

Введение. Издавна на Руси существовали народные традиции здоровьесбережения и здоровьесозидания.

Это и народные подвижные игры, и народные праздники с хороводами, песнями и состязаниями на ловкость, быстроту, силу, и народные забавы- перетягивание каната, «кулачные бои», метание булавы.

Многие из них не только не «устарели», но и прочно вошли как часть активного спортивного отдыха в повседневную жизнь как взрослых, так и маленьких граждан России. Кроме того, некоторые народные забавы, например, «кулачные бои» стали прототипом современного вида спорта: «вольная борьба». А «такой вид спорта, как «прыжки в дину» «родился» из традиции состязаний в перепрыгивании через костер юношей и девушек в праздник «Ивана-Купалы».

Приобщая дошкольников к народным спортивным традициям, мы не просто развиваем физические качества детей, а закладываем фундамент здорового стиля жизни и основ нравственности будущего поколения граждан нашей страны.

Цель проекта. Развитие у дошкольников культуры и мотивации ЗОЖ через приобщение к народным спортивным традициям.

Задачи проекта:

- систематизировать у воспитанников представление о том, что здоровье – главная ценность человеческой жизни;
- развивать представления о спорте, его видах, о здоровом образе жизни;
- развивать представления о народных традициях здоровьесбережения и здоровьесозидания через знакомство дошкольников с народными спортивными забавами, народными подвижными играми, праздниками и развлечениями;
- развивать желание заниматься физкультурой и беречь свое здоровье;
- создать условия для взаимодействия с семьями воспитанников на основе семейных спортивных традиций;
- развивать творческие способности детей;
- развивать личностные качества: познавательную, творческую, двигательную и игровую инициативу дошкольников;
- развивать коммуникативные способности и эмоциональную сферу детей;
- поддерживать самостоятельность детей в соблюдении правил и норм здорового образа жизни.

СХЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

| План | Задачи |
|--|---|
| Подготовительный этап | |
| <ol style="list-style-type: none">1. Подбор и изучение литературы и методического материала по данной проблеме2. Привлечение родителей для участия в проекте;3. Подбор консультационного материала для родителей;4. Подборка дидактического материала;5. Подбор атрибутики, оборудования, презентаций, видеоматериалов для реализации проекта;6. Подборка ООД по реализации проекта | Обновление РППС в соответствии с задачами и интересами детей. |
| Основной этап | |
| ООД <ol style="list-style-type: none">1. Познавательная-исследовательская деятельность: Интеллектуальная викторина «Спортивные традиции на Руси».2. ИЗО деятельность. Рисование «Мы любим зимние виды спорта»3. Коммуникативная деятельность. Развитие речи. Составление описательного рассказа по картине «Зимние забавы»;4. Коммуникативная деятельность. Развитие речи. Беседы, ситуативное общение:<ul style="list-style-type: none">- «Спорт и спортсмены»,- «Движение – основа жизни»,- «Герои спорта нашего города и страны»,- «Советы доктора Айболита»,- «В какие игры играли наши бабушки»,- «Праздник спорта - олимпиада»- «Какие спортивные секции есть в нашем городе?» «Какие вы посещаете?» | <ol style="list-style-type: none">1. Создать условия для познавательной-исследовательской деятельности дошкольников, развивать представления о народных традициях здоровьесбережения через презентацию детских исследовательских проектов.2. Выразить эмоциональное отношение к зимним видам спорта.3. 4. Развивать связную речь детей, творчество в речевой деятельности посредством использования пословиц, поговорок, новых спортивных терминов, составления загадок о зиме и народных спортивных забавах и спорте; развивать представления о народных традициях здоровьесбережения. |

СХЕМА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

| План | Задачи |
|--|---|
| Основной этап | |
| ООД 5. ИЗО-деятельность. Лепка «Любимый вид спорта». 6. Двигательная деятельность. Конкурс «Физкультминутки», конкурс народных подвижных игр, «Час игры», «Тропа здоровья» (авторские игровые технологии – Мамлева Н. А., инструктор по ФК) | 5. Дать возможность детям выразить свое эмоциональное отношение к любимому виду спорта, развивать творческие способности; 6. Разучивание новых народных подвижных игр; развитие двигательных способностей дошкольников; привлечение родителей к участию в проекте посредством авторской игровой технологии «Час игры», диссеминация педагогического опыта физического воспитания детей в детском саду и семье, развитие семейных спортивных традиций, оптимизация детско-родительских отношений. |
| Заключительный этап | |
| 1. Встреча с чемпионкой мира 2017-18 гг. по вольной борьбе 2. Создание фото-альбома «Наша спортивная семья» и презентация его в сетевых сообществах семей воспитанников и интернет-портале сайта МБДОУ. | 1. Развитие у дошкольников желания заниматься физкультурой и беречь свое здоровье, показать достижения спортсменов в профессиональном спорте; 2. Развитие семейных спортивных традиций, оптимизация детско-родительских отношений, диссеминация педагогического опыта физического воспитания детей в семье. |

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

Наблюдая за дошкольниками в их повседневной жизни в детском саду, мы отметили, что:

- У дошкольников расширился кругозор: они рассказывают о народных традициях здоровьесбережения, о спортивных традициях своей семьи, спортсменах, видах спорта и др.;
- Лексикон дошкольников пополнился новыми пословицами, поговорками о спорте, новыми спортивными терминами;
- Дети с желанием занимаются занятиями физической культурой;
- Дошкольники самостоятельно организуют сюжетно-ролевые и народные подвижные игры по тематике совместных с педагогом и мероприятий.
- Дошкольники самостоятельно, без напоминаний взрослого соблюдают культурно-гигиенические правила.
- Возросла активность родителей воспитанников в подготовке и реализации совместных мероприятий с детьми по развитию у детей ценностей здорового образа жизни.

Взаимодействие с инструктором ФК



«Катание на лошадях»



«Спортивная викторина»



«Веселый хоккей»



Игра в «Снежки»



Русская забава
«Перетягивание каната»

Взаимодействие с музыкальным руководителем



Русская народная игра
«Как на тоненький ледок»



Русская народная игра
«Ворон»



Русская народная игра
«Ручеёк»



Встреча с чемпионкой мира 2017-18 гг., неоднократным призером чемпионатов мира и Европы, мастером спорта международного класса -
Николаевой Дарьей Юрьевной



Дарья Юрьевна познакомила детей с некоторыми элементами борьбы, а так же показала свои медали и дала возможность детям почувствовать себя в роли чемпионов, надев им свои золотые медали.