Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 5 г. Беслана» Правобережного района

Республики Северная Осетия-Алания

ПРОЕКТ

Краткосрочный – 2 недели Вид проекта: Комплексный По числу контактов: Массовый

**«Семейная зарядка»**

**Организатор;** Инструктор по физической культуре: Засеева. А.В.

**Ответственные;** Воспитатели групп, Педагоги, Музыкальный руководитель

**г. Беслан**

**2019г**

**АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА.**

Дошкольное детство – это тот период в которого закладывается фундамент здоровья взрослого человека, формируются физические качества, двигательные умения и навыки. Большая роль в воспитании здорового и всесторонне развитого ребенка принадлежит физической культуре. При проведении занятий по физической культуре мы активно используем различные виды двигательной активности, что позволяет дошкольникам нашего сада заниматься физической культурой с удовольствием. В процессе ежедневного выполнения физических упражнений прививаются основы З.О.Ж. Важная роль в в этой задаче отводится семье которая культивирует эту работу в домашних условиях вырабатывая полезную привычку у детей начинать день с утренней зарядки.

**ЦЕЛИ ПРОЕКТА.**

* Продолжать развивать кругозор детей о здоровом образе жизни, о нормах валеологии
* Укреплять здоровье. Развивать гибкость. Развивать скорость двигательной реакции, скорость мыслительных процессов.
* Формировать у детей чувства удовлетворения от физических нагрузок .
* Развивать все функции и системы организма,
* Воспитывать спортивный дух и семейственность в позитивном отношении к двигательным нагрузкам и спорту.
* Укреплять взаимодействия родителей, детей, педагогов в решении проблемы воспитания здорового, физически и нравственно развитого ребенка.

**ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:**

* Ознакомить родителей и воспитателей с современной методами утренней разминки;
* Провести цикл занятий и мероприятий по теме «Здоровый образ жизни»;
* организовать выставку семейных работ «Флажок» ;
* выучить с детьми с заклички о здоровье;
* разработать информационные листы для родителей с разминками словесного сопровождения;
* подготовить совместными усилиями детей и родителей атрибуты к зарядке;
* систематизировать литературный и иллюстрированный материал по теме «Здоровье»:
* провести заключительное развлечение «Семейная зарядка».

**НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЛЫ :**

1. Музыкально техническая поддержка. 2. Флажки изготовленные в семье. 3. Костюм аниматора. 4. Шары для оформления. 5. Картины иллюстрации.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ: 1. Продолжать развивать кругозор детей о здоровом образе жизни, о нормах валеологии. 2. Формировать у детей чувства удовлетворения от физических нагрузок . 3. Развивать все функции и системы организма, 4. Воспитывать спортивный дух и семейственность в позитивном отношении к двигательным нагрузкам и спорту. 5. Укреплять взаимодействия родителей, детей, педагогов в решении проблемы воспитания здорового, физически и нравственно развитого ребенка. 6. Ознакомить родителей и воспитателей с современной методами утренней разминки;

**ПРЕДПОЛОГАЕМЫЙ ПРОДУКТ ПРОЕКТА.** 1. Выставку семейных работ «Флажок» ; 2. Заучить с детьми с заклички о здоровье; 3. Разработать информационные листы для родителей с разминками словесного сопровождения; 4. Провести заключительное развлечение «Семейная зарядка». 5. Презентация.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**: Борисова Е.Н. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Изд. Панорама; Москва: Глобус, 2006. Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», 2012…

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЕКТА** 1.Демонстрационные материалы для проведения бесед «ЗОЖ,»2.Ориентировочный план развлечения «Семейная зарядка.»3.Рекомендации воспитателям и родителям «Флажок своими руками»4. Текст разминки для родителей «Чтобы быть здоровым, ловким.»

**ПЛАН РАБОТ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Содержание работы** | **Участни-ки** | | | **Ответст-венные** | |
| **Подготовительный этап** | | | | | | |
| **Пн.** | 1. Постановка целей, определение актуальности и значимости проекта. | | | Воспитатели группы | | Физинструктор |
| 2. Подбор методической литературы для реализации проекта (журналы, статьи, рефераты и т.п.). | | |  | | Физинструктор |
| **Вт.** | 1. Подбор наглядно-дидактического материала; художественной литературы; дидактических игр, разработка бесед. | | |  | | Воспитатели |
|  |  | | |  | |  |
| **Ср.** | 1. Рекомендаций для воспитателей по изготовлению флажков. | | |  | | Физинструктор |
| **Чт.** | 1. Разработка рекомендаций для родителей. «Разминка». | | |  | | Физинструктор |
| 2. Подбор репродукций художественных картин на тематику. «Валиология» | | |  | | Физинструктор |
| **Пт.** | 1. Составление планов мероприятий. | | |  | | Физинструктор |
| 2. Подбор и музыкально техническое обеспечение | | |  | | Педагог компьютерного обучения |
| **Основной этап** | | | | | | |
| **Пн.** | 1-я половина дня:  1) Народная игра «Бæндæнæй хъаст» 2) Рассмотрение картин и плакатов на ЗОЖ. тематику. | | Дети, воспитатели Физрук. | | | Педагог Осетинского языка. |
| **Вт.** | 2-я половина дня: 1) Консультация в родительский уголок разминка »Чтобы быть здоровым ловким» (Текст разминки) 2).Беседа «Зарядка выходного дня»; | | Физрук. | | | Физрук. |
| **Ср.** | 1-я половина дня: 1) Игра малой подвижности «Ровным кругом»;  2) Заучивание песня «На зарядку становись» | | Физрук. Воспитатели Музыкальный руководитель. | | | Музыкальный. Физрук. |
| **Чт** | 2-я половина дня: 1) ; занятие конструирование «Флажок». 2)Консультация родителям «Сделай сам». | | Воспитатели | | | Воспитатели. |
| **Пт.** | 1-я половина дня:  1).Разминка «Если нравится тебе то делай так»  2).Заучивание песня «На зарядку становись» | | Физрук. Воспитатели Музыкальный. Физрук. | | | Музыкальный. Физрук. |
| **Заключительный этап** | | | | | | |
| **– Анализ результатов проекта**  Подводя итог проекта «Семейная зарядка», нужно отметить, что поставленные задач и цели были реализованы. Проект оказался интересным, творческим, ярким, ребята многое узнали о пользе здорового образа жизни и физических нагрузок. Дети и родители имели возможность выразить свое отношение к пользе физических нагрузок в процессе праздника в своих творческих работах. Праздник, посвященный «Семейной зарядке», прошел, на одном дыхании, а дух семейственности еще долго витал в стенах детского сада. Проводя сравнительный анализ результатов проектной деятельности, следует отметить, что-то отношение детей и родителей к З.О.Ж., спорту, вызывают –у детей положительное отношение, стремление следовать правилам и нормам З.О.Ж. | | | | | | |

**Информационное обеспечение проекта** Сценарий развлечения «Семейная зарядка» План проекта  **Ключевые понятия** Пропаганда здорового образа жизни. Укрепление взаимосвязи с семьей воспитанников ДОУ.







Развлечение; - «Семейная зарядка»

(Все возрастные гр.)

**Цели:** - Продолжать развивать кругозор детей о здоровом образе жизни, о нормах валеологии. Укреплять здоровье. Развивать гибкость, скорость двигательной реакции, скорость мыслительных процессов. Формировать у детей чувства удовлетворения от физических нагрузок . Развивать все функции и системы организма, Воспитывать спортивный дух и семейственность в позитивном отношении к двигательным нагрузкам и спорту. Укреплять взаимодействия родителей, детей, педагогов в решении проблемы воспитания здорового, физически и нравственно развитого ребенка.

**Задачи:** Ознакомить родителей и воспитателей с современной методами утренней разминки. Провести цикл занятий и мероприятий по теме «Здоровый образ жизни»;организовать выставку семейных работ «Флажок» ;выучить с детьми с заклинки о здоровье; разработать информационные листы для родителей с разминками словесного сопровождения; подготовить совместными усилиями детей и родителей атрибуты к зарядке; систематизировать литературный и иллюстрированный материал по теме «Здоровье»:провести заключительное развлечение «Семейная зарядка».

**Оборудование:** 1. Музыкально техническая поддержка. 2. Флажки, изготовленные в семье. 3. Костюм аниматора. 4. Шары для оформления

Участники: Дети всех групп. Родители детей. Воспитатели. Физинструуктор. Музыкальный руководитель. Незнайка.

**Ход развлечения: Построение: по кругу взявшись за руки на празднично украшенной площадке, а ведущая в центре.**

**1-ая часть. Ведущая:**- Дети сегодня у нас веселый праздник, который называется «Семейная зарядка». Он посвящается всем сильным ловким смелым и умным людям, которые ведут здоровый образ жизни, а кто занимаетесь физкультурой похлопайте? А кто ест фрукты потопайте? А кто чистит зубки покружись? Зарядку дома делаете, помашем ручками? Вот и мы сегодня сделаем зарядку . Но, чтобы нам было веселей, давайте позовем, самого ловкого – Незнайку **Дети:** - Незнайка! Незнайка!

**2-ая часть.**  **Незнайка – (под музыку и текст марша входит на площадку выполняя, движения с детьми)**

« Здравствуйте дети! Я - рыжий Незнайка!

Я настоящий, живой, не игрушка,

С новеньким бубном пришел к вам играть.

Но прежде нам нужно с марша начать.

Взявши за руки, друг друга.

Ровным кругом друг за другом- шагом марш!

**Ведущая:**- молодцы спортсмены, а теперь разминка с **« Шляпой»** Незнайки

**1. Разминка «Ровным кругом друг за** другом» (движения показывает тот на ком оказалась, «**Шляпа»**)

**2. Руководитель Осетинского языка**;- показывает на веревку – Дети, а в какую, народную игру мы сейчас поиграем? **Игра «БЭНДЭНЭЙ ХЪАШТ»**

3. Музыкальная разминка **- «Пиксики»**

**4. Кросс** (детей с родителями) **с «Флажком»** (Вокруг детского сада)

**3-ая часть.**  **Ведущая**;- Молодцы вы размялись теперь можно и позавтракать за Незнайкой паровозиком на завтрак в группу **5.**  **шагом м** **арш (под музыку** **«Паровоз букашка»**)