

# Реализация проекта по физической культуре «Весёлые лыжники»

**Татьяна Юрьевна  
Бобровская**



инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад  
№ 34 Колокольчик»

**г.Лесосибирск**

## Актуальность

---

*...Здоровью моему полезен  
русский холод...*

*А.С.Пушкин.*

# Проблемы:

- Повышение уровня сезонной простудной заболеваемости.
- Возникновение потребности в здоровом образе жизни, а также занятий физической культурой и спортом на улице.

# Идея

- Создание взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с семьей, которое позволит добиться успешного освоения дошкольниками основ начальной лыжной подготовки и приобщения к зимним видам спорта.

# Цель

- Формирование у дошкольников элементарных умений и навыков по лыжной подготовке, через создание мотивации у субъектов образовательного процесса (детей, родителей) к занятиям лыжной подготовкой и представления о зимних видах спорта, истории появления лыж.

# Задачи для детей

- Усвоить знания о лыжных видах спорта, истории появления лыж.
- Освоить элементарные навыки лыжной подготовки: строевые упражнения с лыжами; ступающий шаг; скользящий шаг, добиваясь переноса веса тела с одной ноги на другую, удлиняя шаг; повороты переступанием.
- Укрепить: дыхательную и сердечно – сосудистую системы; основные группы мышц ног, плечевого пояса, спины.
- Повысить уровень физической подготовленности.
- Сформировать потребность в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физической культурой на улице (ходьба на лыжах, катание на коньках, санках, игры и др.).

# Задачи для родителей

- Приобрести знания по начальной лыжной подготовке детей старшего дошкольного возраста.
- Создавать условия для закрепления у детей умений и навыков разученных способов передвижения на лыжах, приобретенных на занятиях в детском саду.
- Принимать активное участие в спортивных мероприятиях ДОУ.

# Задачи для педагога

- Изучить методическую литературу по лыжной подготовке для детей дошкольного возраста.
- Разработать планирование по лыжной подготовке.
- Способствовать активному вовлечению родителей и педагогов в совместную деятельность с детьми по приобщению к занятиям лыжной подготовки и здоровому образу жизни.

# Ожидаемые результаты

- Оздоровление и закаливание детского организма. Снижение сезонной простудной заболеваемости.
- Приобретение умений и навыков начальной лыжной подготовки для их дальнейшего совершенствования в школе.
- Вовлечение родителей в создание благоприятных условий для ребенка на занятиях лыжной подготовки в детском саду и дома.

# Учаснікі праекта



# **Сроки реализации.**

# **Этапы реализации. Мероприятия.**

**Продолжительность реализации проекта 2 года**  
(старшая и подготовительная группы).

## **Подготовительный этап**

- Подготовка инвентаря, знакомство детей с лыжным инвентарем, изучение методической литературы.
- Разработка проекта.
- Проведение инструкций для детей о безопасности во время занятий лыжной подготовкой.
- Повышение мотивации детей к занятиям лыжной подготовкой через беседы; просмотр презентаций, телепередач, видеороликов, плакатов).





## Основной этап

### Реализация календарного плана работы

- Непосредственно образовательная деятельность на свежем воздухе 1 раз в неделю для каждой группы – 25-30 мин.
- Тематические экскурсии на лыжах – походы в лес на территории детского сада (зона парка) – 2 раза в месяц.
- Физкультурные праздники и развлечения на улице.



# Рефлексивный этап

- Анализ уровня сезонной заболеваемости детей старших и подготовительных групп.
- Мониторинг уровня освоения детьми разученных способов передвижения на лыжах.
- Создание видеофильма «Весёлые лыжники», проведение родительских собраний, индивидуальных консультаций для родителей.
- Участие во Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России».

# Риски

- Негативное отношение родителей к занятиям по лыжной подготовке в детском саду.
- Нежелание ребенка ходить на лыжах.
- Неблагоприятные погодные условия.

# Ресурсы

- Педагоги, узкие специалисты, медицинский персонал.
- Методические разработки.
- Материально – техническое оснащение.