

Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Назаровская школа»

Проект: «Спортивные традиции моей семьи»

Автор-составитель:
Шиловская Р.А
учитель физической культуры

г.Назарово 2023г.

Необходимым условием для становления здорового народа, здоровой нации является формирование здорового образа жизни в семье. Семья в жизни человека занимает важное место. В семье человек растет, развивается, формируется его характер.

Актуальность:

Важную роль в формировании личности человека играют традиции семьи, а традиции, как всем известно, - это определенные обычаи и правила, которые закладываются, как по кирпичику, на протяжении длительного времени и передаются из поколения в поколение. Отсутствие традиций в семье ведет к разобщению людей, порою, даже самых близких. Семья, являясь наследницей и хранительницей традиций, больше всего воспитывает детей своим укладом жизни, пониманием необходимости не только хранить, но и умножать то, что досталось от предыдущих поколений.

Для полной гармонии в семье, необходимо устанавливать семейные традиции, связанные с физической культурой и спортом. Спортивные семейные традиции объединяют семью, делают дружной и крепкой. В такой семье вырастают достойные люди.

Совместные занятия спортом сближают детей и родителей, выявляют их общие интересы, поднимают настроение, содержат в здоровой физической форме тело и дух. Доказано, что движение и спорт способствуют развитию таких положительных качеств, как самостоятельность и самообладание, внимание и умение сосредотачиваться, находчивость и мужество. Несомненно, занятия спортом способствуют укреплению взаимоотношений в семье, воспитанию любви и уважения детей к родителям, к гармоничному развитию личности ребенка.

Именно поэтому возникла идея разработать и реализовать проект «Семейные традиции моей семьи». Проект направлен на знакомство детей и родителей со спортивными обычаями каждой семьи и передачу их из поколения в поколение, на пропаганду здорового образа жизни.

Цель проекта: создать условия для взаимодействия школы и семьи через приобщение к спортивным семейным традициям, традициям класса.

Задачи проекта:

1. Выявить уровень знаний учащихся, педагогов, родителей о спортивных традициях.
2. Сплотить учеников, педагогов и родителей единой творческой мыслью через изучение спортивных традиций семей, проведение спортивных праздников, создание новых традиций, приобщение к здоровому образу жизни.
3. Создать условия для совместной работы школы и семьи по обобщению спортивных семейных традиций.
4. Воспитывать уважение к членам своей семьи, бережное отношение к спортивным обычаям.
5. Развитие интереса к физической культуре и спорту.

В результате реализации проекта, ученики:

- знают спортивные традиции семей;
- научатся рассказывать о спортивных традициях и обычаях своей семьи, класса;
- активно включаются в процесс по созданию стенгазет, участвуют в спортивных праздниках.

Родители:

- проявляют интерес к деятельности класса, школы;
- знают о спортивных традициях других семей;
- активно участвуют в праздниках, конкурсах и других спортивных мероприятиях.

Срок реализации: краткосрочный.

Участники проекта:

- учащиеся школы;

-родители;

-педагоги.

Этапы реализации проекта

Этапы проекта	Мероприятия	Цель и содержание мероприятия	Результат
1 этап Подготовительный	Изучение методической литературы и интернет ресурсов	Повышение компетентности в вопросах проектирования	Стратегия реализации проекта
	Анкетирование родителей на тему: «Спорт в нашей семье»	Получение представления о значении спорта и спортивных традициях в семье	Анкеты, интерпретация результатов
	Опрос учащихся на тему: «Спортивные традиции моей семьи»	Получение представления о семейных спортивных традициях	Опрос, интерпретация результатов
2 этап Практический	Создание стенгазеты на тему: «Мы за спорт»	Формировать умение создавать стенгазеты, взаимодействие учащихся с родителями и педагогами	Выставка стенгазет
	Консультации для родителей «Утренняя гимнастика вместе с ребенком», «Роль семьи в физическом воспитании школьника», «Спорт и здоровый образ жизни»	Пропаганда здорового образа жизни	Консультации
	Проведение утренней зарядки	Развитие мотивации к	Утренняя гимнастика,

	для учащихся совместно с родителями и педагогами школы	выполнению утренней зарядки	выполненная совместно с родителями и педагогами школы
	Спортивный праздник «Семейные старты»	Сплочение детей и родителей, воспитание любви к физической культуре и спорту	Спортивный праздник для учащихся школы и их родителей
3 этап Итоговый	Оформление фотовыставки «Спорт в нашей семье»	Обобщение результатов проекта	Фотовыставка

Реализация проекта:

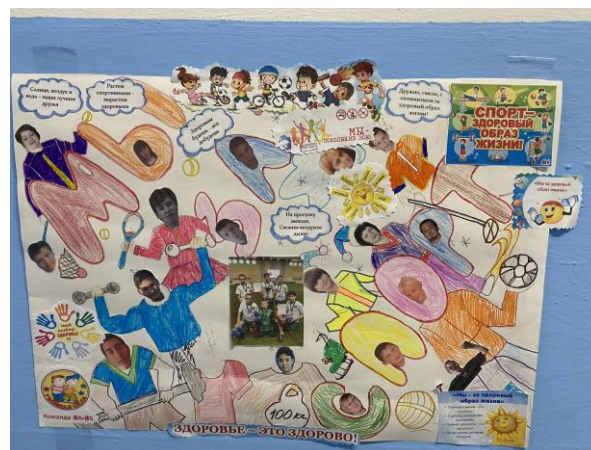
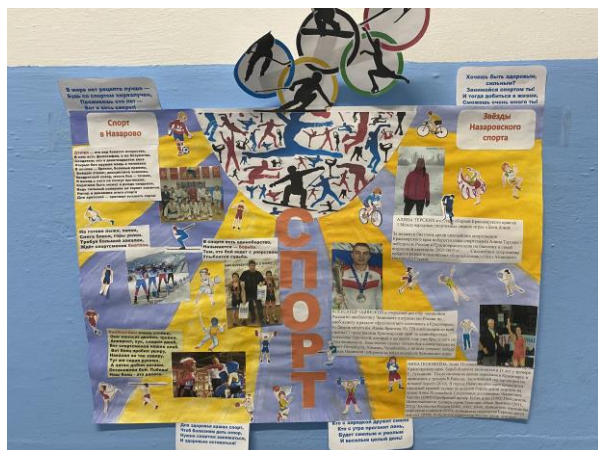
Деятельность по реализации проекта строилась в три этапа: подготовительный, практический и итоговый.

На подготовительном этапе ознакомилась с методической литературой и интернет ресурсами по данной теме, наметила стратегию дальнейших действий. Для того, чтобы проектировать и прогнозировать предстоящую работу, необходимо провести анализ и изучить интерес учащихся школы, выявить знания родителей, детей о спортивных семейных традициях. На первом этапе реализации проекта проводилось анкетирование родителей на тему: «Спорт в нашей семье». В ходе анкетирования приняли участие 23 семьи. По результатам анкетирования стало видно, что половина семей 52% не увлечены спортом, 74% не имеют спортивные семейные традиции, что еще раз подтверждает актуальность данной темы для учащихся нашей школы и их родителей. Также анкетирование позволило сформировать представление о тех традициях, которые имеются в семьях учеников: 13% родителей делают утреннюю зарядку вместе с детьми, 30% ведут здоровый образ жизни, 39% родителей совместно с детьми занимаются спортом в свободное время (катание на коньках, лыжах, велосипеде и т.д.).

Опрос учащихся школы, в котором приняло участие 56 учеников, позволил выявить интерес к спорту и здоровому образу жизни, желание совместных занятий с родителями и посещения спортивных секций. Интересным фактом было то, что большинство опрошенных не знают о спортивных традициях своей семьи, уверяя, что их вообще нет в их семье. Таким образом, основной задачей остается воспитание уважения к членам своей семьи, бережное отношение к спортивным обычаям, в данном случае создать спортивные семейные традиции, посредством проведения спортивных праздников, конкурсов совместно с родителями, проведения консультаций с родителями и бесед с учениками школы.

На втором этапе – практическая реализация проекта проходило знакомство учащихся, родителей, педагогов с уже сложившимися

традициями школы и семей воспитанников. Спорт-это важная составляющая жизни каждого человека. Быть спортивным, значит быть здоровым, крепким, сильным и активным. Каждый находит в спорте что-то свое. Для одних спорт-укрепление здоровья, для других - профессия, а для третьих - это красочное зрелище. Создание стенгазет на тему: «Мы за спорт», сплотило детей, родителей и педагогов, позволило им пообщаться, договориться, проявить свои творческие способности.



Консультации для родителей на тему: «Утренняя гимнастика вместе с ребенком», «Роль семьи в физическом воспитании школьника», «Спорт и здоровый образ жизни» позволили найти ответы многие интересующие вопросы, позволили повысить интерес к здоровому образу жизни. Если мир семьи наполнен спортом, физическими тренировками или даже просто совместными прогулками на свежем воздухе – жить в нем радостно, приятно, уютно. Важным моментом в жизни каждой семьи являются спортивные традиции. Они объединяют, дарят радость и здоровье. Семейные спортивные

традиции – это атмосфера семейного уклада дома, это интересы и привычки всех членов семьи.

Запоминающимся событием стало проведение утренней гимнастики для учащихся совместно с родителями и педагогами. Утренняя гимнастика ценна тем, что обеспечивает организму настрой на весь день, приводит организм в состояние работоспособности, дает возможность переключить внимание на совместные формы деятельности.



Увлекательно прошел спортивный праздник «Семейные старты». Он организован с целью сплочения коллектива детей, педагогов, родителей, воспитания любви к физической культуре и спорту, пропаганды здорового образа жизни. Родителя являются примером для своих детей и поэтому здоровый образ жизни должны вести все члены семьи. Во время соревнований команды проявили свою ловкость, сноровку, быстроту, взаимопомощь и поддержку. Взрослые участники семейных соревнований несколько не уступали детям в ловкости, азарте, стремлении к победе. Дети и родители, на каждом этапе соревнований, сражались очень самоотверженно. Каждое задание выполнялось с особым старанием и желанием победить. Командам были предложены занимательные задания с бегом, с ведением мяча, прыжками, где они смогли проявить спортивные навыки. Праздник прошел в теплой дружеской атмосфере. Все участники были награждены грамотами и сладкими призами, получили заряд бодрости и положительные эмоции.



Третий этап - итоговый, позволил презентовать учащимся, родителям, педагогам деятельность по реализации проекта в формате фотовыставки «Спорт в нашей семье». Фотовыставка состояла из семейных фотографий детей и родителей во время занятий спортом, совместных прогулок на свежем воздухе, а также фотографий, сделанных на мероприятиях, проведенных во время реализации проекта.

После проведенных мероприятий, соревнований, можно сделать вывод, что данный проект способствовал взаимодействию детей, родителей и педагогов по приобщению к спортивным семейным традициям, формированию познавательного интереса, приобщил к спорту, доставил радость творчества всем участникам образовательного процесса.

Список используемой литературы:

1. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020.-170с.
2. Патрикеев А.: Подвижные игры в спортзале, изд.: 2015г.
3. Смолдовская И.О. Эффективные родители в спорте: психологический практикум для родителей. – М.: Спорт, 2022.-212с.
4. Физкультура для всей семьи/Сост. Т.В.Козлова, Т.А.Рябухина. - М.: Физкультура и спорт, 1989.-463с.
5. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. – М.: Сфера, 2008.
6. Петрусинский В.В. Игры для активного отдыха в процессе обучения. – М.: Владос, 2007.
7. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения/ Под. ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. – М.: Академия, 2006.