Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 25 «Рябинка»

Проект по реализации образовательной области «Физическое развитие» во второй группе раннего возраста «Малыши – крепыши»





Разработали и провели воспитатели:
Сафронова Оксана Николаевна
Трегубова Марина Ивановна
Инструктор по физической культуре:
Ашихмина Светлана Васильевна



Бердск 2023

Паспорт проекта

Тема проекта: «Малыши – крепыши»

Продолжительность проекта: долгосрочный (январь 2023 – апрель 2023)

Участники проекта: дети второй группы раннего возраста, воспитатели группы, инструктор по физической культуре, родители

Проблема: У детей мало сформированы основы здорового образа жизни, не до конца сформированы культурно-гигиенические навыки. Родители недостаточно уделяют внимание физическому развитию детей, воспитанию культурно-гигиенических навыков, не делают дома зарядку, не проводят закаливающие процедуры.











Цель: формирование основ здорового образа жизни у детей раннего дошкольного возраста.

Задачи:

- укреплять и охранять здоровье детей;
- сформировать навыки здорового образа жизни;
- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно – оздоровительной работы;
- начать работу с Су-Джок мячиками;
- привлечь родителей к активному участию в проекте;
- провести родительское собрание «Будем здоровы»
- провести спортивный праздник «Путешествие с Лунтиком»









Ожидаемый результат:

- у детей сформированы начальные представления о здоровом образе жизни;
- усовершенствованы навыки самостоятельности у детей при соблюдении культурно – гигиенических процедур;
- дети заинтересованы в Су-Джок терапии;
- пополнение развивающей предметно-пространственной среды – картотека «Виды спорта», Су-Джок шары;
- родители имеют представления о значимости совместной двигательной деятельности с детьми;
- проведение родительского собрания «Будем здоровы»
- проведение спортивного праздника «Путешествие с Лунтиком»







Формирование культурно – гигиенических навыков











Утренняя гимнастика













Занятия по физической культуре









Су-Джок терапия









Дыхательная гимнастика







Огород на подоконнике









Занятия физической культурой на улице



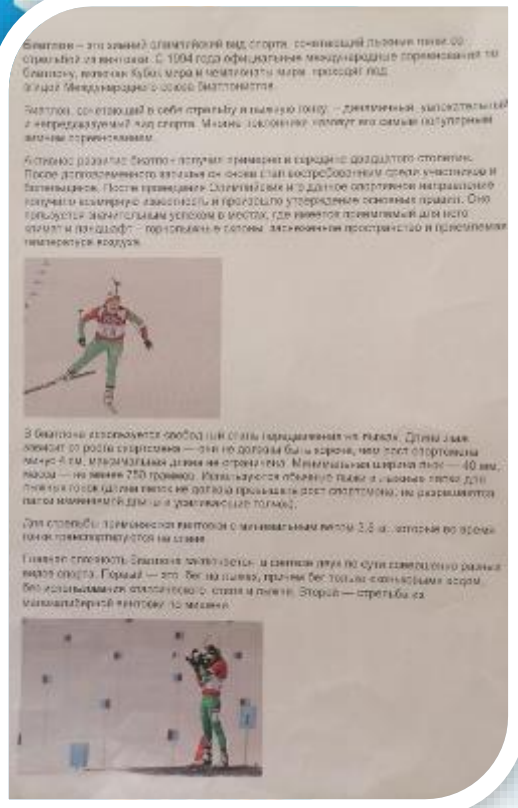


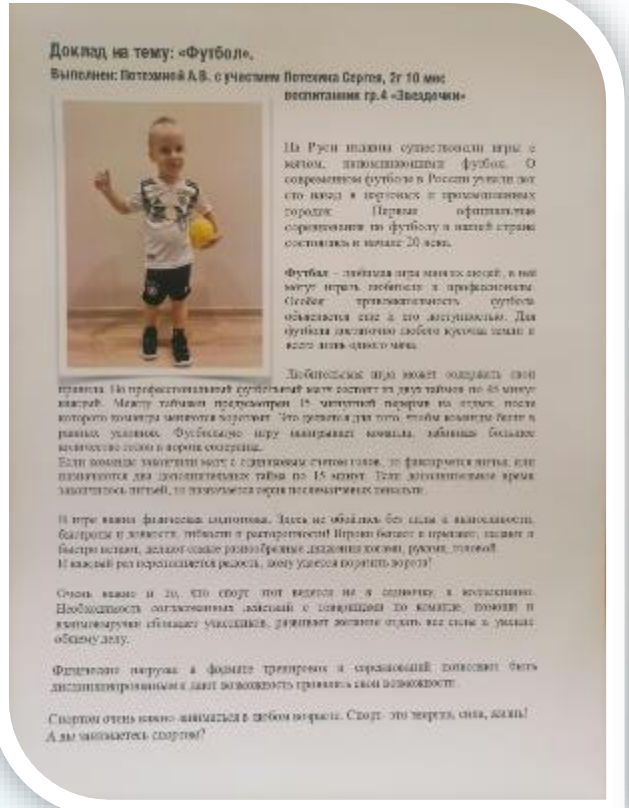


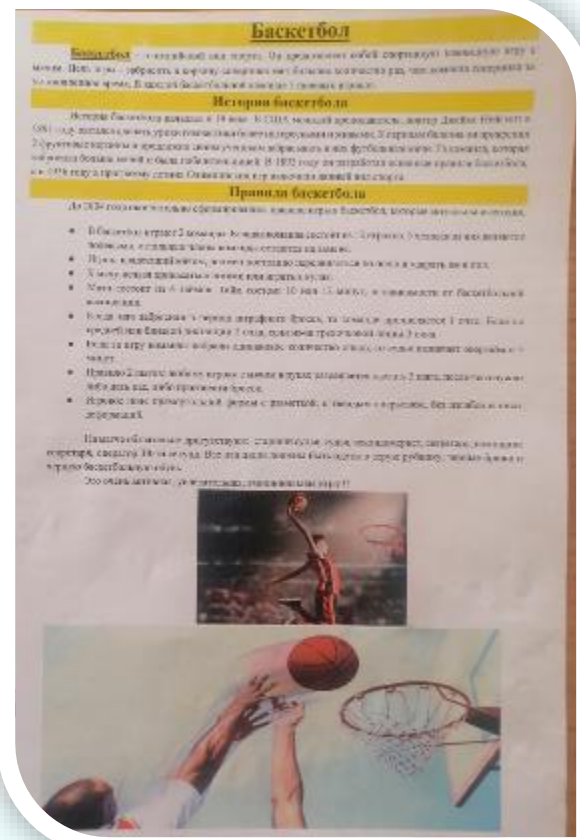


Работа с родителями

Картотека «Любимый вид спорта нашей семьи»











ВЕЛОСПОРТ

Название «велосипед» произошло от двух латинских слов «velocitas» - быстрый, скорый и «pes (pedis)» - стопа, что в дословном переводе на русский язык означает «быстрая стопа».

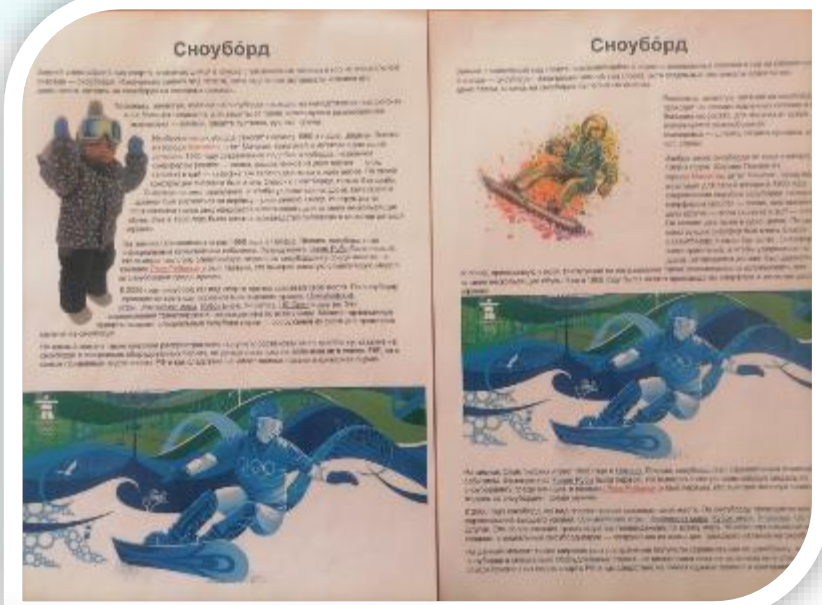
Велоспорт — это вид спорта, в котором велосипед используется как средство достижения победы на соревнованиях. Где от велосипедиста требуется отличная спортивная подготовка и надежный велосипед.

Велосипедный спорт начинает свое развитие с появлением в 1800 г. велосипеда, сделанного крепостным слесарем Ефимом Михеевичем Артамоновым. Он проехал на своем изобретении от Нижнего Тагила до Москвы. Свое изобретение Ефим Михеевич удостоился показать Его величеству Александра I, а был освобожден от крепостничества. Получив от императора 25 рублей отправился на своем самокате обратно к своей город продолжать совершенствовать свое изобретение.
Далее велосипеды совершенствовались и обретали известные современному человеку формы, добавлялись новые элементы, улучшающие его проходимость мягкость и скорость. Что и позволило со временем организовать соревнования в езде на этих уникальных машинах.
На сегодняшний день существует множество видов соревнований на велосипеде. Это гонки на треке, шоссе и в горах, велосипедный кросс и туризм, триалсайк и BMX и т. д.

Трек- вид велосипедного спорта, который входит в программу олимпийских игр. Гонки на треке проводятся в специально оборудованных спортивных сооружениях (велотреках и велодромах), обустроенных по олимпийским стандартам.

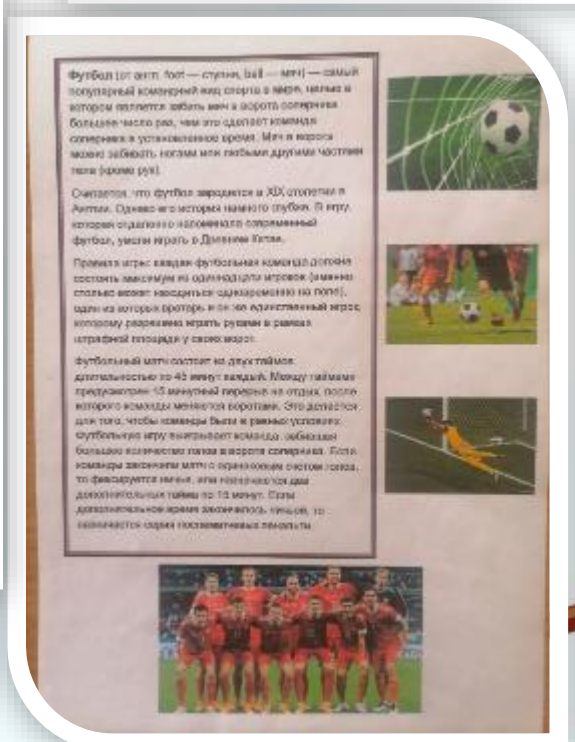
Шоссейный велоспорт-это самый популярный вид в велосипедном спорте и та основа, с которой велосипед вообще начинался. Гонки на длинные дистанции по трассе с различным покрытием и рельефом, а также погодные условия могут стать дополнительным препятствием для гонщиков.

Маунтинбайк (горный велосипед) - вид велосипедного спорта, который появился в 80 годах в США на базе горных видов велосипедов с более мощной рамой, большим дорожным просветом, широкими покрышками с высоким протектором, предназначенных для езды в горной местности. Трамплины, каменные и скальные участки – часть всего того, что ждет маунтинбайкеров. В соответствии с дисциплиной в горном велоспорте используются разные по конструкции велосипеды, но для обладателя, впрочем, отличия будут заметны не сразу.



Сноубо́рд

Сноубо́рд



Футбол (от англ. foot — стопа, ball — мяч) — самый популярный командный вид спорта в мире, целью в котором является забить мяч в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Мяч в ворота можно забивать ногами или любыми другими частями тела (кроме рук).

Считается, что футбол зародился в XIX столетии в Англии. Однако его история намного глубже. В игру, которая отдаленно напоминала современный футбол, умели играть в Древнем Китае.

Правила игры: каждая футбольная команда должна состоять максимум из одиннадцати игроков (именно столько может находиться одновременно на поле), один из которых вратарь и он чей единственный игрок, которому разрешено играть руками в рамках штрафной площади у своих ворот.

Футбольный матч состоит из двух таймов, длительностью по 45 минут каждый. Между таймами предусмотрен 15-минутный перерыв на отдых, после которого команды меняются воротами. Это делается для того, чтобы команды были в равных условиях. Футбольную игру выигрывает команда, забившая большее количество голов в ворота соперника. Если команды закончили матч с одинаковым счетом гола, то фиксируется ничья, или назначаются два дополнительных тайма по 15 минут. Если дополнительное время закончилось ничьей, то назначается серия послематчевых пенальти.







Работа с родителями «Зарядка с мамой»









Родительское собрание «Будем здоровы»











Спортивный праздник «Путешествие с Лунтиком»













Будьте здоровы!





