



МДОУ «Детский сад «Рябинка»

«Бегом к здоровью!» (оздоровительный проект)



**Авторы: Лебедева М.В.,
инструктор по физической культуре;
Шушунова С.В., воспитатель;
Овчинникова Г.А., воспитатель;**



Тип проекта:

практико - ориентированный

Период реализации:

Долгосрочный 1 год

Участники проекта:

дети подготовительной группы
компенсирующей направленности с ТНР,
инструктор по физической культуре,
родители, воспитатели, учитель – логопед
(дети и родители других возрастных
групп)



Актуальность

- ❖ Одним из основных и важных движений, которые ребёнок познаёт в дошкольном возрасте, является бег.
- ❖ Бег - это одно из наиболее простых и доступных средств развития согласованного движения рук и ног.
- ❖ Особенно актуально это для развития детей с нарушениями речи. Так как кроме речевых отклонений у них, как правило, имеются недостатки опорно-двигательного аппарата. Мы предлагаем разнообразить двигательную активность детей таким доступным и не требующим подготовки средством.
- ❖ В России набирают популярность детские забеги: практически на любом старте, помимо стандартных взрослых дистанций, организаторы устраивают и детские соревнования.



Цель:

Создание условий для включения в двигательную деятельность детей регулярного бега.



Задачи:

Физическое развитие:

- ❖ способствовать овладению детьми техникой бега, как средством развития координации движений и укрепление здоровья;
- ❖ создание условий для использования возможностей бега в коррекции речевого развития для детей с ОВЗ;

Социально – коммуникативное развитие:

- ❖ способствовать овладению элементарными правилами ЗОЖ при формировании полезной привычки к оздоровительному бегу;
- ❖ привлечение родителей для участия в совместных с ребенком массовых оздоровительных мероприятиях, а также к совместным пробежкам.

Задачи:

Речевое развитие:

- ❖ закрепить представления детей об образовании приставочных глаголов (убежал, прибежал, забежал)

Художественно – эстетическое развитие:

- ❖ формировать навык согласованных движений общей и артикуляционной моторики, а также временной и пространственной точности движений

Познавательное развитие:

- ❖ формировать начальные представления о легкой атлетике, как об одном из видов спорта

Планируемый результат:

- ❖ В планирование прогулок включены оздоровительный бег, беговые упражнения и игры с бегом.
- ❖ Увеличилось количество родителей – участников спортивно – оздоровительных мероприятий.
- ❖ У детей сформированы первичные представления о правилах техники безопасности и согласовании движений рук и ног во время бега, признаках переутомления. Сформированы навыки правильного выполнения дыхательных упражнений.
- ❖ Подготовлено и проведено итоговое мероприятие «Все на кросс!», и создан видеоклип, систематизированы видеоматериалы по проекту.
- ❖ Оформлены картотеки по теме проекта.

Подготовительный этап

Этапы проекта	Деятельность детей	Деятельность педагогов	Деятельность родителей
Выявление проблемы	Двигательная деятельность детей в процессе НОД и на прогулке. Ситуативный разговор	Наблюдения за действиями детей, чтение художественной литературы о спорте и здоровом образе жизни	Ознакомление с целью проекта, поддержка мотивации детей родителями. Поддержка мотивации детей в условиях семьи по этой теме.
Выбор темы проекта	Осознают и личносно воспринимают проблему.	Проведение анкетирования родителей с целью выявления их представлений об актуальности работы по данному направлению и способах организации совместной работы с детьми в условиях семьи по этой теме.	Беседа с родителями с целью выявления их представлений об актуальности работы по данному направлению, ответы на вопросы анкеты
Постановка цели и определение задач проекта	Принимают задачи проекта	Формулирование цели и задач проекта.	
Планирование деятельности Подготовка материалов		Составление плана работы педагогов и специалистов с детьми, родителями; подбор материала, фотографий, иллюстраций, игр; подбор творческих заданий для детей по теме проекта.; подбор форм, методов и приемов организации работы в проекте; подбор оборудования, материалов для творческой деятельности. Приглашение к участию в проекте Тренера – преподавателя по легкой атлетике. Заключение договора о совместной деятельности с ДЮСШ	Помощь детям в подборе литературы и иллюстративного материала по теме проекта.

Основной этап

Этапы проекта	Деятельность детей	Деятельность педагогов	Деятельность родителей
Реализация проекта	Диалоговые беседы о видах спорта	1. Беседы с детьми и использованием ИКТ «Немного о беге», «Кто самый, самый...»	Задание: принести семейные фотографии о занятиях спортом
	Рисование, лепка	2. НОД (рисование) «Сказочные истории», НОД (лепка) «Бегуны на финише»	
	Слушание художественной литературы	3. Чтение художественной литературы: «Заячья дорожка», «Гимнастика и разминка», «Лесная сказка», «Два брата», серия сказок о спорте и физкультуре Анастасии Поповой, стихи	Подбор художественной литературы о спорте в домашней библиотеке
	Просмотр мультфильмов «Ну, погоди!», «Смешарики», «Сборник мультфильмов об олимпиаде», «Тихая полянка»	4. Показ мультфильмов: «Ну, погоди!», «Смешарики», «Сборник мультфильмов об олимпиаде», «Тихая полянка», Семейный марафон «Необыкновенный матч», «Шайбу, шайбу», «Спортландия», «Олимпионики»	Помощь детям в подборе литературы и иллюстративного материала по теме проекта.
	Речевое развитие	НОД «Глаголы движения», НОД «Образование приставочного глагола»	Помощь в употреблении детьми в речи глаголов движения во всех предложно-падежных конструкциях.
	Знакомство с различными видами бега	НОД «Физическая культура» Составление конспектов занятий по ознакомлению детей с различными видами бега и беговыми упражнениями	

Основной этап

Этапы проекта	Деятельность детей	Деятельность педагогов	Деятельность родителей
Реализация проекта	Отгадывание загадок, заучивание стихов и речевок о беге	Оформление картотеки «Зарядка в стихах», «Игры с речью малой подвижности», пословиц, «Игры с бегом для разного возраста»	Чтение художественной литературы, помощь в разучивании стихов
	Поход на стадион (тренировка в легкоатлетической секции)	Организация экскурсии и легкоатлетической тренировки совместно с ДЮСШ	Сопровождение детей
	Участие в мастер классе	Организация мастер класса совместно с тренером - преподавателем ДЮСШ, легкая атлетика	Присутствие на мастер классе
	Участие в кроссе по пересеченной местности	Выбор маршрута, организация кросса	Обеспечить детей удобной одеждой и обувью
	Участие в НОД «Физическая культура»	Консультация для педагогов «Бегом к здоровью!» с использованием ИКТ	

Бегуны на финише





Мастер-класс тренера ДЮСШ





Тренировка легкоатлетов





Закаливающие мероприятия



Заключительный этап

Этапы проекта	Деятельность детей	Деятельность педагогов	Деятельность родителей
Оформление результата	Преодоление дистанции 300 м	Привлечение родителей и детей к участию в городском мероприятии «Александровские версты»	Сопровождение детей, личное участие
	Участие в ежегодном фестивале бега «Все на кросс!»	Разработка эскизов медалей, положения о проведении мероприятия «Все на старт!», организация и проведение мероприятия, подготовка грамот, личное участие.	Участие в мероприятии «Все на кросс!»
	Участие в осенних тренировочных забегах	Организация детей, проведение разминки	
	Просмотр видеоклипа	Создание видеоклипа о мероприятии «Все на кросс!», оформление и систематизация видеоматериалов по проекту	Просмотр видеоклипа на родительском собрании или в онлайн формате



Кросс Нации!



Александровские версты!





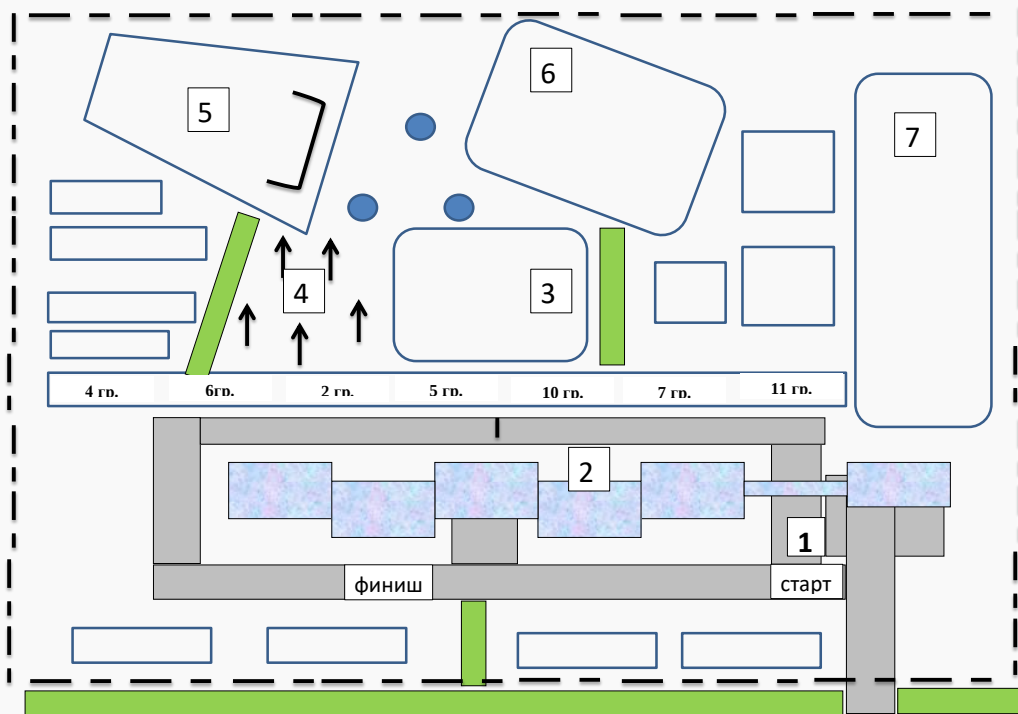
Олимпийский день



План «Все на кросс!»



- 1 зона – кросс
- 2 зона – питьевая
- 3 зона – дарц, кольцеброс
- 4 зона – паутина
- 5 зона – не промахнись
- 6 зона – боулинг
- 7 зона – игры в кругу



№ гр.	Зона	Зона	Зона	Зона	Зона	Зона
2	1	2	3	4	6	7
7	7	1	2	3	4	6
10	6	7	1	2	3	4
11	5	6	7	1	2	3
6	4	5	6	7	1	2
5	3	4	5	6	7	1
4 (В не общего зачета)	—	3	4	5	5	7

После прохождения всех зон, дети выстраиваются вдоль дороги, и дается старт кросса для взрослых. Заканчивается праздник на спортивной площадке общим флешмобом



Догонялки с дракошей





Фестиваль бега «Все на кросс!»





Фестиваль бега «Все на кросс!»



МДОУ «Детский сад «Рябинка»

**Хочешь быть здоровым-бегай!
Хочешь быть красивым-бегай!
Хочешь быть умным-бегай!**

