

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 31 «Снегирёк»**

Краткосрочный проект

на тему:

**«Неделя здоровья» в ДООУ для детей старшего дошкольного
возраста**

Выполнил:

учитель по физической культуре

Балычева Ксения Анатольевна

г. Сургут, 2022

Краткосрочный проект: «Неделя здоровья» в ДОУ для детей старшего дошкольного возраста.

Авторы: Балычева К.А.

Участники проекта – учитель по физической культуре, дети старших групп, родители, воспитатели.

Сроки реализации проекта: краткосрочный, с 04.04.2022 по 10.04.2022

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный, познавательный, творческий

Актуальность: Здоровье – это естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность, занимающая самую верхнюю ступень на иерархической лестнице ценностей, а также в системе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, гармония и красота, смысл и счастье жизни, творческий труд, программа и ритм жизнедеятельности.

Словосочетания «здоровье сберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольной организации, ведь первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются в дошкольном возрасте. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим.

В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического, так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных.

Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща. Забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. От здоровья подрастающего поколения зависит будущее России.

Проблема проекта: Недостаточный уровень физической активности и осведомленности о здоровье детей в дошкольном возрасте.

Цель проекта – формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, потребности вести здоровый образ жизни; укрепление взаимоотношений взрослых и детей, привлечение родителей к участию в образовательном процессе.

Задачи проекта:

Оздоровительные:

1. Расширять знания о здоровье, здоровом образе жизни.

2. Способствовать развитию стремления сохранять и укреплять здоровье посредством занятиями физической культурой и спортом.

Образовательные:

1. Формировать начальные представления дошкольников о себе, своем теле, о здоровом образе жизни, о правилах гигиены и охране здоровья.
2. Закреплять представление о пользе для здоровья прогулок и игр на свежем воздухе.
3. Расширять представления о видах спорта и пользе занятий физкультурой.

Развивающие:

1. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; прививать любовь к физическим упражнениям.
2. Формировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья.

Воспитательные:

1. Воспитывать у детей осознанное отношение к здоровому образу жизни (необходимости закаляться, заниматься спортом).
2. Воспитывать привычку выполнять правила безопасности жизнедеятельности, гигиены и правильного питания.

Задачи для родителей:

1. Повышать активность в участии в различных формах партнерства с дошкольной организацией по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.
2. Закреплять интерес к спорту, физическим упражнениям в семье.
3. Повышать грамотность в вопросах воспитания и укрепления здоровья детей.

Задачи для педагогов:

1. Создавать информационную базу по здоровому образу жизни: здоровьесберегающие технологии, физкультминутки, релаксации, виды закаливания, подвижные игры и др.
2. Формировать осознанное отношение к своему собственному здоровью.

Продукт проекта:

- оформление плаката на тему «Будьте здоровы!»
- проведение спортивного досуга «День здоровья».
- флэш-моб с родителями «Мы за здоровый образ жизни!»

Ожидаемые результаты:

- У детей – сформированы простейшие представления о мероприятиях, направленных на сохранение здоровья (соблюдение режима, правильное питание, чистота тела, физические упражнения); повышена речевая активность, активизировался запас словаря; сформированы навыки осознанного выбора в пользу здорового образа жизни.
- У педагогов – вовлечены в практическую деятельность по ЗОЖ, повышена физкультурно-оздоровительная грамотность.
- У родителей – повышается заинтересованность в ведении здорового образа жизни в своей семье, формируется потребность в совместных занятиях физической культурой и спортом со своими детьми.

Содержание проектной деятельности

Этапы и сроки реализации:

1 этап – подготовительный

1. Подготовка игр и пособий, подборка музыкального сопровождения, мультфильмов, художественной литературы.
2. Разработка консультации для родителей «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»
3. -разработка картотеки физкульт минуток и физкульт пауз
4. - подготовка оборудования для занятий, бесед, викторин

2 этап – практический

Проведение цикла тематических физкультурных занятий и мероприятий:

1. Чтение художественной литературы, познавательные игры
2. Проведение просветительской и консультационной работы с родителями «Роль семьи в физическом развитии ребенка»
3. Проведение спортивного досуга «День здоровья»
4. Оформление плаката на тему «Будьте здоровы!»
5. Флэш-моб с родителями «Мы за здоровый образ жизни!»
6. Интеллектуальный конкурс-викторина «Спорт – наш друг»

3 этап – заключительный

Обобщение результатов проекта, вывод.

Вывод: В проекте на протяжении дня реализуются различные формы обучения, оздоровления детей с учетом возрастных индивидуальных особенностей, интересов, имеющихся запасов знаний о здоровом образе жизни, умений и навыков.

Совместная деятельность под руководством педагога формирует в детях ценнейшие морально-волевые качества: чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, дисциплинированность.

Данный проект показал, что физкультурно-оздоровительная работа в разнообразных видах деятельности и режимных процессах работы ДОО обеспечивают достаточную физическую нагрузку одновременно для всех детей, повышают выносливость детского организма. Движения укрепляют здоровье ребенка и способствуют снятию перенапряжения.

Чтение художественной литературы, познавательные игры





Проведение просветительской и консультационной работы с родителями «Роль семьи в физическом развитии ребенка»

Всем родителям хочется, чтобы их ребёнок рос здоровым, сильным и крепким. Однако не все знают, как этого добиться. И в результате дети, особенно дошкольники, часто болеют, растут слабыми, физически плохо развитыми. К сожалению, к этому привыкли как к своеобразной норме. Маленький – значит, слабый, считают родители его надо охранять, защищать, оберегать, но защищают и оберегают чаще всего малыша не от того, от чего следует.

Родители внимательно следят, чтобы ребёнок не бегал слишком много и слишком быстро (вдруг вспотеет), не прыгал (как бы ни ушибся), не лазал (а если упадет?!), и, к сожалению, не очень задумываются о том, что их чрезмерная заботливость не делает ребёнка здоровым. Они часто забывают, что ключ к успеху в укреплении здоровья детей лежит в разумном физическом воспитании.

Часто недостаточная физическая культура семьи является причиной заболеваемости детей. Например, нарушается режим дня в праздничные и выходные дни: большинство детей не имеет дневного сна, сокращается ночной сон в связи с просмотром телепередач. Это создаёт предпосылки к нервному перенапряжению ребёнка. Во многих семьях детская потребность в движениях удовлетворяется не

полностью. Проведенный опрос детей в своём детском саду, о том, чем они занимаются в выходные дни дома: 70% детей показывает, что они смотрят телевизор. Не все родители оборудовали дома физкультурным уголком для своих детей.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функционирования систем организма. Закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформулировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В семье, в общении с родителями дети получают первые уроки жизни. «Родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического и нравственного интеллектуального развития личности ребенка в младенческом возрасте (п. 1 ст. 18 Закона РФ «Об образовании»)). Поэтому большое значение имеют положительные примеры поведения отца и матери как образца для подражания, а также родительское слово, как метод педагогического воздействия, в том числе в сфере физического воспитания детей.

Зачастую родители плохо представляют, как же необходимо приобщать ребенка к здоровому образу жизни. Мы должны не только охранять детский организм от вредных влияний, но и создавать условия, которые способствуют повышению защитных сил организма ребенка, его работоспособности. И важным здесь является правильно организованный режим дня, который оптимально сочетает периоды бодрствования и сна детей в течение суток, удовлетворяет их потребности в пище, в деятельности, отдыхе, двигательной активности и др. Кроме этого, режим дисциплинирует детей, способствует формированию многих полезных навыков, приучает их к определенному ритму. У детей важно формировать интерес к оздоровлению собственного организма.

Закономерно встает вопрос – как организовать физическое воспитание ребенка в семье?

Утренние – не часы – минуты должны быть отданы гимнастике. Недаром эти физические упражнения называют зарядкой бодрости на весь день. Упражнения простые и разнообразные. Примерно каждые две недели комплекс упражнений рекомендуется менять.

Перед началом упражнений необходимо проветрить помещение. Заниматься ребенок должен в майке и трусах. Чистый, свежий воздух, движения, а после этого умывание – и вялости, сонливости, как не бывало.

В выходные дни, во время отпуска, когда ребенок остается с родителями, необходимо найти время для того, чтобы побегать с ним, покататься на коньках или лыжах, если это зима; летом поиграть в мяч, покататься на велосипеде, пойти в лес и т.д. Эти часы совместных занятий очень полезны для здоровья ребенка.

Как можно больше времени ребенок ежедневно должен быть на воздухе, в движении. Все, что говорилось о ежедневной утренней гимнастике, подвижных играх, - обязательный элемент режима дня. Ребенок должен иметь возможность попрыгать и побегать. Такая самопроизвольная активность восполняет недостаток движения, «насыщает» двигательный голод.

Не всегда есть возможность оборудовать домашний «физкультурный уголок», но обруч, скакалка, мяч, гимнастическая палка – доступны всем, так же как санки, коньки, лыжи.

В последние годы некоторые родители стремятся рано привлекать своих детей к регулярным занятиям такими видами спорта, как фигурное катание, художественная гимнастика, плавание. Полезно ли это? Однозначно ответить нельзя. Регулярные тренировки и связанные с ними физические нагрузки, если они ребенку дошкольного возраста не по силам, будут вредны. С семи лет только некоторые дети, прошедшие тщательное медицинское обследование, могут начинать такие занятия.

Ученые установили, что ребенок 5-7 лет должен делать 13-17 тысяч шагов, находиться в движении 2,5-3,5 часа. В это количество входит не только ходьба, но и бег, прыжки, другие виды движений.

Вечером, когда родители взяли ребенка из сада, нужно найти возможность пройти с ним пешком хотя бы часть дороги. Прогулка – это время общения, а 20-30 минут, затраченные на нее, вернут и родителям бодрость после трудового дня, «не пропадут даром» ни для здоровья, ни для настроения.

Нужно привлекать детей к посильной для них работе. Ребенок может помочь накрыть на стол, убрать со стола, вытереть пыль с низкой мебели, полить цветы и др. пусть сначала у него получается не очень хорошо, постепенно он научится выполнять все поручения правильно. Это полезно и для воспитания трудовых навыков, и в то же время является одной из форм двигательной активности.

Подвижные игры, обучение катанию на коньках, лыжах не только совершенствуют двигательные умения ребенка, развивают у него ловкость, быстроту, силу и выносливость, но и способствуют воспитанию таких важных черт характера, как настойчивость в достижении цели, чувство товарищества. В жизни эти качества будут очень полезны.

Учеными установлена безусловная связь между двигательной активностью и развитием ребенка, способностью его организма оказывать сопротивление болезням. Вот почему активные дети болеют реже.

Главную роль в воспитании ребёнка играет семья, родительский пример. Человек приходит в этот мир не только для своего личного счастья и комфортного существования. Его опыт, ум, умения, вся его жизнь необходимы его детям, обществу.

Главные задачи в семье должны быть следующие:

- четкий режим дня;

- достаточная двигательная активность;
- умение регулировать своё психическое состояние;
- правильное питание;
- выполнение гигиенических требований;
- умение предупреждать опасные ситуации и правильно вести себя при их возникновении.

Одной из важных задач семьи должно быть активное участие в занятиях физкультуры.

Для того чтобы наглядно продемонстрировать состояние физического развития детей и их физической подготовленности, мы показали родителям физкультурные занятия, гимнастику. Просмотр занятий вызвал большой интерес у родителей. Некоторые из них ранее и не подозревали, что их ребенок слабо развит, отстает при выполнении упражнений.

Решать вопросы всестороннего физического развития детей, вырастить их здоровыми можно только совместными усилиями родителей и работников дошкольного учреждения.

Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре и интерес к спорту, как много могут сделать родители для своих детей, пробуждая в них интерес к спорту и физкультуре. Движение - основное проявление жизни, средство гармоничного развития личности.

Родители должны показывать своим детям пример активной, интересной и подвижной жизни.

Этому способствует доверительное общение детей и родителей в различных ситуациях и естественно, их совместная деятельность – это спортивные мероприятия: «Семейные старты», «Папа, мама, я – спортивная семья». Таким образом, родители и дети могут проявить себя, освоить различные упражнения, способствующие увеличению двигательной активности. «Семейные старты», кроме того, позволяют взрослым и детям раскрепоститься, учат их общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, в конечном счете, сплачивают семьи.

Примером совместной активной деятельности вне дома могут быть мероприятия, предполагающие непосредственный контакт с природной средой. Формы таких мероприятий могут быть различными: прогулки на речку, в лес или в поле, совместная посадка кустарников и деревьев и уход за ними.

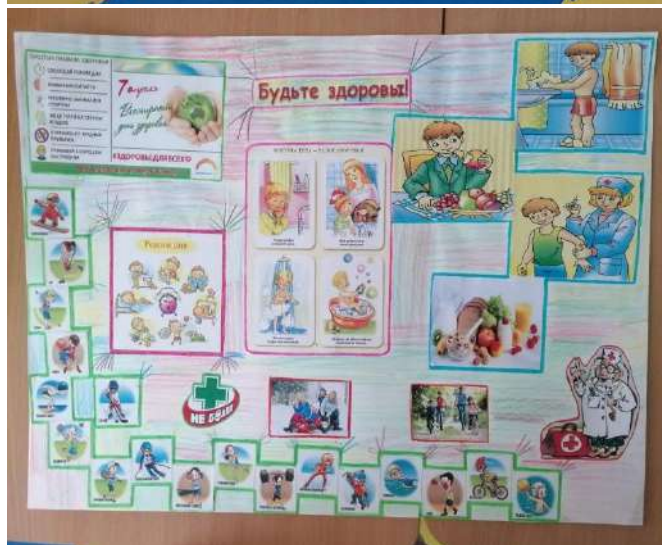
Таким образом, в семье, где взрослые найдут время для проведения гимнастики, прогулок, занятий физическими упражнениями, играми, добьются хороших результатов в физическом воспитании детей.

Проведение спортивного досуга «День здоровья»





Оформление плакатов на тему «Будьте здоровы!»





Флэш-моб с родителями «Мы за здоровый образ жизни!»



Интеллектуальный конкурс-викторина «Спорт – наш друг»

Перечислите 3 вида спортивных игр с мячом. (Волейбол, футбол, баскетбол, гандбол...)

Какая спортивная игра требует в большей степени не физической подготовки, а умственной? (Шахматы.)

Боксерский корт. (Ринг)

Спортивный снаряд для перетягивания. (Канат)

Люди бегают по всему полю и пинают мяч ногами, кто они? (Футболисты).

Залитая спортплощадка для хоккеистов (*каток*)

Противники на ринге бьют друг друга в перчатках (*боксёры*).

Они ловкие, прыгучие и гибкие (*гимнасты*).

Как назвать одним словом: медаль, грамота, кубок (*награда*).

Спортсмены красиво танцуют на льду (*фигуристы*).

Мяч попал в ворота (*гол*).

Спортсмен, закидывающий мяч в корзину соперника (*баскетболист*).

Люди бегают по льду, отбивая шайбу клюшкой (*хоккеисты*).

Начало пути к финишу (*старт*)

Как называют спортсменов поднимающих тяжести от пола (*штангисты*).

Спортсмены стараются как можно быстрее проплыть определённую дистанцию (*пловцы*).

Список литературы

1. Деркунская В.А., Коршунова М.Г. Воспитание ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста// Детскийсад: теория и практика.2011.
- 2.Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании. Издательство: ОЛМА-ПРЕСС, 2005, – 72 с.
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ / Под ред. З.И. Берсеновой. — М: ТЦ Сфера, 2004. — 32 с. (Серия «Библиотека руководителя ДОУ»).
4. Безруких М. М., Филиппова Т. А., Макеева А. Г. Разговор о правильном питании. / Методическое пособие. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006.
5. Буянова Н. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина. – М. : АСТ, 19986.
Коростелёв Н. От А до Я детям о здоровье. – М.: Медицина, 1987.

6. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие. М: ТЦ Сфера, 2004. – 64 с.
7. Т.Г. Карапетова «Формирование здорового образа жизни у дошкольников» 2009 г.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 31 «Снегирёк»**

Краткосрочный проект

на тему:

**«Применение квест-технологии в дошкольном
образовательном учреждении»**

Выполнил:

учитель по физической культуре

Балычева Ксения Анатольевна

г. Сургут, 2024

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОЕКТА

Проект «Применение квест-технологии в дошкольном образовательном учреждении»

Автор проекта: Балычева К.А.

Продолжительность проекта: 2 месяца (с 01.10.24 по 30.11.24)

Тип проекта: физкультурно-оздоровительный, творческий

Участники проекта: учитель по физической культуре, воспитатели, воспитанники, родители.

Возраст детей: 5-7 лет

Актуальность:

Развитие современного образования определяет своей ключевой задачей решение проблемы личностно-ориентированного образования, в котором в центре внимания педагога должна быть личность воспитанника, активизация познавательной, поисковой и исследовательской деятельности детей, расширение сферы его интересов и интеллектуальных запросов. Это требует внедрения новейших форм, методов и технологий обучения.

Поэтому основная задача педагогов дошкольного учреждения – выбрать методы и формы организации работы с детьми, инновационные педагогические технологии, которые оптимально соответствуют поставленной цели развития личности. Одной из таких технологий является квест-технология.

Образовательная деятельность в формате квест замечательно вписывается в концепцию, заданную ФГОС ДО. И становится отличной возможностью для педагога и детей увлекательно и оригинально организовать жизнь в детском саду.

Технология - это упорядоченная система действий, выполнение которых приводит к гарантированному достижению конкретных педагогических целей. Технология отображает последовательность педагогической деятельности, ее логическую составляющую; технология всегда представлена определенными этапами деятельности, каждый из

которых имеет свою цель. Только после достижения поставленной цели одного этапа происходит переход к следующему этапу преобразующей педагогической деятельности.

Квест является игровой педагогической технологией, т.е. игровой формой взаимодействия педагога и детей, которая способствует формированию (закреплению) необходимых знаний, умений и навыков для выполнения заданий, основываясь на компетентном выборе альтернативных вариантов через реализацию определенного сюжета. Квест - это игровая технология, которая имеет четко поставленное дидактическое задание, игровой замысел, обязательно имеет ведущего (наставника) и четкие правила.

Определяющие характеристики игровой технологии квеста:

- осуществление образовательных задач через игровую деятельность;
- целенаправленная мотивация эмоциональной и интеллектуальной активности воспитанника;
- исследовательский характер образовательной деятельности;
- развитие информационной и медиа грамотности.

Квест оказывает неоценимую помощь педагогу, предоставляя возможность разнообразить воспитательно-образовательный процесс, сделать его необычным, запоминающимся, увлекательным, веселым, игровым.

Самое главное, это то, что квесты помогают нам активизировать и детей, и родителей, и педагогов. Это игра, в которой задействуется одновременно и интеллект участников, их физические способности, воображение и творчество. Здесь необходимо проявить и наблюдательность, и находчивость, и сообразительность, эта тренировка памяти и внимания, это развитие аналитических способностей и коммуникативных качеств. Участники учатся договариваться друг с другом, распределять обязанности, действовать вместе, помогать. Все это способствует сплочению не только

детского коллектива, но и родительского сообщества, а также улучшает детско-родительские отношения. Родители становятся активными участниками образовательного процесса в ДООУ, укрепляются и формируются доверительные взаимоотношения детский сад-семья.

Значимая для детей проблема, на решение которой направлен проект:

В современном мире одним из важных вопросов является необходимость формирования дружеских взаимоотношений, развитию коммуникативных качеств у детей старшего дошкольного возраста. Детей нужно учить дружить.

В дошкольном возрасте отношения дружбы наиболее реализуются в контексте игры. Основным содержанием развития дружбы является формирование стойкой привязанности к сверстнику с участием эмоциональных и личностных компонентов.

Именно поэтому актуальной становится разработка проекта для внедрения новой игровой технологии «квест» - как средство реализации дошкольного воспитания.

Внедрение данной технологии способствует формированию дружеских взаимоотношений у детей группы: умение жить в коллективе, считаться с мнением других детей, адекватно оценивать себя и своих друзей, помогает усвоить нормы и правила поведения, облегчает переход из детского сада в школу, к активному общению в период адаптации.

Цель проекта:

Создание воспитывающей среды, обеспечивающей формирование у детей социально-коммуникативных навыков, способствующих положительному взаимодействию в коллективе, необходимых для обеспечения психологического и физического здоровья детей.

Задачи проекта:

1. Развивать познавательную активность, любознательность дошкольников через организацию совместной деятельности с помощью квест-технологии.
2. Заинтересовать и подключить родителей к совместному детско-родительскому познавательному исследовательскому творчеству.

3. Повышать образовательную мотивацию, развивать творческие способности, формировать исследовательские навыки, самореализацию детей.

4. Формировать в детях навыки взаимодействия со сверстниками, проявления инициативы, взаимопомощи.

Продукт проекта:

Методические рекомендации для воспитателей по организации и проведению квестов, включающие примеры сценариев и игровых заданий.

Ожидаемые результаты:

Педагоги:

- взаимодействие всех участников образовательного процесса;
- пополнение методической копилки ;
- положительные тенденции в формировании социально развитой, коммуникативной среды в группе .

Дети:

- развитие коммуникативных навыков у детей;
- формирование позитивного отношения к окружающему миру, другим людям, самому себе, к сверстникам;
- развитие речи , памяти, мышления, внимания, воображения;
- выработка навыка применения усвоенных знаний и способов деятельности для решения новых задач;

Родители:

- сплочение детского коллектива, родительского сообщества, детско-родительских отношений.
- родители становятся активными участниками образовательного процесса в МАОУ, укрепляются и формируются доверительные взаимоотношения детский сад-семья.

График работы над проектом:

Этапы проекта	Действия педагога	Действия детей	Действия родителей
Подготовительный (формулировка проблемы, планирование, прогнозирование результатов, продуктов проекта)	Изучение литературы по этой теме. Консультация для родителей «Квест как современная игровая технология». Консультация для педагогов «Квест-технология - эффективная форма проведения занятий» Разработка серии квестов в средней и старшей группе, создание реквизитов и костюмов.	Знакомство с игровой технологией «Квест», подвижные игры	Родители становятся активными участниками образовательного процесса, укрепляются и формируются доверительные взаимоотношения детский сад-семья.
Деятельный (непосредственная деятельность по проекту)	Проведение квестов на темы: «Моя мама самая лучшая», «Подарок для папы»	Формирование в детях навыков взаимодействия со сверстниками и родителями, проявления инициативы, толерантности, взаимопомощи.	Развитие более доверительных отношений при работе с семьей, повышение родительской компетентности.
Завершающий (анализ результатов проекта)	Анализ результатов работы по проекту.	Фоторепортажи «Наши семейные спортивные традиции»	Фоторепортажи «Наши семейные спортивные традиции»

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Консультация для родителей «Квест как современная игровая технология»

Одна из самых сложных задач детского сада заинтересовать современного родителя в совместном познавательном взаимодействии с детьми. Жизнь современного взрослого насыщена информацией, многое из которой представлена в ярком, неординарном формате: реклама, социальные сети, интернет. привлечь внимание такого человека нелегко. Но не стоит забывать, что несмотря на возраст, серьёзную должность, в душе каждого всегда остаётся ребёнок. А ребёнок любит играть. И существует игра, носящая игровой характер, но познавательные и коммуникативные цели. Игра, способная заинтересовать и детей и взрослых. Имя этой игре квест.

Квест (от англ. «поиск») — это игра, подразумевающая прохождение различных заданий для достижения итоговой цели. Главное преимущество квест-игры в игровом формате активизации умения вместе находить решения задач через игровой сюжет. Также квест имеет образовательные цели: проектная деятельность, знакомство с новой информацией. Немаловажной чертой квеста является практикоориентированные задания.

Участники квеста могут поделиться на команды, которые будут соревноваться между собой, либо играть единым сплочённым коллективом. В традиционном формате игры задания выдаются последовательно. Например, выполнив очередное задание, команда получает или находит по подсказкам конверт со следующим заданием. Квест-игры можно проводить в любом помещении детского сада, одновременно в нескольких, а также на улице, например, на участке группы или территории детского сада. задания участники квеста могут не только получать от ведущего, но и самостоятельно находить по подсказкам.

Итогом квеста всегда должны быть какие-нибудь призы, клад, сокровище. Это также воспитывает в ребёнке стремление достигать поставленной цели.

Хочу представить опыт проведения родительского собрания в форме квест игры.

Тема собрания: Организация досуга в семье. Играем всей семьёй – весело.

Целью собрания мы выдвинули повышение педагогической компетенции родителей в вопросе активизации игровой деятельности в семье.

1. Вступительная часть. Воспитатель (ведущий квеста) озвучивает цель собрания: сегодня мы с вами поговорим о значении игр с детьми для их

развития. Также узнаем простые правила организации игр дома. Узнаем какие игры любят наши ребята. И, конечно же, поиграем с ними. Для начала давайте подумаем зачем ребёнку игра?

Проводится игра «Мяч по кругу». Родители передают мяч друг другу и высказывают своё мнение о значении игры для развития ребёнка.

Ведущий: Лучше всего разобраться в важности игры и её правилах мы можем в самой игре. Сегодня мы с вами сами будем участниками интересной игры квест. Ведущий объясняет правила участникам квеста. Первая часть игры проходит без детей. Родители получили при входе в музыкальный зал нагрудные значки команды. У одного из родителей на медали значок звезда. Он становится капитаном команды, получает конверты с заданиями и зачитывает их.

2. Основная часть. Ведущий: А что об игре говорили великие педагоги и психологи? Родители получают конверт с первым заданием «Несколько слов об игре». На столе перед родителями листы бумаги, на них слова. Команда собирает из слов утверждения великих психологов о значении игры.

Когда утверждения собраны, ведущий их объясняет.

«Игра – это школа произвольного поведения»

Ведущий: Попросите ребёнка постоять или посидеть спокойно хоть минуту – не всегда получится, но вспомните игру: «Море волнуется, морская фигура замри!». Обязательно замрёт даже в самой необычной позе.

«Игра – школа морали в действии»

Ведущий: Объяснить ребёнку, что такое хорошо и что такое плохо не всегда легко словами. Но игре ребёнок может поставить себя на место персонажа, почувствовать ему, понять его чувства.

«Игра – ведущая деятельность в дошкольном возрасте»

Ведущий: Для ребёнка игра также важна, как работа для взрослого. Ведь в ней формируется личность ребёнка.

Второй конверт «Угадай своего». Послушай рассказ про семью, и угадай свою.

Ведущий: Мы заранее опросили детей об играх и интересных занятиях в семье. Сейчас я буду зачитывать ответы каждого, не называя имен. Ваша задача узнать ответ своего ребёнка.

2 конверт «Художники» Родители подходят к выставке рисунков. Дети заранее нарисовали рисунки «Моя любимая игрушка». Задача родителей понять и рассказать, что изображено на рисунке.

3 конверт «Непоседы». Родители угадывают загадку про детей. Дети заходят в зал, ведущий кратко объясняет им правила игры.

4 конверт «Части разные найди, и в едино собери». Родители и дети ищут части целого, находят разрезные картинки игрушек, собирают.

5 конверт «Пришло время взрослым вспомнить детство». Также в конверте лежит кольцо.

Ведущий: Уважаемые родители, давайте поиграем с ребятами в игру вашего детства. Может, кольцо нам подскажет в какую.

Проводится игра с детьми и взрослыми «Колечко, колечко»

6 конверт: Ваши призы – это игрушки. Но вам придётся сделать их самим.

Мама одной воспитанницы проводит мастер-класс по изготовлению самодельных игрушек из бросового материала.

Приз детям – игрушки. Родители в качестве призов получают памятки «Организация игры в семье. Несколько простых правил»

Заключительная часть. Ведущий подводит итоги. Родители и дети высказывают свои эмоции и пожелания.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.

Консультация для педагогов «Квест-игра» современная игровая технология обучения дошкольников в условиях ФГОС ДО

Квест - это увлекательная приключенческая игра. Идея игры проста-команда, перемещаясь по точкам, выполняет различные задания . Но изюминка такой организации игровой деятельности состоит в том, что, выполнив одно задание, дети получают подсказку к выполнению следующего, что является эффективным средством повышения двигательной активности и мотивационной готовности к познанию и исследованию. Задания могут быть самые разными по своему содержанию и наполнению: творческими, активными, интеллектуальными и т.п. Квесты могут проходить как в закрытом пространстве (группа, помещение детского сада), так и на улице, на природе охватывая все окружающее пространство.

Квест – технология имеет четко поставленную дидактическую задачу, игровой замысел, обязательно имеет руководителя (наставника), четкие правила, и реализуется с целью повышения у детей уровня знаний и умений. Роль педагога-наставника в квест-игре организационная, т.е. педагог определяет образовательные цели квеста, составляет сюжетную линию игры, оценивает процесс деятельности детей и конечный результат, организует поисково-исследовательскую образовательную деятельность.

Цель квест- игры в дошкольном образовательном учреждении: это в игровом виде активизировать познавательные и мыслительные процессы участников, реализовать проектную и игровую деятельность, познакомить с новой информацией, закрепить имеющиеся знания, отработать на практике умения детей.

Детские квесты помогают реализовать следующие задачи:

- Образовательные (участники усваивают новые знания и закрепляют имеющиеся);
- Развивающие (в процессе игры у детей происходит повышение образовательной мотивации, развитие инициативы и самостоятельности, творческих способностей и индивидуальных положительных психологических качеств, формирование исследовательских навыков, самореализация детей);
- Воспитательные (формируются навыки взаимодействия со сверстниками, доброжелательность, взаимопомощь и другие).

Для того чтобы эти задачи решались наиболее успешно, при разработке квеста необходимо следовать следующим принципам:

1. Доступность - задания не должны быть чересчур сложными для ребёнка.
2. Системность - задания должны быть логически связаны друг с другом.
3. Эмоциональная окрашенность заданий.
4. Разумность по времени. Необходимо рассчитать время на выполнение заданий таким образом, чтобы ребёнок не устал и сохранил интерес.
5. Использование разных видов детской деятельности во время прохождения квеста.

6. Наличие видимого конечного результата и обратной связи.

При планировании и подготовки квеста большую роль играет сам сюжет и то образовательное пространство, где будет проходить игра. Будет ли это закрытое пространство или более широкое поле деятельности, сколько будет участников и организаторов, откуда будут стартовать участники, будут двигаться в определенной последовательности или самостоятельно выбирать маршрут. В зависимости от этого квесты можно условно разделить на три группы:

- Линейные (игра построена по цепочке: разгадав одно задание, участники получают следующее, и так до тех пор, пока не пройдут весь маршрут);
- Штурмовые (игроки получают основное задание и перечень точек с подсказками, но при этом самостоятельно выбирают пути решения задач);
- Кольцевые (представляют собой тот же «линейный» квест, но замкнутый в круг. Команды стартуют с разных точек, которые будут для них финишными)

Любой квест требует тщательной подготовки педагога.

План подготовки игры - квест включает в себя следующие обязательные пункты :

- написание сценария, содержащего информацию познавательного характера;
- подготовка «продукта» для поиска (карта сокровищ, клад, берестяная грамота, подсказки и т.д.);
- разработка маршрута передвижений: во-первых, он должен быть непривычным, но безопасным для детей, во-вторых, для повышения интереса детей, способы передвижений могут быть различными, в третьих, их должно быть достаточное количество с посещением малоизученных «уголков»;
- при методической разработке заданий необходимо опираться не только на уже имеющиеся знания, умения и навыки детей, но и на зону ближайшего развития ребёнка (Л.С. Выготский). Художественное оформление «остановок» по маршруту поиска должно соответствовать тематике и содержать в себе подсказку-направление для продолжения пути.

ПЛАН ПОДГОТОВКИ ИГРЫ:

1. Разработать сценарий
2. Создать антураж для каждой зоны проведения действий.
3. Подготовить музыкальное сопровождение.
4. Разработать презентацию для вступительной части.
5. Оформить наглядные материалы («карты»).
6. Продумать методику и организацию проведения игровых заданий.
7. Подготовить необходимый реквизит для прохождения каждого испытания.

Так же при подготовке квеста для дошкольников нужно помнить 4 основных условия:

1. Игры должны быть безопасными.
2. Вопросы и задания должны соответствовать возрасту.
3. Недопустимо унижать достоинство ребенка. К примеру, нельзя заставлять проглотить гусеницу или танцевать, если ребенок стеснителен.
4. Споры и конфликты надо решать только мирным путем.

Как и любая технология образовательный квест имеет свою структуру, которая представлена на слайде.

В каждом квесте обязательно должна быть цель, ведь без неё не будет мотивации, и соответственно не будет достигнута сама цель игры. Лучше всего озвучить ее в начале игры. Кроме того, необходима награда. Наградой может служить как медалька из картона, так и ручка, магнит, игрушка и т. п. Можно намекнуть, что у победителей есть возможность получить ценный подарок.

Для составления маршрута можно использовать разные варианты:

- Маршрутный лист (на нем могут быть просто написаны последовательно станции и где они расположены; а могут быть загадки, ребусы, зашифрованное слово, ответ на которые и будет то место, куда надо последовать);

- «Волшебный клубок» (на клубке ниток последовательно прикреплены записки с названием того места, куда надо отправиться. Постепенно разматывая клубок, дети перемещаются от станции к станции);

- Карта (схематическое изображение маршрута);

- «Волшебный экран» (планшет, где последовательно расположены фотографии тех мест, куда должны последовать участники)

Темы квестов могут быть самыми различными:

1. Поиск сокровищ (пиратские вечеринки, путешествие на необитаемый остров, в поисках приключений).

2. Помощь героям или герою (сказки, мультфильма, фильма).

Например, «Помогите Дед Морозу найти посох», «Найдите игрушки для ёлочки», «Поможем Винни-Пуху добыть мёд», «Найдём Кая для Герды», «По дорогам Цветочного города с Незнайкой».

3. Познавательные (по временам года, изучаем и закрепляем животных, растения, птиц, рыб). Например, «Отправляемся в путешествие к Лесовичку», «Ищем клад в подводном царстве», «В гостях у морского царя», «Мастерград».

4. С многообразием опытов и экспериментов «Фокусы от Бима».

5. Литературные квесты (по произведениям автора, либо по произведениям на конкретную тему). «В гостях у сказки», «Животные в сказках», «По сказкам Корнея Ивановича Чуковского».

6. Физкультурные праздники.

Исходя из выше сказанного, можно сделать вывод, что квест- игра является одним из интересных средств, направленных на самовоспитание и саморазвитие ребёнка как личности творческой, физически здоровой, с активной познавательной позицией. Что и является основным требованием ФГОС ДО.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.

Сценарий квеста «Вместе с мамой веселей».

Ведущий:

Добрый вечер, дорогие наши гости! Сегодня мы собрались вместе не случайно. В ноябре наша страна отмечает замечательный праздник, посвященный самому близкому и дорогому человеку –Маме.

Мама – самый главный человек в жизни каждого из нас. Она несет в мир жизнь, любовь, заботу, нежность и терпимость. Она воспитывает и растит детей, создает семейное счастье и уют.

В этот прекрасный день каждая мама должны быть окружена заботой, вниманием и любовью близких людей, особенно своих детей. Ребята, а вы приготовили своим мамам подарки?

Дети рассказывают, что накануне изготовили красивые открытки.

Ведущий: Подскажите мне, пожалуйста, а где же может быть эта коробка с поздравительными открытками, которые вы сделали к празднику? Мне очень хочется взглянуть на ваши работы. (Дети ищут и находят коробку.) Какие вы внимательные, сразу же нашли коробку! Несите ее скорее сюда.

Дети приносят пустую коробку, в которую они накануне сложили подарки.

Ведущий заглядывает в неё и видит, что вместо подарков на дне коробки лежит письмо.

Ведущий: Странно, никаких подарков здесь нет, только вот конверт какой-то. (Читает вслух детям письмо.)

«Вы про меня, детишечки, забыли

Подарочки ни разу мне не подарили

За это отомщу я вам -

Подарки мамам не отдам.

Открытки вы свои вернете,

Когда нелёгкий путь пройдете,

Выполните все задания,

Вот такого испытанья –

Квест вам предстоит пройти

И рисуночки найти.

В путь-дорогу собирайтесь

Поскорее отправляйтесь.

Любовь к мамам докажите

И подарки отыщите.

Подпись: Баба-Яга»

Ведущий: Ну что, готовы отправиться на поиски украденных Бабой-Ягой подарков? (ответы детей)

Тогда давайте еще раз заглянем в коробку, там должна быть еще какая-нибудь подсказка.

ЗАПИСКА № 1

Ведущий: Здесь сказано, что мы должны пройти проверку, и показать, как мамам можем помогать.

И для этого нам нужно

Мам с ребятами на пары разделить,

И в эстафетах очень дружно

Смекалку, ловкость проявить.

И только выполнив это задание мы узнаем, где же находится 2 записка.

ЭСТАФЕТА №1

«БУСЫ ДЛЯ МАМЫ»

(2 стола, 2 корзинки с бусинами, 2 верёвки, 2 конуса)

ЭСТАФЕТА №2

«ВЕСЁЛЫЙ ФИТНЕС»

(2 пляжных мяча, 4 гимнастические палки, 2 конуса)

ЭСТАФЕТА №3

«МАМИНЫ ПОМОЩНИКИ»

(2 коляски с куклами, 4 корзинки с продуктами, 2 конуса)

Ведущий: Какие вы молодцы, все задания выполнили. А теперь узнаем, где находится 2я записка:

2 записка находится там, где вы правила движения изучаете, и роботов весёлых собираете!

(идём искать записку по указанному месту в ПДД)

Ведущий:

ЗАПИСКА № 2

(нашли, разворачиваем и читаем)

«Сделайте цветочек из конструктора, лишь пока музыка звучит. Думаю, вы точно не справитесь. Ха-ха-ха. Баба-Яга»

СОБИРАЕМ ЦВЕТОК

Ведущий:

Так, задание мы выполнили и теперь дальше читаем, где же находится следующая записка.

3 ЗАПИСКА

(дети ищут записку в Зимнем саду»)

ЗАПИСКА № 3

«А в ней загадки о сказках, которые вы должны знать. Баба-Яга нам пишет, что мы их должны отгадать, и только лишь после этого узнаем, где же находится 4 записка.

.

Ведущий :

ЗАГАДКИ

Ведущий :

Какие вы все молодцы.

4 ЗАПИСКА находится , где мы рисуем , мастерим,

Картины классные творим... в деревне «Снегирёво»

(дети ищут записку по указанным параметрам)

ЗАПИСКА № 4

Здесь творческое ждёт задние –

оно на время и конечно - на внимание.

Портрет вы мамы напишите,

Его с любовью подарите

ПОРТРЕТ для МАМЫ

Ведущий : Молодцы. И тут отлично справились. Всё верно ответили. А теперь читаем, где 5 ЗАПИСКА.

5 ЗАПИСКА

Там развлечения круглый год,

ребята водят хоровод,

Танцуют, песенки поют,

И очень весело живут. (дети ищут записку по указанным параметрам)

5 записка

«ОРКЕСТР на ЭКРАНЕ

Ведущий : Сколько препятствий пришлось пройти. Что только вы не делали, чтоб вернуть рисунки мамам. Что же в конце последней записки нам пишет Баба-Яга?

"Рисунки ваши находятся под охраной серого волка. Баба-Яга"

Дети находят коробку с рисунками для мам и кричат : «Ура!»

Ведущий:

Для мамочек милых сегодня старались,

Квест проходили, шутили, смеялись.

Мы мамочек добрых все поздравляем и открытки с любовью свои им вручаем!

Ведущая:

Ребята, а вам жалко Бабу-Ягу?

Она такая одинокая, у нее совсем нет детей. Может кто-то дома захочет ей нарисовать тоже рисунок? Например, цветы ей нарисовать, новый красивый дом, кота, домовёнка Кузю, чтоб ей было не грустно. Может ваши волшебные рисунки помогут стать ей добрее. А давайте-ка мы сейчас возьмём этот конверт, который нам прислала со своим письмом Баба-Яга и вложим в конверт все ваши рисунки для нее, когда они будут готовы. А затем возьмём этот конверт и отправим ей наши подарки, наши рисунки.

И в заключении нашего праздника я хочу пожелать всем мамам планеты:

На свете добрых слов живет немало,

Но всех добрее и важнее одно:

Из двух слогов, простое слово «мама»

И нет на свете слов дороже, чем оно.

За доброту, за золотые руки,

За материнский ваш совет,

От всей души мы вам желаем

Здоровья, счастья, долгих лет!





Сценарий квеста «Папа может»

Сценарий праздника, посвящённого «Дню отца» «Подарок для папы» для детей старшего возраста.

СПОРТИВНЫЙ ЗАЛ

Ведущий: Здравствуйте ребята! Здравствуйте, уважаемые папы!
Мы рады видеть вас в нашем детском саду.
Сегодня мы собрались, чтобы отметить замечательный праздник.
Праздник радостный, красивый,
Лучше не было и нет!
И от всех детей счастливых
Папам- пламенный «привет»! (дети машут руками)

В нашей жизни очень много праздников, причем самых разных, однако есть и особые праздники. Именно к таким праздникам относится - День отца!

Сегодня этот праздник мы проведем как квест-игру. Участвовать в ней будут все без исключения и девочки, и мальчики, и, конечно же, наши папы. Ребята приготовили для вас подарки. Но чтобы отыскать их, вам предстоит выполнить множество разнообразных заданий, за выполнение которых вы будете получать ключи. Они нам пригодятся в конце маршрута.

Итак, первая наша станция - «Спортивная». Здесь мы проверим силу и ловкость наших участников.

Ведущий: Ребята, вы, конечно же, знаете, что перед любыми соревнованиями нужно сделать? (Ответы детей). Правильно! Разминку! Давайте поможем нашим папам хорошо размяться!

РАЗМИНКА

Первая эстафета будет для поднятия командного духа. Делимся на 2 команды – команда детей и команда пап. Первым заданием будет передача мяча из рук в руки над головой от первого участника команды до последнего, и в обратную сторону.

ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ

Вторым заданием будет передача мяча из рук в руки между ног также от первого участника команды до последнего, и в обратную сторону.

Молодцы! Следующая эстафета будет парной – участвуют папы вместе со своими детьми. нам нужно разделить на 2 (3) команды.

Ваша задача – забросить мяч в корзину, но не всё так просто. Забросить мяч должен именно ребёнок, а так как корзина расположена высоко – папам придётся пронести на спине своего ребёнка, который будет держать в руках мяч.

ВЕСЁЛЫЙ БАСКЕТБОЛ

Все молодцы! Отлично справились с первым заданием – за это дарим вам первый ключ.

Ну что, отправляемся дальше? Следующая станция – «Строительная».

ПДД

Следующее наша станция – творческая.

«СНЕГИРЁВО»

Внимание, здесь вас ждёт необычное задание. Папы присаживаются на стульчики – вы будете позировать, а ребята должны за 3 минуты нарисовать Ваш портрет. (9 стульев для пап, 9 шаблонов лиц для детей, восковые мелки, столы и стулья для детей).

ПАПИН ПОРТРЕТ

*** В конце конкурса – фото с папами и портретом.

Теперь отправляемся на последнюю станцию – музыкальную.

МУЗЫКАЛЬНЫЙ ЗАЛ.

Поздравляем – вы уже на финишной прямой. Сегодня все участники показали замечательную командную работу, проявили небывалую ловкость, ум и смекалку.

Выносим сундук

Вот и наш сундук с подарками, которые приготовили для вас ребята. Но вот какая неприятность – у вас всего 4 ключа, а замков на сундуке пять! Поэтому вам нужно получить последний ключ!

Так как станция у нас называется «музыкальная» - то и задание мы подготовили тоже музыкальное: вам нужно всем вместе поиграть в оркестре.

Сейчас каждый из вас получит музыкальный инструмент, и внимательно слушая текст песни, вам нужно поиграть на своём инструменте. (дети вместе с папами, слушая текст песни, играют на определённых инструментах)

ОРКЕСТР

Ведущий: Какие все молодцы! Замечательный получился оркестр.

Показываем 5й ключ и берём остальные ключи

А сейчас настал самый приятный момент – вручение подарков.

ВРУЧЕНИЕ ПОДАРКОВ

И на прощанье мы хотим вам пожелать:

Веселитесь от души,
Так как ваши малыши!
Чаще детство вспоминайте,
С ребяташками играйте.
Будьте счастливы, здоровы,
К приключениям готовы!
Чтобы каждый день и час
Только радовал всех вас!

А сейчас фотография на память



Анализ проекта

В целом опыт практического использования активизирующих квест-игр показывает, что они хорошо воспринимаются воспитанниками и родителями. Более того, идея квеста идеально подходит для проведения детских праздников, дней рождений, когда дети, согласно маршрутным листам, сталкиваются с различными проблемами или персонажами, создающими проблемы, придумывают, как с ними справляться и в конце находят ответ.

Оценка эффективности реализации проекта

Дети:

- умеют слушать и слышать друг друга, договариваться, приходить к согласию;
- активизация речевой активности, мышления, внимания, воображения;
- сформировано позитивное отношение к окружающему миру, другим людям, самому себе, к сверстникам и родителям;
- умеют отстаивать свою позицию,
- нет чувства страха за ошибку;
- умеют применять свои знания для решения новых проблем;
- умеют планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели;
- решают интеллектуальные задачи, адекватные возрасту.

Родители:

- сформированы доверительные, партнерские отношения с детьми и педагогами;
- активно участвуют в жизни МАОУ, взаимодействуют со всеми участниками образовательного процесса.
- умеют поддерживать дружеские связи детей, способствовать проявлению их самостоятельности, активности, инициативности.

Вывод

Роль квест-технологий в современном мире недооценивать просто нельзя. Заставить заниматься ребенка, конечно, можно, но, сами понимаете, ничего хорошего из этого не выйдет. А квест-технология призвана не только улучшить восприятие, скажем, учебного материала или способствовать моральному становлению ребенка как личности, но еще и может стимулировать умственное и нравственное развитие детей. Кроме того, в основе своей такая методика несет двоякий смысл, как ни странно, из двух

взаимоисключающих правил: поиск правильного логического мышления и использование нестандартных методов для решения поставленной задачи.

Для каждой квест-игры указываются условия проведения, материально-дидактическое оснащение, подробно прописываются процедура и ход проведения квест-игры, представляются участникам задания для каждого этапа игры.

При делении участников на игровые команды важно, чтобы деление происходило в произвольной форме, чтобы в командах присутствовали и сильные и слабые участники.

Особенности построения квест-игры заключается в следующем:

1. Упрощенное информационное обеспечение квест-игры. Целесообразно использовать в игре те знания, которые уже имеются у детей.
2. Квесты двуплановы: игровая ситуация условна, а поведение ее участников реально. При этом игровое поведение может совпасть реально или частично с реальным решением проблемы. В связи с этим, квест может оказаться тем стимулятором, который поможет участнику принять решение.
3. Наличие игрового конфликта, т. е. динамического стержня квеста, часто реализуемого через специально заданные противоборствующие роли.
4. Нежелательно повторное проведение квест-игры (отсрочить повторное проведение, провести ее более динамично или внести изменения).
5. Проведение квест-игр рассчитано на 30 мин (пространство проведения игры ограничено) или на несколько дней (игра на местности или квест-путешествие).

Для большей эффективности игровые задания квестов могут использоваться в сочетании с другими формами и методами работы по развитию познавательной активности детей.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 31 «Снегирёк»**

Краткосрочный проект

на тему:

**«Применение координационной лестницы в ДОУ на занятиях
по физической культуре»**

Выполнил:

учитель по физической культуре

Балычева Ксения Анатольевна

г. Сургут, 2023

Краткосрочный проект: «Применение координационной лестницы в ДОУ на занятиях по физической культуре».

Авторы: Балычева К.А.

Участники проекта – учитель по физической культуре, воспитанники МБДОУ №31 «Снегирек», родители, воспитатели;

Сроки реализации проекта: краткосрочный, с 01.03.2023 по 31.03.2023

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный

Актуальность:

Одной, из главных целей физического развития в дошкольном образовании является развитие физических качеств ребенка. Особенности координационных способностей детей дошкольного возраста — одна из интереснейших и сложнейших проблем теории и методики физического воспитания. По данным Е.Н. Вавиловой, для развития скоростных качеств, следует использовать упражнения в быстром и медленном темпе. Чем выше уровень развития физических качеств, тем выше точность, ритмичность, согласованность движений, тем успешнее двигательная деятельность ребенка. Потребность в движениях, двигательная активность вызывает положительные изменения в физическом и психическом развитии ребёнка, совершенствовании всех функциональных систем организма.

Применение нетрадиционных средств на занятиях физической культуры, является эффективным средством для привлечения интереса детей к двигательной деятельности. Одним из таких средств является координационная (скоростная) лестница.

Проблема: Недостаток эффективных методов для развития координации и двигательных навыков у детей старшего дошкольного возраста.

Цель:

-развитие у детей дошкольного возраста координационных способностей: скоростно-силовых, прыгучести, ориентировки в пространстве с помощью скоростной лестницы.

Задачи:

Оздоровительные:

- Способствовать укреплению связочно-суставного аппарата, развитию всех групп мышц.
- Развивать двигательные качества (быстроты, силы, координационных способностей-ловкости).

Образовательные:

- Познакомить детей и родителей с координационной лестницей, как способ активного отдыха.

-Научить детей выполнять упражнения, играть в подвижные игры с использованием координационной лестницы.

-Формировать двигательные умения и навыки с использованием координационной лестницы.

-Развивать у детей чувство ритма.

Воспитательные:

-Содействовать умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

-Воспитывать интерес и потребность к занятиям физической культурой с использованием координационной лестницы.

Продукт проекта:

-Комплекс упражнений на координационной лестнице

-схемы-карточки для выполнения упражнений

-мастер класс для родителей «Координационная лестница в ДОУ»

План реализации проекта

Этапы проектной работы	Задачи этапа	Содержание ПД
1 этап Подготовительный	1.Вызвать интерес детей к теме проекта. 2.Подготовить и собрать информацию о координационной лестнице	-Изучение научно-методической литературы по теме «Здоровье», «Координационная лестница в ДОУ», -«Развитие координационных способностей» -Ананьева А.Г.) -Просмотр видеоматериалов о координационной лестнице.
2 этап Основной	1.Знакомство детей с тренажером. 2.Освоение упражнений на координационной лестнице.	Знакомство детей с координационной лестницей. Знакомство с визуального осмотра и знакомства с правилами. Процесс освоения каждого нового упражнения на лестнице проходит в 3 этапа: 1 этап – Разучивание упражнения с пояснениями всех элементов. 2 этап – Совершенствование техники выполнения движений, постепенно усложняя и наращивая темп. 3 этап –Практическое использование. Используем знакомые движения в самостоятельной и совместной деятельности.

3 этап Заключительный	1.Разработка комплекса упражнений на координационной лестнице; 2. Оформление картотеки карточек с заданиями и игр для координационной лестницы; 3. Мастер класс для родителей «Координационная лестница в ДОУ»	Подготовка материалов для разработки комплекса упражнений, оформления схем-карточек, и сценария мастер-класса для родителей.
--------------------------	--	--

Характеристика координационной лестницы

Координационная (скоростная) лестница – это тренажёрное устройство, предназначенное для развития ловкости, скоростных качеств, баланса тела в движении, тренировки ускорений, чувства ритма и координации движений, что позволяет отрабатывать технику основных двигательных действий. Лестница сконструирована таким образом, чтобы улучшить владение телом и увеличить скорость ног.

Координационную лестницу – используют как для индивидуальных, так и для групповых занятий. Использовать лестницу можно, как для разминки, так и для основной деятельности, повторяя одни и те же упражнения, постоянно увеличивая темп.

Применение координационной (скоростной) лестницы:

- утренняя гимнастика;
- занятия по физической культуре;
- самостоятельная деятельность детей;
- физкультминутки;
- развлечения, спортивные праздники;
- подвижные игры.

Прежде чем приступить к выполнению упражнений на координационной (скоростной) лестнице следует провести небольшой инструктаж:

- правильная постановка ног.
- не наступать на планки лестницы.
- начинать медленно, постепенно увеличивая скорость выполнения движений.

- правильная техника важнее, чем скорость.
- начинать выполнять упражнение, когда первые три клетки будут свободны.
- обязательно разминаться перед выполнением упражнений.

Виды координационной лестницы

Плоская лестница (Flat Style Лестница). С перекладинами, которые абсолютно плоские по отношению к полу. В этой лестнице, как правило, регулируемые перекладины, поэтому можно менять их положение от 37 до 50 см. Но такие лестницы имеют меньшее количество перекладин на общую длину.

Также существуют разновидности лестниц сдвоенных, облегченных, с соединительными крепежами для наращивания длины или составления крест-накрест.

Особенности координационной лестницы



Упражнений с координационной лестницей существует множество. Некоторые из них являются специализированными под некоторые виды спорта.

При тренировках с лестницей используются 4 основных навыка:

- бег;
- прыжки;
- приставные шаги;
- ползание.

Необходимо тренировать все эти 4 навыка, т.к. организм ребенка нуждается в разных стимулах. Каждый навык помогает разными путями получить новые рабочие нейроны, что очень важно для тренировочного процесса. Для развития каждого навыка рекомендуется делать не менее двух повторений (1 подход).

Знакомить детей с новым тренажером следует, начиная с простых (базовых) движений. Например:

- Ходьба, перешагивая через рейки лестницы правой и левой ногой поочередно;
- Бег, перешагивая рейки лестницы;
- Прыжок вперед толчком двух ног, перепрыгивая через рейки лестницы.

В выборе упражнений нужно отталкиваться от возраста воспитанников и их подготовки. Знакомство с координационной лестницей можно начинать с младшей группы (3-4 года), в этом возрасте дети уже способны выполнять базовые движения.

Таблица 1

Примеры комплексов упражнений на координационной лестнице

Описание упражнений	Методические указания
<i>Комплекс № 1</i> для подготовительной части занятия; выполняется поточно при передвижении по периметру площадки в колонне по одному, дистанция две ячейки	
Разновидности ходьбы:	
1. Перешагивая через перекладины лестницы	Один шаг в каждую ячейку
2. То же, сгибая ноги вперёд	Выше колени. Руки на пояс, в стороны
3. Приставными шагами правым и левым боком, перешагивая через перекладины	Спина прямая; один шаг в каждый отсек. Руки за спину, к плечам и др.
4. То же, сгибая ноги вперёд, руки на пояс	Выше поднимать колени
5. Выпадами, перешагивая через отсек	Руки произвольно
6. Выпадами приставными шагами правым и левым боком, перешагивая через перекладину	Выпад глубже

Комплекс № 2

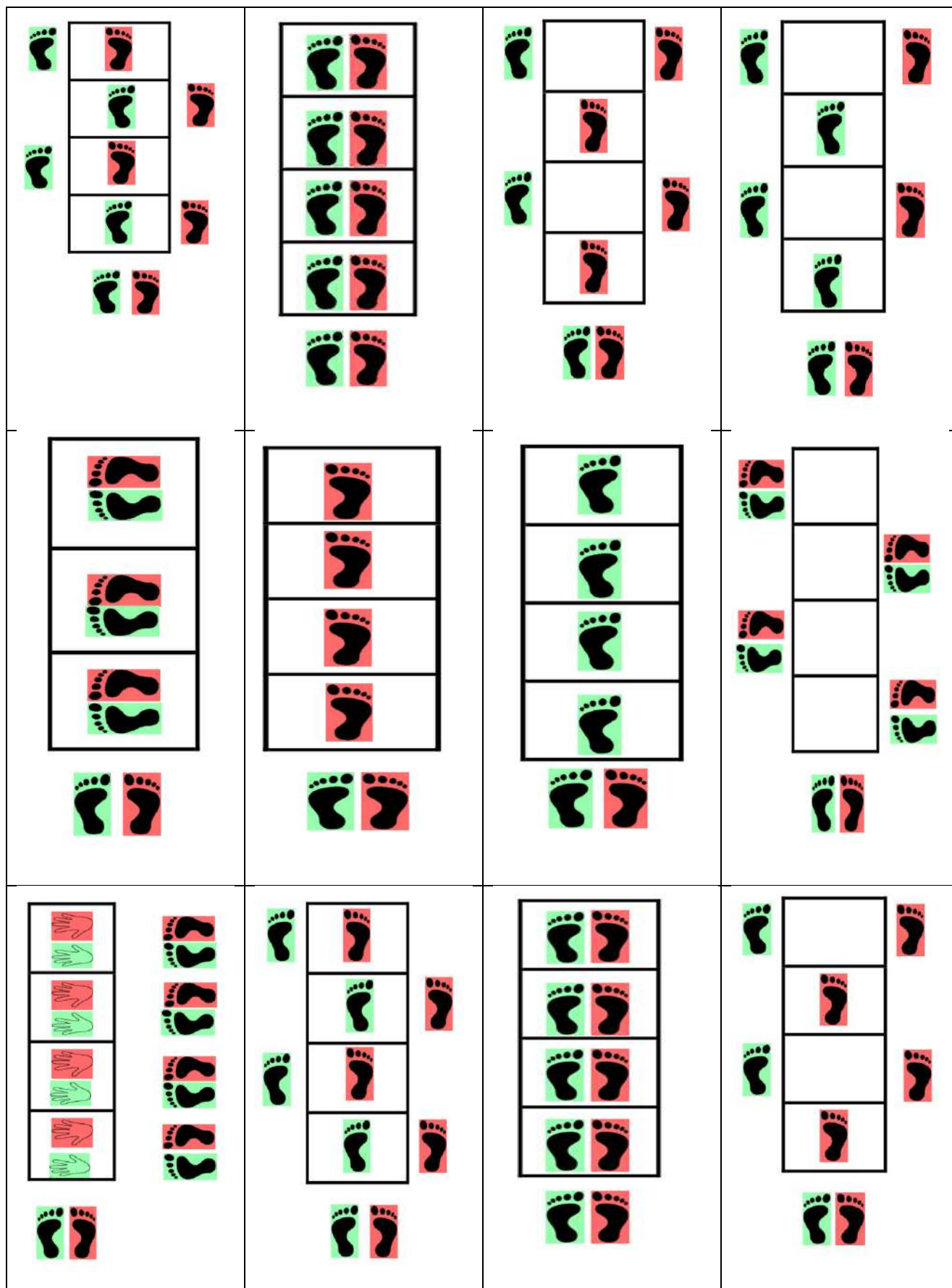
для подготовительной части занятия; выполняется поточно при передвижении
по периметру площадки в колонне по одному, дистанция два шага

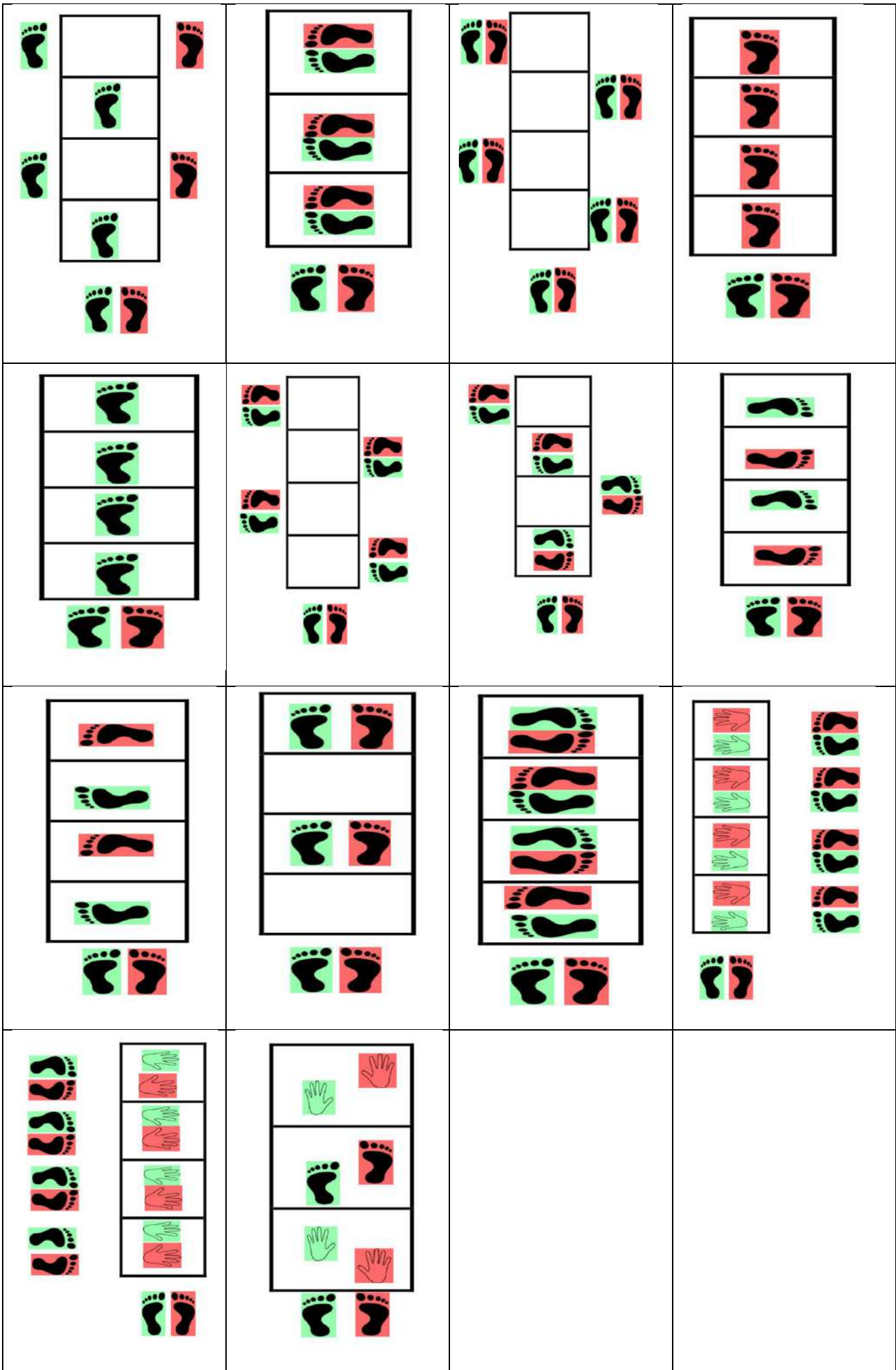
Разновидности бега:

1. Семенящий бег через планки лестницы	Один шаг в каждый отсек
2. Бег, правая внутри, левая снаружи	Один шаг правой в каждый отсек
3. Бег, левая внутри, правая снаружи	Один шаг левой в каждый отсек
4. Бег, сгибая ноги вперед, через планки лестницы	Бежать по одной линии, один шаг в каждый отсек
5. То же, сгибая ноги назад	Точно по отсекам
6. Бег, поднимая прямые ноги вперед, через планки лестницы	Стопы, колени вытянуты

<i>Комплекс № 3</i> для основной части занятия; выполняется поточно	
Разновидности прыжков и ползаний:	
1. Прыжки толчком двумя с продвижением вперед через планки лестницы	Один прыжок в каждый отсек
2. Передвижение в упоре стоя согнувшись, перешагивая руками и ногами через планки лестницы	Колени втянуть
3. Прыжки ноги вместе — ноги врозь с продвижением вперед через планки лестницы	«Классики»: прыжок на две в отсек, обе ноги внутри лестницы, прыжок ноги врозь в отсек, обе ноги снаружи
4. Упор лежа правым боком к лестнице; передвижение в упоре лежа приставными шагами вправо, перешагивая руками через планки лестницы	Руки прямые
5. Прыжки с продвижением вперед через планки лестницы, одна нога снаружи, другая внутри	«Лыжные прыжки»: один прыжок в каждый отсек
6. Упор лежа левым боком к лестнице; передвижение в упоре лежа приставными шагами вправо, перешагивая ногами через планки лестницы	Руки прямые, голова, туловище и ноги на одной линии
<i>Комплекс № 4</i> для основной части занятия; выполняется поточно	
Разновидности прыжков:	
1. Прыжки правым боком толчком двумя с продвижением вправо через планки лестницы руки на пояс	Один прыжок в каждый отсек
2. То же левым боком	Один прыжок в каждый отсек
3. Прыжки на правой с продвижением вперед через планки лестницы	Один прыжок в каждый отсек
4. То же на левой	Один прыжок в каждый отсек
5. Прыжки «зигзагом» толчком двумя с продвижением вперед	Прыжок вперед в отсек — обе ноги внутри — прыжок вправо — обе ноги снаружи

Схемы-карточки для координационной лестницы





Игры по физическому развитию

Январь-февраль

Название игры	Описание игры
2 года	
«Самолеты»	Задачи: развитие ориентировки в пространстве, внимания. Ход игры: малыши (2-4чедовека) занимают ячейку лестницы, это их домик (аэропорт). Ведущий говорит: «К полету приготовились, завели моторы!» Дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук (р-р-р) после сигнала, ведущего: «Полетели!» разводят руки в стороны и летят, в разные стороны. По сигналу ведущего « На посадку» направляются на свои места.
3 года	
«Найди свой кубик»	Задачи: развитие координации движений, внимания, ориентировки в пространстве. Ход игры. В каждой из ячеек «Лесенки» стоит ребенок и лежит цветной кубик. По сигналу дети начинают бегать в разных направлениях, не толкаясь. По второму сигналу дети останавливаются и закрывают глаза. В это время воспитатель меняет кубики местами. По третьему сигналу дети открывают глаза. Каждый должен добежать до ячейки, и найти свой (по цвету) кубик и поднять его над головой. Выигрывает тот, кто первым правильно выполнит задание.
4 года	
«Собери слово»	Задачи: Закрепление навыков чтения, умение подобрать нужный слог, чтобы получилось слово. Ход игры: Дети берут на столе слог и подбирают в ячейках лестницы ловкости такой слог, чтобы получилось слово.
«Найди картинку к слову»	Задачи: Закрепляем навыки чтения, умение соотносить картинку со словом. Ход игры: Дети вытягивают карточку со словами, читают и находят в ячейках ленточки ловкости нужную картинку. Кладут слово к картинке.

«Ловушка»	Задача: развитие умения услышать в слове определённый звук, координация движений рук и ног. Ход игры: Воспитатель предлагает детям «открыть ловушки», т.е. поставить руки перед собой, повернув ладонями вверх, которые и есть «ловушки». Если в слове услышите заданный звук, то «ловушки» нужно захлопнуть, т.е. хлопнуть в ладоши и одновременно запрыгнуть в ячейку «Лесенки», где расположен заданный звук. Слова подбираются воспитателем в зависимости от темы занятия.
«Кто самый внимательный?»	Задачи: развитие речевого слуха, совершенствование навыка звукового анализа и синтеза слов; развитие быстроты реакции и соревновательного духа. Ход игры. Дети делятся на две команды. Воспитатель показывает картинку изображением предмета, дети обеих команд должны на скорость составить по обеим сторонам «лесенки», напротив ячеек звуковую схему слова из символов Например: ПОНИ
«Что сначала, что потом»	Задача: развитие умения составить развернутое предложение по картинке (старшая группа) и короткий рассказ по серии картинок (подготовительная группа); упражнять детей в перешагивании предмета (высота 45-50 см), приседании на «корточки» не разводя колени в стороны Ход игры. Воспитатель предлагает детям картинки, объединенные одним сюжетом. Ребенку необходимо расположить их в правильном порядке в ячейках «лесенки», которая лежит на полу (количество ячеек зависит от количества сюжетных картинок) и составить рассказ (предложение). После того как ребенок разложит картинки по ячейкам, «лесенку» поднимают от пола на расстояние 45-50 см. Далее ребенок перешагивает в первую ячейку, поднимает картинку, присаживаясь на «корточки», поднимается и составляет по ней предложение. Далее перешагивает в следующую ячейку, повторяя последовательность действий.
«Пчелки»	Задачи: развитие быстроты, внимания, координации. Ход игры: Игроки- «пчелки» занимают места в ульях, по 2-3 человека стоят в ячейках лестницы. По команде «Пчелки полетели за медом» дети разбегаются в рассыпную по площадке, имитируя руками взмахи
	крыльев. По команде «В ульи» - бегут в свои домики(улья.) Отмечаются пчелки, которые собрались в своем домике быстрее других.

«Котята и щенята»	Задачи: Развитие координации, внимания, ловкости, быстроты Ход игры: играющие делятся на 2 группы, дети одной группы – «котята», другой – «щенята». Котята находятся на одной стороне зала, а щенята на другой. Музыка играет – котята гуляют, по сигналу бубна выбегают щенята и догоняют котят, которые должны убежать в домики, если котята оказались в домиках, то их уже нельзя ловить.
«Поросята и волк»	Задачи: развитие внимания, ловкости, координации, внимания. Ход игры: игроки- «поросята» сидят в домиках, в ячейках лестницы. На противоположной стороне площадки находится «дверь» - дуга, в ней сидит водящий – «волк». Со словами: «Никакой на свете зверь не откроет эту дверь, волк из леса никогда не ворвется к нам сюда!» дети выходят из домиков и передвигаются по площадке в упоре на коленях. По команде «Волк!» поросята поднимаются на ноги и убегают в домики, а волк подлезает под дугой, догоняет и пятает поросят. Победителем считается поросенок, который успел укрыться в домике, или тот, кого волк поймал последним.
5 лет	
«Регулировщик»	Задачи: закрепление навыка выполнения движений в соответствии с сигналами «регулировщика», развитие внимания. Ход игры. Во время ходьбы по «Лесенке» в колонне по одному воспитатель (он идет первым) меняет положение рук: в сторону, на пояс, вверх, за голову, за спину. Дети выполняют за ним все движения, кроме одного – руки на пояс. Это движение – запрещенное. Тот, кто ошибается, выходит из строя, становится в конце колонны и продолжает игру. Через некоторое время запрещенным движением объявляется другое.
«Мотоциклисты»	Задачи: упражнять в отбивании мяча в ячейку, закрепление навыка выполнения движений в
	соответствии с сигналами регулировщика, развитие внимания. Ход игры. Игроки «мотоциклисты» ведут мяч по площадке, ударяя об пол. в каждую ячейку лестницы. Педагог «Регулировщик» стоит в центре площадки и держит в руках три флажка (зеленого, красного и желтого цвета) Если регулировщик поднимает желтый флажок, мотоциклисты отбивают мяч, стоя на месте, зеленый- продолжается движение, красный- останавливаются, мяч держат в руках. Если дети не владеют в достаточной мере ведением мяча, то можно отбивать мяч об пол двумя руками. Побеждает наиболее внимательный и ловкий мотоциклист.

«Вороны и воробьи»	Задачи: развитие быстроты реакции и внимания. Ход игры: Дети делятся на две команда «вороны» и «воробьи» и встают вдоль центральной линии спиной друг к другу на расстоянии 2-3 шага. По сигналу взрослого «воробьи» дети этой команды должны развернуться и броситься догонять участников из команды ворон. Вороны убегают к своему дому и занимают любую свободную ячейку лестницы (если они оказались в доме, то их ловить нельзя. Пойманные игроки переходят в другую команду. По окончании игры отмечаются быстрые и внимательные игроки.
«Два Мороза»	Задачи: развитие быстроты, ловкости, внимания. Ход игры: на противоположных сторонах площадки находятся лесенки ловкости, играющие располагаются на одной стороне площадки в ячейках (домиках). Двое ведущих – два Мороза (Мороз - Красный нос и Мороз- Синий Нос) становятся по середине площадки лицом к детям: Мы два брата молодые, два Мороза удалые Я Мороз – Красный Нос, я Мороз – Синий Нос Кто из вас решится в путь дороженьку пуститься? Все играющие хором отвечают: «Не боимся мы угроз и не страшен нам мороз!» Дети после слов перебегают на другую сторону, в (другой дом) ячейки лестницы. Морозы стараются их «заморозить» (коснуться рукой). Замороженные
	останавливаются на том месте, где их настиг «Мороз». Они стоят так до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, сколько играющих им удалось заморозить. В конце игры подводится итог: какие пары Морозов заморозили больше играющих.
«Белые медведи»	Задачи: Развитие ловкости, быстроты, внимания. Ход игры: игроки «пингвины» находятся на площадке, ведущий – «белый медведь» стоит в стороне с обручем в руках. По сигналу «пингвины» разбегаются, а белый медведь старается догнать кого-нибудь из пингвинов и накинуть на него обруч, чтобы спастись необходимо забежать в ячейку лестницы («льдинку»). Пойманные пингвины выбывают из игры, остальные продолжают двигаться.

«Пустое место»	Задачи: развитие координации движений, реакции на сигнал, ориентировки в пространстве. Ход игры. Выбирается один ведущий. Остальные участники игры становятся лицом друг к другу на «лесенки», лежащие параллельно друг другу на расстоянии 1 метр (по одному в каждую ячейку). Цель игры пустое место — надо оказаться быстрее соперника. Ведущий начинает бежать вокруг «лесенок», и определенный момент пятнает любого стоящего, не прекращая движения. Запятнанный в то же время бросается бежать в другую сторону. Участник первым добежавший до пустого места, занимает его, опоздавший становится ведущим. Меняет направление движения и уже сам пятнает следующего участника.
«Встречные перебежки»	Задачи: развитие координации движений, быстроты. Ход игры. Две группы детей с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки на «лесенках» в шеренги. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета – синие, жёлтые. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону, стоящие напротив протягивают вперёд ладоши и ждут, когда бегущие прикоснуться к ним рукой. После касания бегущий возвращается на свое место и поднимает руку вверх. Побеждает тот, кто вернулся первым.
«Пингвины»	Задачи: развитие координации движений, умения взаимодействовать в команде.
	Ход игры. Игроки делятся на две команды и выстраиваются в колонну по одному возле «лесенки». Первые игроки зажимают мяч коленями и по сигналу начинают двигаться до конца лесенки и возвращаются обратно бегом, взяв мяч в руки. Выигрывает команда, которая первой прошла всю дистанцию.
«Кто скорее до флажка»	Задачи: закрепление навыка выполнения движений, развитие координации движений, умения взаимодействовать в команде. Ход игры. Дети распределяются на две колонны с равным количеством играющих в каждой. Дается задание: по сигналу воспитателя выполнить упражнение на «лесенке» и бегом возвратиться в конец своей колонны. Воспитатель отмечает тех детей в каждой колонне, которые быстро и правильно справились с заданием.
6 лет	

«Услышь – найди звук в «Лесенке»	Задачи: развивать фонематический слух. Учить определять какой звук назвали (глухой твердый, глухой мягкий, звонкий твердый, звонкий мягкий, гласный), развивать быстроту реакции; профилактика плоскостопия. Ход игры: воспитатель называет разные звуки, ребенок должен услышать изучаемый звук среди других называемых звуков, и пройти на носочках (или на пяточках, на внешней стороне подошвы, на внутренней стороне подошвы) и встать в ячейку на «лесенку с символом нужного звука.
«Автобусы»	Задачи: развитие координации движений, умения взаимодействовать в команде. Ход игры. «Автобусы» - это команды детей: «водитель» и «пассажиры». По команде «Марш!» первые игроки в каждой команде быстрым шагом идут по своим «лесенкам», огибают их и возвращаются в колонны, где к ним присоединяются вторые по счету и вместе они снова проделывают тот же путь и т.д., играющие держат друг друга за пояс. Когда автобус (передний игрок – «водитель») возвратится на место с полным составом пассажиров, он должен подать сигнал свистком. Выигрывает команда, первой прибывшая на конечную остановку. Вид ходьбы по «лесенке» выбирается перед игрой.
Работа по схеме-карточкам.	

Заключение:

Координационная лестница является эффективным средством развития двигательного-координационных качеств, которые необходимы во многих видах спорта.

Ежедневная тренировка на координационных лестницах, правильно подобранные упражнения и их дозировка, позволит улучшить координацию движению, повысить скорость на коротких дистанциях, а также разнообразить занятия с дошкольниками.

В своей работе я хотела показать, что необходимо развивать скоростные и координационные способности у дошкольников, искать новые средства, повышающие интерес к занятиям физической культуры, подвижным, спортивным играм и соревнованиям.

Мастер класс для родителей «Координационная лестница в ДОУ»







Список использованной литературы

1. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. Средняя группа. Старшая группа. Подготовительная к школе группа. Пензулаева Л. И. -М.; Мозаика-Синтез.
2. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. -М. Мозаика-Синтез, 2011 Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. Э. Я. Степаненкова. -М.; Мозаика-Синтез, 2016.
3. Теория и методика физической культуры, Матвеев Л.П, 1991. 543 с.)
4. Развитие координационных способностей у дошкольников. Лях. В. И. -ООО Издательство «Спорт», 2016.

5.Развивать координационные способности. Лях В. И., Панфилова Н. В. // Дошкольное воспитание. -1991.-№7.-с. 16-19.

6.Развитие координации движения в детском саду и начальной школе. Патрикеев А. Ю. - 18БК 978-5-4474-6146-1-Создано в интеллектуальной издательской системе Шдего, 2017.

7.Руководство к использованию скоростной лестницей, 2013. – 15 с., иллюстрации.

Интернет ресурсы:

<https://www.youtube.com/watch?v=3kMcgnlSQLM>

<https://www.youtube.com/watch?v=KV-ADJFDCIQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=SDlDvn0tdUc>

https://www.youtube.com/watch?v=DnL3dWe_7wY

<https://rebenokvsporte.ru/koordinatsionnaya-lestnitsa-dlya-doshkolnikov-podvizhnye-igry-i-uprazhneniya/>

<https://www.youtube.com/watch?v=sGm3f37izJw>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 31 «Снегирёк»**

Краткосрочный проект

на тему:

**«Спортивная игра футбол как средство физического
развития дошкольников старшего возраста»**

Выполнил:

учитель по физической культуре

Балычева Ксения Анатольевна

г. Сургут, 2025

Краткосрочный проект: «Спортивная игра футбол как средство физического развития дошкольников старшего возраста».

Авторы: Балычева К.А.

Участники проекта – учитель по физической культуре, дети подготовительной группы «Теремок», родители, воспитатели;

Сроки реализации проекта: краткосрочный, с 17.03.2025 по 06.04.2025

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный, познавательный

Краткая аннотация проекта:

Данный проект посвящен внедрению элементов футбольной игры в процесс физического воспитания дошкольников. В возрасте 6-7 лет формируются ключевые двигательные навыки, а использование футбольных элементов может значительно повысить активность детей. Проект будет включать в себя знакомство с основами футбольной игры, правилами и сюжетными игровыми заданиями. Дети будут иметь представление о спортивной игре футбол, развивать двигательные качества в процессе увлекательной игры, в частности координацию, ловкость и скорость.

Ресурсы: Материальные: мячи по количеству детей, спортивный зал, фишки, скамейки, манижки. Временные: 3 недели на подготовку и проведение занятий.

Актуальность проекта: Физическое воспитание детей дошкольного возраста является одной из важнейших задач, стоящих перед современным обществом. В условиях стремительного развития технологий и увеличения времени, проводимого детьми за экранами различных устройств, наблюдается значительное снижение уровня физической активности у дошкольников. Это, в свою очередь, приводит к негативным последствиям для их здоровья, психоэмоционального состояния и общего развития. В связи с этим, актуальность разработки и внедрения элементов спортивных программ, направленных на повышение двигательной активности детей, становится особенно важной. Одним из эффективных способов решения данной проблемы является использование элементов футбольной игры в процессе физического воспитания дошкольников.

Футбол, как один из самых популярных видов спорта в мире, обладает уникальными возможностями для развития двигательных качеств у детей. В

возрасте 5-7 лет у детей формируются ключевые двигательные навыки, такие как координация, ловкость, скорость и выносливость. Внедрение элементов футбольной игры в занятия физической культурой может значительно повысить интерес детей к физической активности, а также сделать процесс обучения более увлекательным и доступным. Футбол, как командная игра, способствует не только физическому развитию, но и формированию социальных навыков, таких как умение работать в команде, уважение к соперникам и развитие лидерских качеств.

Проблема: Недостаток физической активности у дошкольников и необходимость развития основных двигательных качеств. Потеря интереса воспитанников к занятиям по физической культуре.

Снижение физической активности у дошкольников стало одной из главных проблем современного общества. Эта ситуация требует особого внимания, так как она негативно сказывается на здоровье и развитии детей. Основные факторы, способствующие гиподинамии, включают носят как социальный, так и образовательный характер. В первую очередь, большое количество семей имеет доступ к цифровым технологиям, и дети часто предпочитают проводить время с планшетом или компьютером, чем заниматься активными играми на улице. Чаще всего стиль жизни, включающий в себя малую двигательную активность, формируется уже в раннем возрасте, когда родительская модель поведения становится эталоном для ребенка.

В результате недостаточной физической активности дети сталкиваются с различными проблемами, такими как ухудшение общей физической формы, проблемы с координацией и осанкой, а также возникновение заболеваний опорно-двигательной системы. Это представляет серьезную угрозу для их физического и психического здоровья. Как показывает практика, гиподинамия может обусловить не только снижение физической силы, но и ухудшение когнитивных функций, что влияет на успеваемость в школах. Недостаток физических нагрузок

сказывается на психоэмоциональном состоянии, приводя к повышенной утомляемости и снижению работоспособности.

Наиболее тревожным является тот факт, что дети, находясь в условиях гиподинамии, становятся менее активными не только в играх, но и в повседневной жизни. Родители, также играющие важную роль в жизни своих детей, довольно часто создают условия для недостаточной физической активности. Проблемы со здоровьем, вызванные гиподинамией, могут появиться еще в дошкольном возрасте, поэтому особенно актуальной становится необходимость раннего выявления и решения этих проблем.

С учетом вышеперечисленного, важно рассмотреть применение элементов футбольной игры как одного из эффективных средств развития двигательных качеств у дошкольников. Футбол как вид спорта предоставляет множество возможностей для активного взаимодействия детей. Он требует от них не только физической активности, но и координации, скорости реакции, а также умения работать в команде. Внедрение футбольных элементов в образовательный процесс может благоприятно сказаться на физическом развитии, привитии навыков командной работы и формировании здоровых привычек.

Исследования подчеркивают важность системы физического воспитания, нацеленной на всестороннее развитие детей. Настройка программ занятий может включать игровые элементы, которые сделают процесс обучения более увлекательным и адаптированным под интересы детей. Это обеспечивает не только физическую активность, но и социальное взаимодействие, что в свою очередь помогает формировать у детей уверенность в себе и уважение к товарищам.

В целом, применение элементов футбольной игры в образовательной программе для дошкольников является многообещающим направлением. Оно позволяет обеспечить детям полноценную физическую активность, что имеет первостепенное значение для их здоровья и всестороннего развития, а также формирует положительный опыт взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Цель проекта:

Внедрить в рабочую программу по физической культуре в ДОУ спортивную игру футбол, как средство физического развития дошкольников старшего возраста. Обеспечить развитие двигательных качеств у дошкольников через применение элементов футбольной игры.

Задачи:

1. Сформировать у дошкольников представление о спортивной игре футбол.
2. Разработать и провести занятия по физической культуре с элементами футбола.
3. Организовать выставку «Футбольный мяч из чего угодно».
4. Разработать картотеку подвижных игр с элементами футбола.
5. Приобщить родителей к физическому развитию дошкольников в рамках проекта.

Продукт проекта:

1. Картотека подвижных игр с элементами футбола.
2. Выставка «Футбольный мяч из чего угодно».

График работы над проектом:

Этап	Сроки	Содержание
1 этап. Подготовительный	17.03.25- 23.03.25	создание необходимых условий для реализации проекта: - подбор познавательной, художественной литературы;

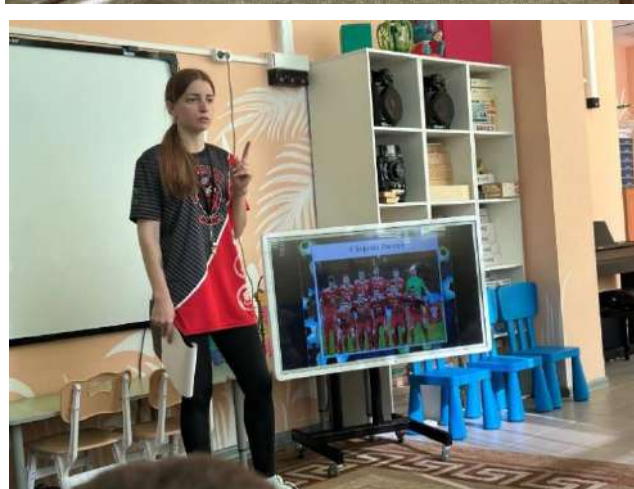
		-разработка конспектов занятий с элементами футбола -разработка картотеки подвижных игр с элементами футбола - подготовка оборудования для спортивных игр, занятий.
2 этап. Основной (практический)	24.03.25-02.04.25	- проведение беседы и показ презентации «Что такое футбол?»; -рассматривание иллюстраций; - загадки о видах спорта; -Раскрашивание картинок с изображением футбольной игры; -проведение занятий с элементами игры футбол; - проведение подвижных игр с элементами футбола; -выставка «Мой футбольный мяч»; - консультация для родителей (буклет) «Футбол для дошколят». - фото выставка «Футбол у меня дома»
3 этап. Заключительный	03.04.25-06.04.25	Обобщение результатов проекта, вывод.

Раскрашивание картинок с изображением футбольной игры





Проведение беседы и показ презентации «Что такое футбол?»





Разминка футболиста





Подвижные игры с элементами футбола





Обучение ведению и передачи мяча





Игра в футбол 2х2 и 3х3

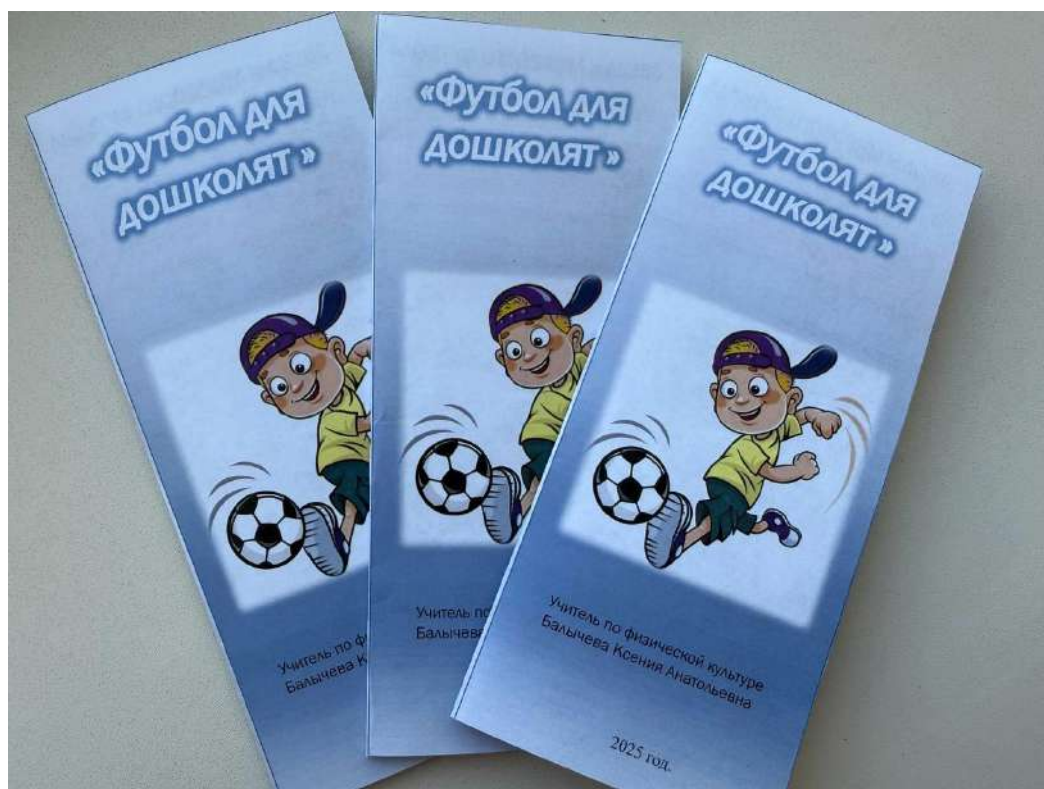




Аллея славы



Консультация для родителей (буклет) «Футбол для дошколят»



Фотовыставка «Футбол



В моей жизни»





Выставка «Мой футбольный мяч»





Заключение о перспективах проекта

Футбольные элементы представляют собой эффективный инструмент для повышения двигательной активности и развития физических качеств у дошкольников. Введение в занятия элементов футбола способствует не только формированию базовых двигательных навыков, таких как бег, прыжки, броски, но и полезных социальных навыков, таких как работа в команде и взаимодействие

с другими детьми. Применение игровой системы и элементов футбольных упражнений влияет на физическую подготовку дошкольников, формируя у них целеустремленность и активную жизненную позицию.

Занятия, основанные на простых футбольных элементах, как правило, являются интегрированными, сочетающими игровую и учебную сторону. Использование мячей, ворот и прочего инвентаря, характерного для футбольной игры, создает менее формальную и более располагающую атмосферу для обучения. Это позволяет детям быстрее осваивать предлагаемые упражнения и получать от них удовольствие. К тому же, элементы футбольной игры, как правило, способствуют развитию таких двигательных качеств, как ловкость, быстрота, сила и координация, что в дальнейшем прописано в программных документах по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

Понимание и освоение футбольных навыков требует активного взаимодействия между детьми, что формирует у них чувства коллективизма и дружбы. Наблюдая за игрой и участвуя в командной деятельности, дети учатся делиться, сопереживать и понимать других. Многие из этих социальных и эмоциональных навыков являются основополагающими для успешного взаимодействия в обществе на протяжении всей жизни. Инструкция и поощрение на занятиях футболом могут быть адаптированы под уровень подготовки детей, с учетом их индивидуальных особенностей, что делает процесс обучения более гибким и доступным.

Разработка и проведение занятий, включающих элементы футбольной игры, также должна учитывать физическую и эмоциональную компоненты детей. Эмоциональная вовлеченность способствует повышению интереса и мотивации к занятиям. Предложение разнообразных игровых задач и ситуаций, в которых дети могут проявлять свои навыки, является важным аспектом организации тренировочного процесса. Это создает положительную атмосферу, способствующую увеличению двигательной активности детей.

Занятия футболом становятся отличным способом приучения детей к групповой деятельности, так как они требуют совместных усилий для достижения

общей цели. Основной акцент должен быть на взаимодействии, командной игре и понимании правил, что в свою очередь позволяет детям развивать лидерские качества и быть более уверенными в себе.

Постепенное внедрение элементов футбольной игры в занятия дошкольников способствует всестороннему физическому развитию. Основной задачей при этом остается создание эмоционально-комфортной среды, способствующей развитию физических, социальных и эмоциональных навыков. Применение игровых и соревновательных элементов помогает удерживать интерес детей, делает занятия более привлекательными и результативными, а физическая активность становится не только полезной, но и увлекательной частью их повседневной жизни.

Вывод

В заключение, можно с уверенностью сказать, что внедрение элементов футбольной игры в процесс физического воспитания дошкольников имеет огромный потенциал. Это не только способствует развитию двигательных качеств, но и формирует у детей положительное отношение к физической активности, что является важным аспектом их общего развития. Таким образом, можно отметить, что использование футбольных элементов в физическом воспитании дошкольников не только актуально, но и необходимо для формирования здорового и активного поколения.

Список литературы

1. Причины снижения двигательной активности дошкольников... [Электронный ресурс] // www.cfks.ru - Режим доступа: <https://www.cfks.ru/articles/prichiny-snizheniya-dvigatelnoy-aktivnosti-doshkolnikov-75-00-32-37>, свободный. - Загл. с экрана

2. Гиподинамия у детей [Электронный ресурс] // cgon.rospotrebnadzor.ru - Режим доступа: <https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/gipodinamiya-u-detey/>, свободный. - Загл. с экрана

3. статья: "дефицит движения у детей дошкольного возраста..." [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2023/05/18/statya-defitsit-dvizheniya-u-detey-doshkolnogo-vozrasta>, свободный. - Загл. с экрана

4. Пути решения проблем двигательной активности детей... [Электронный ресурс] // matveeva-shat-dou29.edumsko.ru - Режим доступа: <https://matveeva-shat-dou29.edumsko.ru/articles/post/2851081>, свободный. - Загл. с экрана

5. Какие качества развивает футбол у детей? | ФШ «СИТИ» [Электронный ресурс] // fc-city.com - Режим доступа: <https://fc-city.com/articles/kakie-kachestva-razvivaet-futbol-u-detey/>, свободный. - Загл. с экрана

6. футбол для детей - польза футбола в развитии ребенка | Статья [Электронный ресурс] // nsportal.ru - Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2021/12/18/futbol-dlya-detey-polza-futbola-v-razvitii-rebenka>, свободный. - Загл. с экрана

7. Футбол для детей: рекомендации родителям и преимущества... [Электронный ресурс] // futurefootballshop.ru - Режим доступа: <https://futurefootballshop.ru/stati/futbol-dlya-detey-rekomendatsii-i-preimushchestva/>, свободный. - Загл. с экрана

Приложения

Загадки о видах спорта, спортивном инвентаре, оборудовании

Там в латах все на ледяной площадке
Сражаются, сцепились в острой схватке.
Болельщики кричат: «Сильнее бей!»
Поверь, не драка это, а —...(Хоккей)
Без весла не обойдёшься,
Если спортом тем займёшься.
А как занятие зовут,
Где в лодке к финишу плывут?..(Гребля)
Конь, канат, бревно и брусья,
Кольца с ними рядом.
Перечислить не берусь я
Множество снарядов.
Красоту и пластику
Дарит нам...(Гимнастика)
Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота, через сетку.
И площадка, а не поле
У спортсменов в...(Волейболе)
Металлических два братца,
Как с ботинками срослись,
Захотели покататься,
Топ! — на лёд и понеслись.
Ай, да братья, ай, легки! Братьев как зовут?
(Коньки)

Снаряд есть у боксёров — груша.
А в этом спорте «фрукт» получше.
Там забивает мяч спортсмен
В ворота в виде буквы Н,
На сливу очень мяч похож.
Вид спорта этот назовёшь?..(Регби)
На льду танцует фигурист,
Кружится, как осенний лист.
Он исполняет пируэт
Потом двойной тулуп... Ах, нет!
Не в шубе он, легко одет.
И вот на льду теперь дуэт.
Эх, хорошо катаются!
Зал затаил дыхание.
Вид спорта называется...(Фигурное катание)
У поля есть две половины,
А по краям висят корзины.
То пролетит над полем мяч,
То меж людей несётся вскачь.
Его все бьют и мячик зол,
А с ним играют в...(Баскетбол)
Разбираться нужно в спорте:
Теннисист — игрок на корте.
Как, скажите-ка мне сами,
В самбо мат зовут?..
(Татами)
По зимней дороге бегут налегке
Спортсмены на лыжах с винтовкой в руке.
До финиша скоро, фанаты кругом,
Любимый вид спорта смотрю —...(Биатлон)

Он — «носитель» рюкзака,
В туристическом походе, посидеть у костерка
Очень любит на природе.
Хворост, прошлогодний лист
Бросит в свой костёр...(Турист)
Ногами все бьют мяч, пинают,
Как гвоздь в ворота забивают,
Кричат от радости все: «Гол!».
Игру с мячом зовут...(Футбол)

**Картотека подвижных игр и упражнений
с элементами спортивной игры
«Футбол»**

Гонка мячей

Цель: Произвольное ведение мяча любым способом. Остановка мяча.

Правила игры: Дети водят ногами мяч, не сталкиваясь друг с другом. Руки спрятаны за спину.

Варианты:

- а. Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого – по мячу. После сигнала все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом.
- б. То же, но по первому сигналу игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу – в медленном.
- с. То же, добавляется третий сигнал – остановить мяч подошвой ноги.

Игра в футбол вдвоем

Цель: Вратарская техника: приём и отбивание катящегося мяча.

Игровые правила: Забить гол в круг соперника, не выбегая из круга.

Варианты:

- а. Дети становятся парами. Каждый игрок чертит вокруг себя круг диаметром 2-3 м. игроки передают мяч друг, другу отбивая его то - правой, то - левой ногой, стараясь попасть мячом в круг соперника. Выигрывает ребенок, забивший большее количество мячей в круг противника.

Забей в ворота

Цель: Вратарская техника: приём и отбивание катящегося мяча.

Игровые правила: Забить как можно больше голов в ворота противника

Варианты:

- а. Несколько играющих детей (4 - 6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, - это нападающие. Двое детей (3) – защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.
- б. Забить мяч из разного положения и любыми частями тела.

Футболист

Цель: отработать удары ногой по неподвижному мячу правой, левой ногой с одного, двух, трёх шагов, с разбега.

Игровые правила: сделать точный удар по неподвижному мячу.

Варианты:

- а. Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу воспитателя ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.
- б. С места (с разбега) по неподвижному мячу и попасть в предмет.
- с. Удар мячом в сетку и его прием.

Забей гол

Цель: Выбивание мяча в поле противника.

Игровые правила: Запрещается производить удары по мячу, находящемуся между ограничительной и средней линиями поля.

Варианты:

- а. В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20 x 10 м) на высоте 70 – 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 м от средней линии чертятся ограничительные полосы. Каждая из команд располагается на своей половине. В игру вводится два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч пересечет лицевую линию поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.
- б. Можно вводить в игру более 4-5 мячей одновременно.

Попади в мишень

Цель: Выполнит удар по мячу с четким попаданием в мишень.

Игровые правила: ударить по мячу с попаданием в мишень.

Варианты:

- а. Дети поочередно с расстояния 7 – 10 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий.
- б. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забили больше голов.

Консультация для родителей

«Футбол для дошколят»

Эта игра собирает десятки тысяч болельщиков на стадионах и еще больше у экранов телевизоров. Она приносит славу, уважение и достаток своим игрокам по всему миру. О чем речь? Конечно же, о футболе – любимой игре миллионов. С раннего детства любимой игрой и одной из первых игрушек и забав у ребенка

был и остается мяч. Мини-футбол – спортивная игра. Динамичность, эмоциональность, разнообразие действий в различных ситуациях в футболе привлекает детей старшего дошкольного возраста, формируют интерес и увлеченность ею. Игра с мячом позволяет всесторонне воздействовать на мышечную систему детей. Укреплять костный аппарат, развивать двигательную и сердечно-сосудистую систему, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект. Игра в мини-футбол развивает физические качества быстроту, силу, ловкость, выносливость. Играя в команде дети учатся быть вежливыми, помогать и сопереживать друг другу.

Во всем мире большой популярностью пользуется игра в футбол, как среди взрослых, так и среди детей. Известно, что наши футболисты зачастую уступают в технической и тактической подготовке зарубежным игрокам. Одной из причин этого является более раннее обучение детей игре в футбол в зарубежных странах, начиная с 6 лет.

В настоящее время в нашей стране охват детей дошкольного возраста занятиями футболом незначителен. Специалисты в области физической культуры и спорта указывают на положительное влияние игровых видов спорта на психофизическое развитие дошкольников и на необходимость разработки специальных программ, в том числе и по футболу, в основе которых должны лежать закономерности игры, учет онтогенетических особенностей развития ребенка и опыт работы детских тренеров.

Футбол как специфический вид двигательной деятельности позволяет создать условия для нормального физиологического, психического и физического развития ребенка, а также формирования социально значимых личностных качеств детей. Эта игра сочетает ходьбу, бег, прыжки с одновременным использованием различных ударов, ведений, передач мяча, бросков, ловли и т.д. В футболе быстро меняются игровые ситуации, требующие от занимающихся высокой координации движений, точности и быстроты их выполнения, что особенно важно для детей старшего дошкольного возраста, организм которых обладает большим потенциалом для формирования различных видов двигательных действий.

Существует закономерность: чем больше у ребенка развивается способность управления своим телом, тем быстрее и лучше он усваивает теоретические знания и чем симметричнее, разнообразнее и точнее движения, тем равномернее развиваются оба полушария головного мозга. Детским тренерам спортивных школ, необходимо придерживаться этих советов.

Детский футбол — это полезная физическая нагрузка для вашего ребенка, он обеспечит большое позитивное влияние на малыша. Мышечная ткань, кости будут укрепляться. Тренировки помогут развитию разных групп мышц, обеспечивая

комплексную нагрузку на весь организм. Организм будет находиться в отличном тонусе.

Благодаря футболу у детей развивается:

- Аналитические способности. Им способствует возможность анализировать ситуацию, которая происходит во время игры.
- Коммуникабельность развивается благодаря тому, что ребенок попадает в группу и ему необходимо научиться действовать в команде.
- Подчинение правилам развивает силу воли, выдержку и самообладание.
- Спортивные игры дают возможность развить у детей чувство соперничества.

Влияние спорта на развитие ребенка, бесспорно, положительное. Кроме каких-либо особенных воздействий на организм детей, спортивные игры учат поведению на соревнованиях. Как вести себя при победе и как при проигрыше. Воспитывает умение принять поражение, уважение к чужим победам и способность делать комплименты более успешным соперникам.

Благодаря правильному педагогическому воздействию укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для его всестороннего гармоничного развития.