наполняют душу несравнимым ни с чем теплом. Самое лучшее нам хочется «взять с собой» во взрослую жизнь, продолжать лучшие семейные традиции. Я надеюсь, что выбранный путь – здоровый образ жизни - и станет той самой лучшей семейной традицией, которую они возьмут во взрослую жизнь. Ведь каждый из нас хочет видеть своих детей здоровыми, счастливыми, чтобы дети, вырастая, жили в ладу с собой, окружающим миром, другими людьми. А за всем этим стоит здоровый образ жизни. Именно он дает физические и духовные силы, здоровую нервную систему, способность противостоять вредным влияниям, чувствовать радость от того, что живешь.

Отчет по проекту представлен в МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 137» на педагогическом часе № 10 от 20.07.2022 г.

Воспитатель

Заведующий МБДОУ МО г. Краснодар  
«Детский сад № 137»



Манукьян О.И.

Леонова Ю.Л.

