

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ГОРОДИЩЕНСКИЙ
ДЕТСКИЙ САД «АЛЕНУШКА»»

Проект:
«На зарядку становись!»

Автор проекта:

Сороко А.С.

инструктор по физической культуре



ЭПИГРАФ

- **Спорт становится средством воспитания тогда, когда он - любимое занятие каждого.**

(Василий Александрович Сухомлинский)

Обоснование необходимости проекта

- В последние годы возросло количество физически ослабленных детей. Дети много времени проводят у телевизора и компьютера. Родители больше всего увлекаются интеллектуальным развитием детей. Именно поэтому возрастает роль детского сада в физическом развитии детей. Как сделать, чтобы физкультура стала развивающей, интересной и увлекательной? Это побуждает к поиску новых форм и методов нетрадиционного направления работы по физическому развитию детей в детском саду. Добиться высокого качества освоения движений детьми и большого оздоровительного эффекта на утренней гимнастике весьма затруднительно. Чтобы утренняя гимнастика работала на укрепление здоровья ребенка, следует в систему физического воспитания включать нетрадиционную гимнастику – различную по содержанию, структуре и методике проведения.

Необходим переход от обыденности образовательного процесса к его увлекательности.

Основное содержание проекта

- **Тип проекта** - практико – ориентированный.
- **Предназначен** - для старших дошкольников.
- **Продолжительность** – долгосрочный (9 мес., с сентября по май).
- **Предполагаемый результат проекта** – нетрадиционная гимнастика увлекает детей своим разнообразием и доступностью: они с удовольствием приходят в спортивный зал, активно участвуют в играх, перевоплощаются в различных героях, проявляют большую фантазию в соответствии сюжетами, раскрепощаются, освобождаются от напряжения, а также позитивно, под музыкальное сопровождение взаимодействуют в среде сверстников, используя различное физкультурное оборудование и пособие. У детей формируется интерес и желание к выполнению к утренней гимнастики.

Цель проекта:

- Формирование у воспитанников интереса, потребности и осознанного отношения к выполнению утренней гимнастики;

I этап - организационный

Срок реализации: 1 месяц (сентябрь)

Задачи:

Выявить степень заинтересованности у воспитанников в выполнении утренней гимнастики

Развивать мотивацию к утренней гимнастике через подбор и организацию вариативных форм ее проведения

Пополнить материальную базу спортивного зала современным физкультурным оборудованием позволяющим разнообразить гимнастику и проводить ее интересно и эффективно

Мероприятие I этапа:

- наблюдение и анализ проведения разных форм и видов утренней гимнастики, сбор информации о влиянии различного оборудования и стилей музыки на двигательную деятельность, и эмоциональное состояние детей;
- беседа: «Влияние утренней гимнастики на здоровье человека»;
- работа с дополнительными источниками: отбор материала по организации вариативных форм проведения утренней гимнастики в новых педагогических технологиях, методиках, интернет ресурсах;
- приобретение нового физкультурного оборудования: напольных дисков балансиров, эспандеров, степ платформ.



II этап - практический

Срок реализации – октябрь – апрель

Задачи:



**Внедрить нетрадиционную
форму утренней
гимнастики**



**Расширить эмоциональный
и двигательный опыт,
совершенствовать
двигательные навыки,
координировать движения
согласно музыки.**

Мероприятия II этапа:

Проведение разных форм утренней гимнастики:

- утренняя гимнастика игрового характера, с использованием простейших тренажеров, с использованием полосы препятствий, с включением оздоровительных пробежек, танцевально – игровая гимнастика «Са-Фи-Дансе», эвритмическая гимнастика, ритмическая гимнастика, степ - гимнастика, футбол – гимнастика, стретчинг – гимнастика, гимнастика основанная на гендерных особенностях детей;
- включение в комплексы утренней гимнастики упражнений, способствующих формированию у мальчиков - силы, выносливости, быстроты, а у девочек – гибкости, ловкости, пластичности;
- смотр - конкурс зарядки.



III этап – Диагностический

Срок реализации до 15 мая



Задача



Анализ достижения
целей полученных
результатов

Мероприятия III этапа

- Разработка диагностики проведения утренней гимнастики, включающей такие критерии как:
 - ✓ Двигательные навыки и умения;
 - ✓ уверенность выполнения упражнения;
 - ✓ координация движения;
 - ✓ ориентировка в пространстве;
 - ✓ темп и ритм;
 - ✓ умение реагировать на сигнал воспитателя;
 - ✓ правильное исходное положение;
 - ✓ дыхание ровное без задержки;
 - ✓ отсутствие жалоб на утомляемость.

IV этап – Обобщающий

Срок реализации с 15 по 31 мая

ЗАДАЧИ



Развивать интерес к выполнению утренней гимнастики, двигательные навыки и умения при выполнении упражнений общеразвивающего характера.



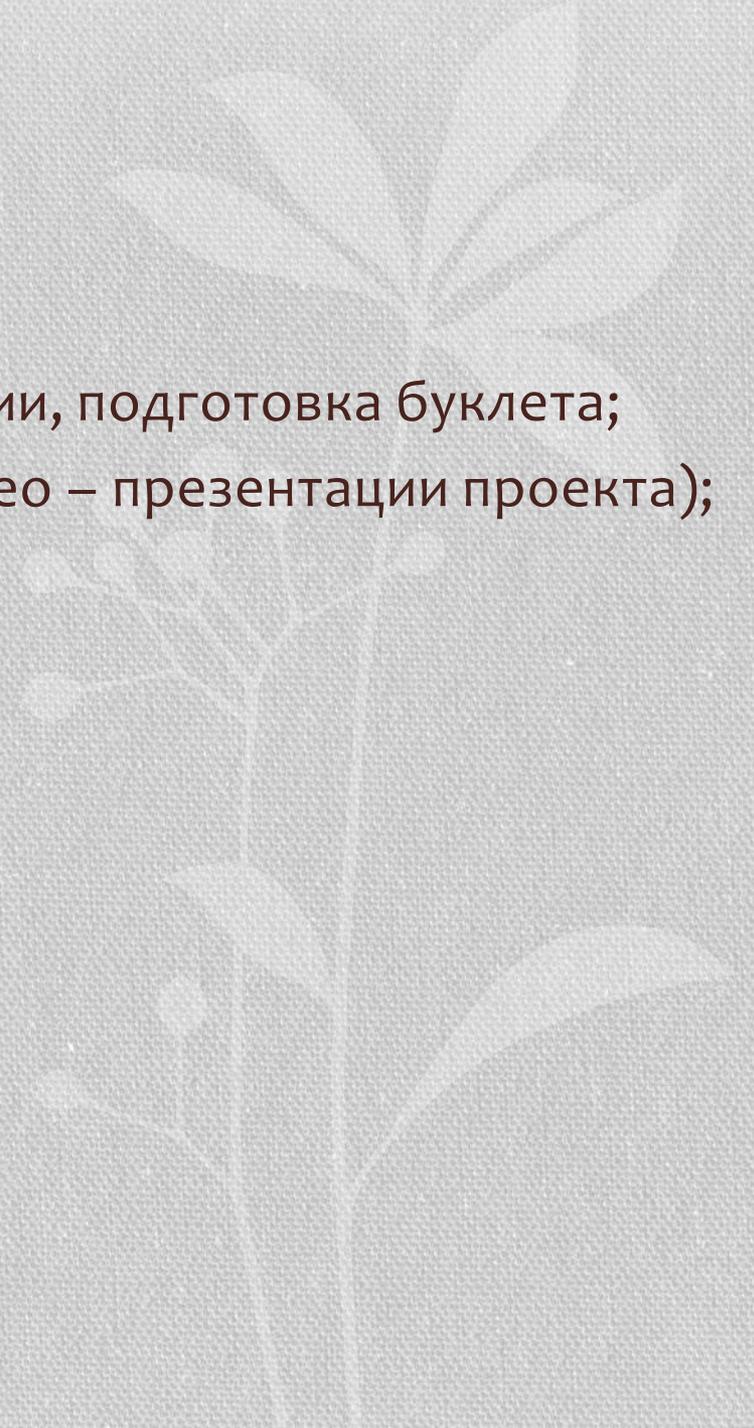
Обобщить и распространить позитивный опыт организации утренней гимнастики



Совершенствовать стиль партнерских отношений между ДОУ и семьей

Мероприятие VI этапа

- Оформление портфолио проекта;
- Подготовка компьютерной презентации, подготовка буклета;
- День открытых дверей (просмотр видео – презентации проекта);



Основные выводы

- Вносимые стандартом изменения связаны с необходимостью приобретения опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость. Выполнить требования стандарта помог проект «На зарядку становись!»
- Проектная деятельность была насыщена интересной исследовательской работой. Собран материал по проведению нетрадиционной гимнастики, увлекающий детей своим разнообразием и доступностью.
- Актуальность проекта состоит в том, что в результате использования инновационных форм проведения утренней гимнастики, моторная плотность достигла 90%. Что в свою очередь обуславливает повышение функциональной деятельности органов и систем организма путем внедрения вариативных подходов к проведению утренней гимнастики.
- Все участники проекта: дети, воспитатели групп, родители получили позитивные эмоции. Конечно, мне не хочется останавливаться на достигнутом, буду стремиться использовать новые интересные формы утренней гимнастики, чтобы физически развивать детей и развиваться самой.

Практическая значимость

- В данном проекте был рассмотрен комплекс средств, которые при системном подходе позволили обеспечить достижение поставленной цели – формирование у воспитанников интереса, потребности и осознанного отношения к выполнению утренней гимнастики. Это особенно актуально в период внедрение ФГОС ДО.
- Ценность проекта состоит в возможности его использования инструктором по физ. воспитанию в дошкольной образовательной организации.

Литература

- «Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ» Н.А. Мелехина, 2012г.
- «Какая физкультура нужна дошкольнику?» В.А. Шишкина, 2013г.
- «Двигательная активность ребенка в детском саду» М.А. Рунова, 2012г.
- «Музыка здоровья» М.В. Анисимова, 2014г.
- «Игровой стрейчинг» Е.В. Сулим, 2012г.
- «Корригирующая гимнастика» Н.Г. Коновалова, 2016г.
- «Здоровячок» Т.С. Никанорова, 2012г.
- «Занимательная гимнастика» Н.В. Микляева, 2013г
- «Нескучная гимнастика» Е.А. Алябьева