

Образовательный физкультурный проект для детей 3–4 лет

«В гостях у Айболита»

Предмет: Физическая культура

Возрастная группа: 3–4 года (дошкольники)

1. Актуальность проекта

Формирование у детей младшего дошкольного возраста интереса к физической активности, развитие двигательных навыков и воспитание бережного отношения к здоровью являются важнейшими задачами дошкольного образования.

Использование игровой формы и знакомых персонажей (Айболит) способствует более эффективному усвоению материала и формированию положительной мотивации к занятиям физической культурой.

2. Цель проекта

Сформировать у детей 3–4 лет основы здорового образа жизни и развить основные физические качества через игровую деятельность с персонажем Айболитом.

3. Задачи проекта

- Познакомить детей с элементарными правилами сохранения здоровья.
 - Развивать координацию движений, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
 - Формировать навыки командной работы и взаимопомощи.
 - Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.
-

4. Сроки реализации

1 неделя (5 занятий по 20–25 минут)

5. Планируемые результаты

Предметные результаты

- Дети выполняют простейшие упражнения на развитие основных двигательных качеств.
- Знают элементарные правила гигиены и здорового образа жизни.

Метапредметные результаты

- Умеют работать в паре и группе.
- Проявляют инициативу и самостоятельность в игровой деятельности.

Личностные результаты

- Проявляют интерес к занятиям физической культурой.
 - Формируют положительное отношение к здоровому образу жизни.
-

6. Содержание проекта

День 1. Знакомство с Айболитом

Цель: Вызвать интерес к проекту, познакомить с персонажем, обсудить, почему важно быть здоровым.

- Беседа «Кто такой Айболит?»
- Игра-эстафета «Айболит спешит на помощь» (бег, ходьба, прыжки)
- Итог: обсуждение, почему важно заниматься физкультурой

День 2. Айболит лечит зверят

Цель: Развивать координацию движений, учить заботиться о себе и других.

- Разминка: «Зверята проснулись» (имитация движений животных)
- Подвижная игра «Помоги Айболиту» (переносить «лекарства» — кубики)
- Итог: закрепление правил личной гигиены

День 3. Весёлая зарядка с Айболитом

Цель: Формировать привычку к утренней гимнастике.

- Совместная зарядка с элементами сказки (наклоны, приседания, махи руками)
- Игра «Зверята делают зарядку» (повторять движения ведущего)
- Итог: обсуждение, зачем нужна зарядка

День 4. Айболит учит дружбе

Цель: Развивать командные качества, учить помогать друг другу.

- Разминка: «Айболит зовёт друзей»
- Эстафета «Помоги другу» (работа в парах)
- Итог: обсуждение, как важно помогать друг другу

День 5. Путешествие в лес к Айболиту

Цель: Обобщить знания, закрепить двигательные навыки.

- «Путешествие» по залу с преодолением препятствий (лазание, прыжки через обручи)
 - Итоговое обсуждение: что нового узнали, чему научились
-

7. Оборудование

- Мячи, кубики, обручи
 - Картинки с изображением Айболита и зверей
 - Атрибуты для эстафет
-

8. Критерии оценки эффективности

- Активное участие детей в играх и упражнениях
 - Проявление интереса к физической активности
 - Усвоение элементарных правил гигиены и здорового образа жизни
-

9. Формы подведения итогов

- Итоговое игровое занятие
 - Беседа-обсуждение с детьми
 - Наблюдение за динамикой двигательных навыков
-

10. Пример упражнений

- **Прыжки на двух ногах:** 5–7 повторений
 - **Перешагивание через препятствия:** 3–5 раз
 - **Метание мяча в цель:** 3 попытки
 - **Игра на координацию:** «Догони Айболита»
-

11. Безопасность

- Проведение инструктажа по технике безопасности перед занятием
 - Использование мягкого инвентаря
 - Наличие аптечки
-

12. Примечания

Проект адаптируется под особенности группы, уровень развития детей и наличие оборудования. Возможно привлечение родителей к итоговому занятию.

Проект разработан для использования в рамках образовательной деятельности по ФГОС ДО.