Проектная деятельность инструктора по физической культуре в дошкольном учреждении

Проект «Применение скоростной лестницы в практике ДОУ»

Проблема.

Всовременном обществе дети все чаще проводят время за игрой в гаджетах, просмотром телевизионных передач и в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», в результате: увеличивается статистическая нагрузка на определенные группы мышц; снижается сила и работоспособность мускулатуры; нарушаются функции организма. Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым

Гипотеза (предположение): использование лестниц координации в образовательном процессе по физическому воспитанию в дошкольном учреждении позволит оптимизировать уровень двигательной активности детей и может рассматриваться как одно из действенных средств сохранения здоровья ребенка, улучшения его физической подготовленности, обогащения двигательного опыта.

Продолжительность проекта:

Долгосрочный

Тип проекта

Познавательно-оздоровительный

Участники: дети старшего дошкольного возраста, воспитатели, родители.

Цель**:**Развитие двигательных умений и навыков, координационных способностей и ориентировки в пространстве у детей старшего дошкольного возраста с помощью скоростной лестницы.

Задачи:

**Оздоровительные:**

* Способствовать укреплению связочно-суставного аппарата, развитию всех групп мышц, укреплению осанки.
* Содействовать повышению функциональных возможностей систем организма.
* Развитие двигательных качеств (быстроты, силы, координационных способностей, ловкости).

**Образовательные:**

* Познакомить детей с координационной лестницей, как способом активного отдыха.
* Обучить основам техники выполнения основных движений на лестнице координации.
* Содействовать овладению детьми основных двигательных умений и навыков с использованием координационной лестницы.
* Развивать у детей чувство ритма.

**Воспитательные:**

* Содействовать воспитанию организованности, самостоятельности, уверенности в себе.
* Воспитывать интерес к систематическим занятиям физической культурой, к играм и упражнениям с использованием координационной лестницы.

*Этапы реализации проекта:*

1 Подготовительный этап (октябрь):

- Изучение методической литературы по данной теме;

-Изучение видео материалов в сети интернет по применению лестниц координации в тренировочном процессе спортсменов.

- Ознакомление с опытом инструкторов по физической культуре по использованию лестниц координации в ДОУ

- Подготовка для родителей иллюстративного материала по применению и изготовлению лестниц координации в домашних условиях.

- Определение плана работы по применению лестниц координации на занятиях по физической культуре.

- Проведение стартовой диагностики – выявление уровня развития двигательных качеств у детей.

- Подбор музыкального сопровождения для упражнений и игр

II. Практический этап (ноябрь-март):

- Ознакомление детей с лестницами координации, техникой безопасности при выполнении упражнений.

- Использование упражнений на лестницах координации на занятиях по физической культуре.

- Изготовление карточек-схем для упражнений и игр.

-Составление картотеки упражнений и игр с применением лестниц координации.

- Предоставление фото и видео информации для родителей

- Мастер-класс для педагогов ДОУ «Лестницы координации в ДОУ»  
 -Консультации для родителей «Играем с детьми в «Классики», «Лестницы координации в домашних условиях»

        -Проведение индивидуальной работы с детьми.

lll. Аналитический этап (март):

-Выявление эффективности использования упражнений на скоростной лестнице для развития физический качеств у детей.

-Определение перспектив развития проекта.

Особенности организации занятий и выполнение упражнений с использованием координационной (скоростной) лестницы.

Применение координационной (скоростной) лестницы в ДОУ:

* На занятиях по физической культуре
* В индивидуальной работе с детьми
* В самостоятельная деятельности детей в группе, на прогулке