

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

«РАЗВИТИЕ ДВИЖЕНИЙ НА ПРОГУЛКЕ ЗИМОЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ».

Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение «Детский сад № 41 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей»

Телефон: 2669733

По продолжительности (с 04.02-15.02 2019 г.)

Автор проекта: воспитатель Сидун Светлана Николаевна

г. Красноярск 2019 г.

## ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

Проблема. Как повысить двигательную активность на прогулке зимой и укрепить здоровье детей.

Актуальность.

Актуальной проблемой является совместная работа по физическому развитию с детьми старшей группы воспитателя и инструктора по физической культуре. Согласно плану работы с детьми старшей группы инструктора по физической культуре применение во время проведения прогулки подвижных игр и физических упражнений на развитие и укрепление физического здоровья детей. Во время игр и упражнений на прогулке закрепляются освоенные на занятиях основные виды движений и спортивные упражнения. В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе в значительной степени зависит от правильной организации их деятельности, от создания необходимых условий для физических упражнений, веселых игр и развлечений. Давно замечено, что дети, много двигающиеся, хорошо развиты физически, менее восприимчивы к болезням. Сочетание движений с воздействием свежего воздуха является эффективным средством закаливания детей.

Цель проекта.

Повышение двигательной активности на прогулке зимой и укрепление физического здоровья детей.

Задачи.

- Согласно комплексно – тематическому планированию образовательной деятельности в старшей группе и плана работы с детьми старшей группы инструктора по физической культуре составить план прогулок на две недели февраля (с 04.02 - 15.02. 2019 г.).
- Повысить двигательную активность детей во время прогулки за счет свободного использования физкультурных пособий, атрибутов изготовленных руками родителей и детей.
- Укреплять здоровье через приобщение к элементам зимних видов спорта, играм и забавам на воздухе.
- Формировать основы здорового образа жизни.
- Привлечь родителей к участию в проектной деятельности.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.

Во время проведения прогулок дети стали активными, подвижными снизилась заболеваемость по ОРВИ.

Повысился интерес детей к играм зимних видов спорта, играм и забавам на воздухе с использованием физкультурных пособий и сделанных атрибутов к подвижным играм.

## ЭТАПЫ ПРОЕКТА

### 1 этап

- Подбор и изучение методической литературы по физическому воспитанию и методики организации деятельности детей на прогулке. Старшая группа.
- Подобрать наблюдения, подвижные игры и игровые упражнения, художественное слово и составить план прогулок на две недели февраля (с 04.02-15.02.).
- Приобретение клюшек, шайб, лопаток, веревочки, ледянок.
- Изготовление атрибутов к подвижным играм (медальоны, вожжи, мячи.)
- Написать проект «Развитие движений на прогулке зимой в старшей группе».

### 2 этап

- Проведение прогулок.
- Спортивное развлечение во время прогулки совместно с родителями.

### 3 этап

- Предоставление опыта работы методического материала по планированию прогулок на две недели февраля в старшей группе на педагогическом совете.

## Планирование прогулок в старшей группе на две недели февраля (с 04.02-15.02 2019 г.)

### Прогулка 1

#### Наблюдение за увеличением продолжительности дня

Цели: формировать представление о феврале как о заключительном месяце зимы; формировать умение устанавливать связь между продолжительностью дня и ночи и освещенностью.

Вместе с детьми наблюдаем за зимним солнцем. Солнце поднимается выше, становится ярче, а воздух – теплее. Происходит прибавка светового дня (чем выше солнце, тем день длиннее).

**Пословица:** «Январь к концу месяца – два часа прибавило».

#### Загадка:

В этот месяц, что ни год, день и ночь метель метет – замечает путь-дорогу, вкривь и вкось ее ведет. (Февраль.)

Дидактическая игра «Скажи слово с нужным звуком».

Подвижная игра «Стоп!».

(Приложение 1)

#### Определение погоды по приметам февраля

Понаблюдать народные приметы в природе: «Февраль солнце на лето поворачивает», «Два друга – метель да вьюга», «Небо звездистое – к поздней весне».

Зимняя забава «Метелица».

(Приложение 1)

Труд на участке. Лепка из снега снеговиков и снежных баб.

### Прогулка 2

#### Наблюдение за снегом на ветках

Цели: познакомить с видами помощи людей растениям в зимних условиях; воспитывать эстетическое видение природы, стремление беречь ее.

**Примета:** в феврале много инея на деревьях – будет много меда.

Стихотворение «Варежки на ветках».

(Приложение 1)

Подвижная игра «Охотники и зайцы».

(Приложение 1)

Игровое упражнение «Точный пас».

Играющие разбиваются на пары, в руках у каждого ребенка клюшка. У одного ребенка в паре также в руках шайба.

Катание детей с горки на ледянках.

### **Прогулка 3**

#### **Наблюдение за метелью**

Цели: развивать умение самостоятельно распознавать и называть снегопад, поземку, мороз, вьюгу, иней; формировать умение сравнивать эти явления, находить сходства и различия.

Предлагаю детям понаблюдать метель с веранды или из окна; прислушаться к завыванию ветра, обратить внимание детей на то, что ветер поднимает снег в воздух, кружит, переносит с места на место, наметает из него сугробы. Во время наблюдения метели прочитайте стихотворение А.С. Пушкина:

Буря мглою небо кроет, вихри снежные крутя,  
То как зверь она завоет, то заплачет, как дитя...

#### **Опыт «Вода и снег».**

Цель: закрепить знания о различных состояниях воды.

Ход опыта. Внести в группу снег и лед – где вода быстрее растает? В одно ведерко поместить рыхлый снег, во второе – утрамбованный, в третье – лед.

Вывод: рыхлый снег растает первым, затем – утрамбованный, лед растает последним.

**Приметы:** облака движутся против ветра – к метели; сорока лезет под крышу – будет метель.

#### **Загадка.**

Лечу, кручу, на весь мир ворчу. (Метель.)

Подвижная игра «Мороз Красный нос»

(Приложение 1)

Зимняя забава «Метелица».

### **Прогулка 4**

## **Наблюдение за зимующими птицами у кормушек**

Цели: расширять представления о зимующих птицах у кормушек; обогащать словарный запас.

Вместе с детьми понаблюдать за птицами, прилетающими к кормушкам. Кто из птиц прилетал? Какой корм едят разные птицы? Особенности поведения воробьев и синиц. Пение птиц зимой (синички, воробья).

**Приметы:** утром ворона сидит на макушке дерева и каркает – к вьюге; если синички с утра начинают пищать – ночью бывает мороз.

**Стихотворение: «Кормушки».**

Сделаем кормушки, насыплем зернышки –

Пусть не голодают зимой воробышки.

Трудовое поручение: насыпать корм для птиц в кормушки.

Игра «Поездка на тропический остров».

Подвижная игра «Мышеловка»

(Приложение 1).

Игровое упражнение «Забей шайбу в ворота».

## **Прогулка 5**

### **Наблюдение за снежным покровом**

Цели: закреплять представления о снеге как особом состоянии воды; развивать умение определять первые признаки весны.

Обращаю внимание детей на изменения снежного покрова на участках: снег стал более рыхлым, мягким, хорошо лепится, из него можно сделать снеговиков; появляются первые проталины, по всем приметам чувствуется приближение весны. Вечером стало холоднее, на снегу образовалась твердая корочка – наст.

**Поговорки и пословицы:** «Февраль переменчив: то январем потянет, то мартом проглянет»; «Февраль и теплом приласкает, и морозом отдубасит».

**Стихотворение:**

Дуют ветры в феврале, воют в трубах громко,

Змейкой мчится по земле легкая поземка.

Дидактическая игра «Кто где живет?»

Подвижная игра «Снежная баба».

(Приложение 1)

Зимняя забава «Метко в цель».

Спортивное развлечение вместе с родителями.

## **Прогулка 6**

### **Наблюдение за облаками**

Цели: продолжать знакомство с неживой природой, с ее явлениями; развивать связную речь.

Предлагаю детям понаблюдать за тем, как ветер гонит облака по небу, отметить количество и форму облаков, направление их движения.

**Приметы:** облака идут низко – к снегопаду; облака или тучи быстро движутся – к ясной погоде.

Игра «Морское путешествие».

Подвижная игра «Море волнуется раз».

(Приложение 1)

Игровое упражнение «Кто дальше бросит» (метание снежков на дальность).

Труд на участке. Подгрести снег под деревья и кусты.

## **Прогулка 7**

### **Наблюдение за небом, луной.**

Цели: развивать умение наблюдать, анализировать, сравнивать, выделять характерные, существенные признаки явлений природы.

**Приметы:** красноватое небо к вечеру, а утром сероватое, обещает добрую погоду; небо кажется высоким – к вёдру.

### **Загадки:**

Ночью по небу гуляю, тускло землю освещаю,

Скучно мне одной. А зовут меня ... (Луной.)

Голубой платок, золотой клубок

По платку катается, людям улыбается. (Небо, солнце.)

Подвижная игра: «Что мы видели, не скажем, а что делали – покажем», «Охотники и зайцы».

(Приложение 1)

Катание друг друга на санках поочередно.

Труд на участке. Уборка дорожек от снега.

## **Прогулка 8**

### **Наблюдение за ветром и снегом**

**Цели:** Обучать устанавливать связь между ветром и формой сугробов; продолжать знакомство со свойствами снега.

Обратить внимание детей на форму сугробов. Почему глубина снега в разных местах разная? Измерить условной меркой (метровой физкультурной палкой с сантиметровыми насечками) глубину сугробов до и после снегопада. Почему в одних местах снег глубокий, а в других его почти нет?

Опыт «Свойства снега».

Цель: продолжать знакомство со свойствами снега.

Ход опыта. В морозный день предложить детям вылепить снежки. Какой снег? (Белый, пушистый, холодный, плохо лепится.) Принести снег в группу и снова предложить детям вылепить снежки. Почему снег стал липким? (Снег немного подтаял.)

**Поговорка.** Сугроб да вьюга – два друга».

### **Загадка.**

Скачет по улице то взад, то вперед,

Воет, гудит и деревья трясет. (Вьюга.)

Зимняя забава «Снежная карусель».

Игровые упражнения: «Пас друг другу», «Кто быстрее до флажка».

## **Прогулка 9**

### **Наблюдение за ветром**

Цель: Познакомить с таким природным явлением как ветер, причинами его возникновения; обогащать представления о природе.

Понаблюдать вместе с детьми, откуда дует ветер. Определить его силу по качающимся веткам деревьев: сильный ли ветер, откуда дует ветер. Что такое «ветер»?

**Приметы:** безоблачно, ветер северный – морозы усилятся; ветер вдруг подул зимой с северной стороны – к большим холодам.

### **Загадка.**



Гнет к земле деревья, тучи нагоняет,  
Пыль с дороги темной нам в лицо бросает.

И в реке, и в море волны поднимает.

Кто о нем загадку, дети, отгадает? (Ветер.)

Дидактическая игра «Кто (что) летает?»

Цель: закреплять знания детей о животных и птицах.

Строительство из снега силуэта подводной лодки.

Игра «Путешествие на подводной лодке».

(Приложение 1)

Игры по желанию детей.

## **Прогулка 10**

### **Рассматривание почек на деревьях**

Цели: формировать представления о приспособлении растений к зиме; развивать наблюдательность в процессе ознакомления с явлениями природы.

Понаблюдать с детьми за растениями. На деревьях и кустарниках найти плотно прижатые к ветвям почки растений, в которых заложены зачатки будущих побегов, цветков и соцветий. Сверху почка покрыта чешуйками. Чешуйки разные: одни покрыты мягким пушком или воском, другие пропитаны смолистым веществом. У различных растений почки разные по цвету, величине, форме. У сирени – самые большие, у березы – поменьше, у ивы – удлиненные, у вяза – маленькие, похожие на узелок.

### **Загадка.**

Эти маленькие бочки распечатает весна,

А пока в них спят листочки и растут во время сна. (Почки.)

**Примета:** иней на деревьях – к морозу.

Труд на участке. Очистка построек от снега.

Дидактическая игра «Где я был?».

Подвижные игры: «Мороз Красный нос», «Стоп!».

Игровое упражнение «Метко в цель».

**Выносной материал:** лопатки, метла, Корм для птиц, ведёрки, медальоны для подвижных игр, клюшки, шайбы, ледянки, мячи сшитые из ткани, обручи, флажки, кегли, веревочка, вожжи. Атрибуты для игр: «Путешествие на подводной лодке», «Поездка на тропический остров».

### **Ресурсное обеспечение проекта.**

- Информационное:

1. Вавилова Е. Н. Укрепляйте здоровье детей: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1986.
2. Васюкова Н.Е., Родина Н.М. Комплексное планирование образовательной деятельности с детьми 5-6 лет. Еженедельное интегрированное содержание работы по всем образовательным областям. М.: ТЦ Сфера, 2015.
3. Кобзева Т. Г., Александрова Г. С. Организация деятельности детей на прогулке. Старшая группа. Волгоград: Учитель, 2015.
4. Осокина Т.И. и др. Игры и развлечения детей на воздухе. М.: Просвещение, 1983.
5. Парамонова Л.А. Истоки: Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. М.: ТЦ Сфера, 2015.
6. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.

- Материальное обеспечение:

Реализация проекта осуществляется силами воспитателей и родителей воспитанников (изготовление атрибутов к подвижным играм: вожжи, мячи из ткани, бинокли, флажки, медальоны для подвижных игр, клюшки, шайбы, лопатки, веревочка, ведра, ледянки.)

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ, ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ЗАБАВЫ.

### **Подвижная игра «Охотники и зайцы».**

Из числа играющих выбирается охотник, остальные дети – зайцы. На одной стороне площадки отводится место для охотника, на другой – дом зайцев. Охотник ходит по площадке, делая вид, что ищет следы зайцев, а затем возвращается к себе в дом. Зайцы выпрыгивают из-за кустов и прыгают (на двух ногах, на правой или левой – кто как хочет) в разных направлениях. По сигналу: «Охотник!» - зайцы убегают в дом, а охотник бросает в них мячи (в руках у него 2-3 мяча). Зайцы, в которых он попал, считаются подстреленными, и он забирает их в свой дом. После каждой охоты на зайцев охотник меняется, но выбирается не из числа пойманных. Во избежание травм в данной игре лучше использовать самодельные мячи, сшитые из кусочков ткани.

### **Подвижная игра «Мороз Красный нос».**

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, играющие располагаются в одном из домов. Водящий – Мороз Красный нос становится посередине площадки лицом к играющим и произносит:

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Играющие отвечают хором:

Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз.

После слова «мороз» дети перебегают через площадку в другой дом, а водящий догоняет их и старается коснуться рукой, «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулись, и до окончания перебежки стоят не двигаясь. Воспитатель вместе с Морозом подсчитывает количество «замороженных». После каждой перебежки выбирают нового Мороза. В конце игры сравнивают, какой водящий Мороз заморозил больше играющих.

### **Подвижная игра «Мышеловка».**

Играющие распределяются на две неравные группы. Меньшая группа (примерно треть играющих) образует круг – мышеловку. Остальные дети изображают мышей и находятся вне круга.

Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,

Развелось их просто страсть.

Все погрызли, все поели,

Всюду лезут – вот напасть.

Берегитесь же, плутовки,

Доберемся мы до вас.

Вот поставим мышеловки,

Переловим всех за раз!

По окончании стихотворения дети останавливаются и поднимают сцепленные руки вверх. «Мыши» вбегают в мышеловку и тут же выбегают с другой стороны. По сигналу воспитателя: «Хлоп!» - дети, стоящие в кругу, опускают руки и приседают – мышеловка захлопнута. «Мыши», не успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они тоже становятся в круг (размер мышеловки увеличивается). Когда большая часть мышей будет поймана, дети меняются ролями, и игра возобновляется.

В конце игры воспитатель отмечает наиболее ловких мышей, которые ни разу не остались в мышеловке.

### **Русская народная игра «Снежная баба».**

Выбирается Снежная баба. Она садится на корточки в конце площадки. Дети идут к ней приговаривая:

Баба снежная стоит,  
Ночью дремлет, днями спит,  
Вечерами тихо ждет,  
Ночью всех пугать идет.

На эти слова Снежная баба просыпается и догоняет детей. Кого поймает, тот становится Снежной бабой.

### **Подвижная игра «Что мы видели, не скажем, а что делали – покажем».**

Водящий садится на скамейку в конце площадки. Оставшиеся дети договариваются, какие движения будут выполнять. Потом подходят к водящему. Он говорит: «Здравствуйте, дети! Где вы были, что вы делали?»

Дети отвечают: «Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем».

Если водящий отгадал выполняемое детьми движение, то выбирается новый водящий. Если не смог отгадать, он снова водит.

### **Подвижная игра «Меняемся местами».**

В центре площадки кладется длинный шнур. Дети делятся на две команды, каждая занимает свою половину площадки. По сигналу «Беги!» дети разбегаются по своей части площадки, а по сигналу «Меняйтесь!» команды меняются местами. Поощряется команда, которая в полном составе первой перебежала на другую сторону площадки, то есть поменяла свое место.

### **Подвижная игра «Стоп!».**

На одной стороне площадки стоят дети в одну линию, на другой, в обруче, - водящий. Он стоит спиной к играющим и говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай!». При этих словах дети шагают к водящему. Как только он произнес: «Стоп!», водящий поворачивается и смотрит на детей. Кто не успел остановиться, тот возвращается на линию. Игра продолжается до тех пор, пока кто-либо из играющих не встанет в обруч.

### **Подвижная игра «Море волнуется раз».**

С помощью считалки выбирается водящий. Он отворачивается и говорит:

«Море волнуется раз,  
Море волнуется два,  
Море волнуется три,  
Морская фигура на месте замри!».

Игроки в это время раскачиваются и кружатся, расставив руки в стороны. При слове «замри», замирают в позе, изображая любой предмет или животное, имеющие отношение к морской тематике. Это могут быть: краб, акула, пират, чайка и т. д.

Далее ведущий подходит к кому-то из игроков и дотрагивается до него «оживляя» фигуру. Игрок начинает двигаться, показывает свое «представление» так, чтобы ведущий узнал что за фигуру изображает игрок тот, кто изобразит наименее – похоже, становится «водящим» и игра начинается сначала.

#### **Зимняя забава «Снежная карусель».**

Взявшись за руки, дети образуют круг вокруг снеговика и изображают снежинки. По сигналу воспитателя они идут сначала медленно, потом все быстрее, в конце концов бегут. После того, как играющие пробегут несколько кругов, ведущий говорит: «Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону». Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться в противоположном направлении. Сперва они двигаются медленно, потом темп увеличивается, пока воспитатель не скажет: «Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю». Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и опускают руки.

#### **Зимняя забава «Метелица».**

Все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первой стоит воспитательница – она метелица. Она медленно пробегает между снежными постройками, валами, змейкой или обегает их, ведя за собой детей. Ребята стараются не разорвать цепочку и не наткнуться на предметы.

#### **Игровое упражнение «Метко в цель».**

Играющие выстраиваются шеренгой, на расстоянии 4 м от них воспитатель ставит цветные кегли. По команде педагога дети метают снежки, стараясь сбить кегли. Затем подходит вторая группа детей и также выполняет броски по цели.

#### **Игровое упражнение «Точный пас».**

Играющие разбиваются на пары, в руках у каждого ребенка клюшка, у одного ребенка в паре также в руках шайба. Дети встают на расстоянии 2-2,5 м друг от друга и перебрасывают шайбу плавными, несильными движениями, чтобы она точно попадала на клюшку партнера.

#### **Игра «Путешествие на подводной лодке»**

Моряки отправляются в плавание, наблюдают за морскими обитателями из иллюминаторов, опускаются в скафандрах на дно моря. Команда работает дружно. На судне есть командир, матросы, кок, врач, механики.

#### **Художественное слово.**

Стихотворение «Варежки на ветках».

Как птица в оперенье ледяном,

Бушует ветер злой в краю лесном.

Мерзнут у сосны и елки

Пальчики-иголки...

Удалой снежок примчал,

Всем им варежки связал,  
Вы не видели, ребята,  
Этих варежек мохнатых?  
К.Назыров