

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад №107 «Русалочка»
350005 г. Краснодар, ул.Дзержинского, 207**

**Методическая разработка
по использованию пособия
«Спорт эластик»
для детей дошкольного возраста**



**Авторы: Гордиевская Яна Евгеньевна,
инструктор по физической культуре
Шапочка Зоя Викторовна, воспитатель**

г. Краснодар
2024

Содержание

Аннотация	3
Введение.....	3
Обоснование актуальности.....	3
Новизна.....	4
Основной раздел.....	4
Ожидаемые результаты.....	5
Рекомендации по использованию.....	5
Заключение.....	8
Список используемой литературы.....	9
Приложение 1.....	10
Приложение 2.....	11
Приложение 3.....	13
Приложение 4.....	16
Приложение 5.....	25

Аннотация

В методической разработке представлено авторское пособие «Спорт эластик», как эффективное средство для физической активности, двигательных умений и навыков.

Введение

Целевая группа:

Дети всех возрастов дошкольного возраста, родители, специалисты ДОО.

Обоснование актуальности методической разработки:

Выбранная тема объясняется тем, что в современном дошкольном образовании изменился взгляд на сущность процессов воспитания и развития ребёнка-дошкольника.

В условиях реализации ФГОС ДО и ФОП ДО существенным отличием является — исключение из образовательного процесса учебной деятельности, как не соответствующей закономерностям развития ребенка на этапе дошкольного детства. Сущность изменения касается и модели образовательного процесса. Детей дошкольного возраста нужно не учить, а развивать. Развивать нужно посредством доступной для их возраста деятельности – игры.

Ведущей деятельностью детей дошкольного возраста является игра. При правильной организации игра создает условия для развития физических, интеллектуальных и личностных качеств ребенка, формированию предпосылок учебной деятельности и обеспечение социальной успешности дошкольника. Перефразируя известное стихотворение С. Михалкова про маму, скажу: «Игры разные нужны, игры разные важны...», потому что роль игры в развитии ребенка огромна!!! Игра – это вид деятельности и форма занятий, это жизнь как она есть и имитация жизни. Для дошкольника игра является самым важным видом деятельности. В этом возрасте ребенок живет в игре.

Поэтому перед педагогами дошкольного учреждения, становится актуальным поиск других форм и методов работы с детьми, которые помогли

бы сделать различные виды деятельности, более увлекательными, продуктивными, развивающими, и объединяющим всех детей группы, независимо от их индивидуальных особенностей.

Новизна

Спорт эластик нетрадиционное оборудование. Успешно реализованное в образовательной деятельности, на праздниках, развлечениях и родительских собраниях. Спорт эластик показал себя инновационным и перспективным для использования его в образовательном процессе.

Основной раздел

Оборудование: спорт эластик – эластичная широкая резинка, обтянутая разноцветной тканью, разделенная на сектора.

Цель методической разработки: создание условий повышения двигательной активности детей.

Задачи:

1. Способствовать формированию двигательных навыков в основных видах движений и развитию физических качеств.
2. Воспитание положительных, нравственно-волевых черт личности: активности, самостоятельности и организованности.
3. Создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх, развлечениях, занятиях.
4. Развивать навыки сотрудничества, вырабатывать элементарные умения согласовывать свои действия с движениями других играющих, находить свое место в зависимости от цвета сектора спорт эластике, не мешая другим, по сигналу выполнять различные задания педагога, ориентироваться в пространстве.
5. Способствовать быстрой социальной адаптации застенчивых и неуверенных детей в детском коллективе, а гиперактивных детей учить проявлять волевые усилия за счёт подчинения правилам игры.

7. Повышать стрессоустойчивость, эмоциональный тонус детей, создавать у них бодрое, радостное настроение за счёт расширения и обогащения позитивного опыта совместной деятельности и разных форм общения со сверстниками и взрослыми.

В основу методики проведения занятий со спорт эластиком положены следующие принципы:

- учет возрастных особенностей при отборе содержания, темы занятий, задач воспитания и обучения;
- уважение к личности каждого ребенка;
- обеспечение эмоционально-психологического комфорта детей на каждом занятии;
- повторяемость программного материала через различные виды деятельности с целью формирования переноса полученных знаний в реальные жизненные ситуации;
- частая смена заданий и упражнений в процессе занятия, с целью предупреждения утомления детей.

Ожидаемые результаты

1. Дети познакомятся с новыми играми со спорт эластиком. Обогатится двигательный опыт детей в соответствии с индивидуальными возможностями.
2. Дети приобретут социальные навыки (умение договариваться, соблюдать очередность, освоят способы разрешения конфликтных ситуаций), приобщатся к ценностям сотрудничества (оказание помощи, планирование совместной деятельности, контроль своих желаний).
3. Дети смогут самостоятельно организовывать игру со спорт эластиком, выполнять известные упражнения, проявляя инициативу и творчество.

Рекомендации по использованию

1. Избегать длительного пребывания детей в одних и тех же позах, не допускать долгих объяснений заданий, т.к. это утомляет детей и снижает их двигательную

активность.

2. В процессе игровых действий контролировать степень натяжения спорт эластика и правильность захвата (правильно держать двумя руками).
3. Не следует чрезмерно возбуждать детей, потому что возбуждение обычно усиливает мышечное напряжение и насильственные движения.
4. Подбирать упражнения, подвижные игры, которые способствовали бы развитию разных сторон эмоционального опыта ребенка.
5. Чередовать игры и упражнения разной степени подвижности.
6. В процессе игр и упражнений обозначать моменты обязательных контактов между сверстниками, разных по степени сложности (ответы на вопросы, практические действия и т.д.).

Основная образовательная область – «Физическое развитие».

Спорт эластик – это универсальное игровое средство, которое можно применять в любой образовательной области, используя следующие методы работы с пособием «Спорт эластик»:

- игровой;
- словесный;
- практический.

Формы работы с детьми: подгрупповая и групповая.

Игры со спорт эластиком всегда коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения согласовывать свои действия с движениями других играющих, находить свое место в зависимости от цвета сектора спорт эластика, не мешая другим, по сигналу выполнять различные задания педагога, ориентироваться в пространстве.

Спорт эластик дает возможность застенчивым, неуверенным детям постепенно включаться в игру. Способствует развитию координации, внимания, развивает воображение. При организации игр со спорт эластиком используется круговое расположение, что позволяет задавать равнозначность позиций всех участников («Нет первых и нет последних»).

Движения производятся то в одну, то в другую сторону, что формирует у ребёнка симметрию движений. Сюжеты игр и упражнений со спор эластиком разнообразны. Спорт эластик можно поднимать, опускать, раскачивать, по нему можно ходить. Спорт эластик даёт ребёнку богатый спектр новых ощущений. Даже очень стеснительные дети, которые с трудом приобщаются к общим играм, любят играть со спор эластиком. Для тихих и застенчивых детей спорт эластик даёт массу возможностей для постепенного присоединения к компании детей. Каждый ребёнок может выбрать свою скорость и свою степень активности.

Игры со «Спорт эластиком» вызывают у детей бурю положительных эмоций, вносят радость, оживление, способствуют развитию творчества.

Кроме того, игры со спор эластиком развивают фантазию, спорт эластик может превращаться в карусель, поляну, облако, радугу, поезд, море. Игры со спор эластиком развивают чувство ритма. Данная игра снимает нервно-психическое напряжение, раскрепощает ребенка, создает предпосылки для установления контакта с другими детьми, способствует развитию воображения.

Совместно с инструктором по физической культуре можно широко использовать пособие «Спорт эластик» при проведении физкультурных занятий, спортивных праздников и развлечений. Также используется «Спорт эластик» при выполнении общеразвивающих упражнений (наклоны, повороты, приседания – разные упражнения, их разных исходных положений), при выполнении основных движений (разные виды ходьбы и бега, подлезание, метание мячей и мн.др.).

Игры со спор эластиком не соревновательные, они учат согласованности, умению чувствовать других игроков, развивают внимание, воображение, координацию, укрепляют различные группы мышц. Одна из самых важных особенностей игр со спор эластиком состоит в том, что для участия в них не требуется каких-то особых навыков и координации движений.

Предлагаемые двигательные упражнения тонизируют деятельность всей нервной системы и способствуют проникновению импульсов не только к скелетной мускулатуре, повышая тем самым интенсивность двигательных нагрузок, применение которых с физиологической точки зрения, позволяют включить все системы организма в активную деятельность.

Вариативность использования

Вариативность использования пособия «Спорт эластик» очень многообразно. Спорт эластик – это универсальное игровое средство, которое может использовать в различных видах деятельности любой специалист.

Пособие «Спорт эластик» можно использовать как на улице, так и в помещении. Одновременно могут участвовать разное количество человек.

Важно, что играя наравне с детьми, мы поддерживаем интерес к игре, эмоционально заряжаем детей весельем, учим культуре проявления эмоций: радостно приветствовать друг друга, улыбаться друг другу, организуем совместную, согласованную игру детей, воспитываем потребность и способность к сотрудничеству.

Работа с родителями

Взаимодействие детского сада и семьи – одна из основных задач и направлений работы ДОУ. Как показывает практика, основная масса родителей заинтересована в тесном сотрудничестве с детским садом и имеет потребность в педагогических знаниях. Пособие «Спорт эластик» также можно использовать и для решения данной задачи: на родительских собраниях с целью знакомства, сплочения и сотрудничества родителей между собой и с педагогами; для подведения итогов того или иного мероприятия.

Заключение

В результате использования дидактического пособия «Спорт эластик» у дошкольников хорошо развивается координация движений, повышается двигательная активность, эмоциональный настрой. Дошкольники проявляют

дружеские отношения в игре, повышается интерес и мотивации к образовательной деятельности.

Пособие «Спор эластик» оказывает несравненную помощь в «соприкосновении» ребенка с социумом и помогает ему самостоятельно проникнуть в него.

Список используемой литература

1. Дюкова Ф.Р. под ред. Лавровой Г.Н. Двигательный игротренинг с пособием «Парашют»: метод. рекомендации / Челябинск, 2007 - 40с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: ООО «Речь», 2000. – 310с.
3. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. – М.: Просвещение, - 2003. – 112с.
4. Игры с парашютом. – Режим доступа:
<http://janemouse.livejournal.com/698400.html>
5. Чинарова Е. Под крылом: веселые игры с парашютом. – Режим доступа:
<http://letidor.livejournal.com/266020.html>
6. Русских Е. С. Игровой парашют: методическая разработка. – Омутнинск, 2011. – 5 с.
7. Терехина О. Е. Упражнения и игры как средство развития координационных способностей у детей дошкольного возраста, - СПб, 2012. – 14 с.
8. Эльконин Д. Б. Психология игры. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 360

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СПОРТ ЭЛАСТИКА

УПРАЖНЕНИЯ В ХОДЬБЕ

1) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него в сторону. Ходьба по кругу (свободная рука на каждый шаг выполняет движения).

1 - левая рука в сторону,

2 - левая рука вверх,

3 - левая рука на пояс,

4 - И. п.

То же, стоя левым боком к спорт эластику (движение рук менять, по мере усвоения упражнения).

2) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него в сторону, левая рука на поясе.

- Ходьба с высоким подниманием бедра.

- То же, стоя левым боком к спорт эластику

3) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него вверх.

- Ходьба на носках, левая рука вверх.

- То же, стоя левым боком к спорт эластику.

4) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него вниз, левая рука - за спину.

- Ходьба на пятках

- То же, стоя левым боком к спорт эластику.

5) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него, левая рука на пояс.

- Ходьба с перекатом с пятки на носок.

- То же, стоя левым боком к спорт эластику.

УПРАЖНЕНИЯ В БЕГЕ И ПРЫЖКАХ

1) И.п. – стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за спорт эластик, левая рука – в сторону.

- Бег по кругу в медленном темпе.

- То же, стоя левым боком к спорт эластику.

2) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него внизу.

- Бег на носках в медленном темпе.

1-4 –медленно поднять правую руку со спорт эластиком вверх.

5-8 –медленно опустить правую руку со спорт эластиком. В и.п.

- То же, стоя левым боком к спорт эластику.

3) И.п. - стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него.

- 1-8 приставные шаги правым боком,

- 9-16 приставные шаги левым боком.

4) И.п.- стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него.

- С крестные шаги правым боком.

- С крестные шаги левым боком.

5) Упражнение № 3 и № 5. Можно выполнять из И.п. стоя спиной к спорт эластику.

6) И.п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка правая рука хватом за него, левая рука на пояс.

- Прыжки на правой ноге.

- Прыжки на левой ноге.

Упражнения выполняется, стоя на месте и с продвижением вперёд.

-То же, стоя левым боком к спорт эластику.

7) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него в сторону, левая рука на пояс.

- Подскоки с продвижением вперёд.

- То же, стоя левым боком.

8) И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него внизу, левая рука на пояс.

- Бег с прямым выносом ног вперёд (стоя на месте и с продвижением вперёд).

- То же стоя левым боком к спорт эластику.

9) И. п.- стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него.

- Бег за хлестом голени назад, стоя на месте.

-То же стоя боком к спорт эластику с продвижением вперёд.

10) И. п.- стоя спиной к спорт эластику, руки хватом сзади за него.

- Бег с высоким подниманием бедра, стоя на месте.

-То же стоя боком к спорт эластику, с продвижением вперёд.

11) И. п. - стоя лицом к спорт эластику; стойка руки хватом за него.

1- прыжок в стойку ноги врозь, спорт эластик вверх,

2- прыжком в И. п.

12) И. п. - стоя лицом к спорт эластику; стойка ноги врозь, руки хватом за него.

1- прыжок в стойку ноги с крестно - правой,

2- прыжок в И. п.

3- прыжок в стойку ноги с крестно - левой,

4- прыжок в И. п.

ОРУ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ)

1). И.п.: стоя лицом к спорт эластику; стойка ноги врозь, руки хватом за него внизу.

1 - поднять спорт эластик перед собой вперёд,

2 - И. п.,

3 - наклон головой вперёд,

4 - И. п.

2) И. п.: стоя лицом к спорт эластику; стойка ноги врозь, руки хватом за него внизу.

1- наклон головы вправо,

2- И. п.,

3 - наклон головы влево,

4 - И. п.

3). И.п. - стоя спиной к спорт эластику; стойка, руки хватом за него снизу.

1- подняться на носки, руки со спорт эластиком отвести назад.

2 - И. п.

3- поднять носки, встать на пятки,

4 - И. п.

4). И. п.- стоя лицом к спорт эластику; стойка, ноги врозь, руки хватом за него снизу.

1- полу-присед, руки со спорт эластиком вверх,

2 - И. п.

3 - присед, руки со спорт эластиком вперёд,

4- И. п.

5). И. п. - стоя правым боком к спорт эластику; стойка, правая рука хватом за него, левая рука в сторону.

1- полу-присед на правой, левая вперёд («полу-пистолетик»)

2 - И. п.

3- присед на правой, левая вперёд (пистолетик),

4 - И. п.

То же стоя левым боком (приседы на левой, правая – вперёд)

6). И. п. - стоя лицом к спорт эластику; стойка, ноги врозь, руки хватом за него снизу.

1- наклон вперёд - прогнувшись, руки со спорт эластиком вверх,

2- и. п.

3- наклон назад,

4- И. п.

7) И.п.- стоя правым боком к спорт эластику; стойка, ноги врозь, правая рука хватом за него – в сторону, левая рука на пояс.

1- наклон в правую сторону, левая рука вверх.

2- И. п.

То же, стоя левым боком (наклон в левую сторону, правая рука вверх)

8). И.п. - стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него снизу.

1 - выпад правой в сторону, руки со спорт эластиком вперёд,

2 - И. п.

3 - выпад левой в сторону, руки со спорт эластиком вперёд,

4 - И. п.

9) И.п. - стоя спиной к спорт эластику; стойка, руки хватом за него сзади.

1- полу-присед, руки со спорт эластиком отвести назад.

2- И. п.

3- полу-присед, руки отвести со спорт эластиком назад,

4- И. п.

10) И.п. – стоя спиной к спорт эластику; стойка, руки хватом за него сзади.

1- мах правой ногой, вперёд,

2- И. п.

7- мах левой ногой вперед,

8- И. п.

11) И. п. – стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него снизу.

1- мах правой ногой назад

2-И.п.

3-мах левой ногой назад.

4- И. п.

12) И. п. – лежа на животе, на полу, руки сцеплены друг с другом по кругу за спорт эластик.

1-поднять руки вверх, ноги согнуть (поза полёта парашютиста).

2-3 - удержание позы,

4- вернуться в И. п.

13) И. п. - стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него.

1-поднять руки со спорт эластиком вверх,

2- опустить руки со спорт эластиком вниз в И. п.

14) И. п. – стоя лицом к спорт эластику; стойка, руки хватом за него.

1- поднять руки со спорт эластиком вверх, выпад вперёд правой ногой,

2- И. п.

3- поднять руки со спорт эластиком вверх, выпад вперёд левой ногой,

2- И. п.

Картотека подвижных игр со спорт эластиком

Игра «Будь внимателен»

Задачи:

1. Развивать двигательную реакцию на заданный сигнал.
2. Развивать память и мышление.
3. Развивать согласованность движений.

Ход игры: Дети стоят по кругу, держась за спорт эластик. Воспитатель показывает красный цвет: - дети опускают руки со спорт эластиком на пол.

Воспитатель показывает желтый цвет:- дети поднимают руки вверх со спорт эластиком.

Воспитатель показывает зелёный цвет:- дети выполняют приставные шаги.

(Движения можно менять).

Игра «Летает – не летает»

Задачи:

1. Развивать у детей слуховое и зрительное внимание, быстроту реакции.
2. Воспитывать выдержку.

Ход игры: все игроки держатся за спорт эластик и идут по кругу. Инструктор называет летающие предметы, такие как, самолет, птица, бабочка, жук и т. д., играющие поднимают руки вверх. В других случаях поднимать руки не следует.

Игра «Доброе животное»

Задачи:

1. Сплочение детского коллектива.
2. Научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и развивать умение сопереживать.

Ход игры: педагог-психолог тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На

вдох делаем шаг вперёд, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперёд, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперёд. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же чётко и ровно бьётся его большое доброе сердце. Стук – шаг вперёд, стук – шаг назад и т. д. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе».

Игра «Карусель»

Задачи:

1. Развивать координационные способности детей и ориентировку в пространстве.
2. Воспитывать чувство товарищества и добиваться согласованных действий во время игры.

Ход игры:

Дети становятся вокруг спорт эластичка правым (левым боком) к спорт эластичку, держась за него. Ходьба по кругу со словами:

Еле, еле, еле, еле,

Закрутились карусели,

А потом, а потом,

Всё бегом, бегом, бегом,

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите.

Правила игры: выполнять движения в соответствии с текстом. Натягивать спорт эластик так, чтобы был красивый круг.

Игра «Солнышко и дождик»

Задачи:

1. Развивать скоростные способности и реакцию на заданный сигнал.
2. Развивать координационные способности и ориентировку в замкнутом пространстве.
3. Развивать чувство товарищества и приобщать к соблюдению техники безопасности, при выполнении коллективных действий.

Ход игры: дети становятся лицом к спорт эластику, хватом за него. Воспитатель произносит «солнышко», все дети под музыку передвигаются приставным шагом в правую, (левую) сторону. Воспитатель произносит, «дождик», все дети прячутся внутри круга.

Правила игры: игра повторяется несколько раз.

Игра «Перемена мест»

Задачи:

1. Развивать ориентировку в пространстве и координационные способности.
2. Развивать способность реагировать на заданное задание без ошибок (цвета).
3. Развивать скоростно - силовые способности детей.

Ход игры: дети стоят по кругу, лицом к спорт эластику, руки хватом за цветовой сектор.

Дети произносят слова: *Скучно, скучно, нам стоять, не пора ли пробежаться, нам местами поменяться. Раз, два, три.*

Воспитатель продолжает, и называет любой цветовой сектор - **КРАСНЫЕ БЕГИ, СИНИЕ БЕГИ!**

Дети, стоящие под этим цветом пробегают внутри круга и меняются местами с другими детьми.

Правила игры: меняются местами только дети под названным цветовым сектором, остальные высоко держат спорт эластик. Выигрывает тот, кто быстрее всех из своей команды поменяется местом.

Игра «Мышеловка»

Задачи:

1. Развивать у детей скоростные и скоростно-силовые способности.
2. Развивать у детей способность ориентироваться в пространстве, в условиях ограничения двигательной деятельности.
3. Развивать способность реагировать на заданный звуковой сигнал.
4. Воспитывать чувство товарищества и добиваться согласованных действий во время игры.

Ход игры: группа детей делится на две команды.

Первая команда («Мышеловка») встаёт вокруг спорт эластичка, держась рукой за него, поднимают спорт эластик вверх.

Звучит музыкальное сопровождение.

Вторая команда («Мыши») пробегает под натянутым спорт эластиком, внутри круга.

По сигналу (выключив музыкальное сопровождение) первая команда детей приседает, накрывая игроков - «мышей».

Правила игры: игроки, оказавшиеся в «мышеловке» внутри круга, выбывают из игры.

После этого игра продолжается с включением музыкального сопровождения.

после, игроки меняются ролями.

Игру можно усложнить, меняя виды передвижения игроков под спорт эластиком:

- в полу-приседе;
- в глубоком приседе;
- на четвереньках;
- парами (держась за руки) и т.д.

Игра «Художник»

Задачи:

1. Развивать скоростные способности.
2. Развивать координационные способности и способность ориентироваться в пространстве.
3. Развивать способность реагировать на заданный звуковой сигнал.

Ход игры: выбирается один водящий («художник»). Остальные игроки становятся по кругу, выбирая цветной сектор спорт эластичка. Игроки, держась за него, ходят по кругу, произнося слова:

«Мы фломастеры цветные,

Все ребята удалые,

Желтый, красный, голубой,

Выбирай себе любой!»

После этих слов ребята останавливаются, а водящий (художник) называет цветовой сектор. Все игроки, которые стоят под названным сектором, начинают вместе с водящим бегать вокруг спорт эластика под музыку.

По сигналу (выключение музыки или свисток) игроки стараются как можно быстрее занять свободное место определённого цветового сектора. Если водящий («художник») быстрее займёт свободное место, он становится игроком, а выбывший игрок становится водящим («художником»).

Правила игры: игроков должно быть 1 больше, чем цветовых секторов. Если играющих очень мало, можно исключить один или два сектора.

Игра « Цветные птички»

Задачи:

1. Развивать скоростные способности детей.
2. Развивать координационные способности и способность ориентироваться в пространстве.
3. Развивать способность реагировать на заданный звуковой сигнал.

Ход игры: выбирается один водящий. Остальные игроки «цветные птички» становятся по кругу, выбирая цветной сектор спорт эластика. Игроки, держась за него, ходят по кругу, произнося слова:

Мы цветные птички,

Любим мы скакать,

Высоко летать,

Раз, два, три!

После этих слов ребята останавливаются, а водящий называет цветовой сектор - «синяя - лети». Все игроки, которые стоят под названным сектором, начинают вместе с водящим летать вокруг спорт эластика под музыку.

По сигналу (выключение музыки или свисток) игроки стараются, как можно быстрее занять свободное место определённого цветового сектора. Если

водящий быстрее займёт свободное место, он становится игроком, а выбывший игрок становится водящим.

Правила игры: игроков должно быть 1 больше, чем цветных секторов. Если играющих очень мало, можно исключить один или два сектора.

Игра «Салют»

Задачи:

1. Развивать координационные способности детей.
2. Развивать зрительную координацию.
3. Развивать умение реагировать в соответствии с ситуацией.
4. Воспитывать чувство товарищества и коллективизма при выполнении командного задания.

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за спорт эластик. Внутри круга лежат маленькие разноцветные шарики. Дети идут по кругу, по сигналу забегают в круг и берут по одному шарик (шариков на один меньше, чем участников).

Громко кричат «Салют».

Игра «Пустое место»

Задачи:

1. Развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.
2. Развивать умение реагировать в соответствии с ситуацией.

Ход игры:

Дети, встав вокруг спорт эластика, выбирают считалкой водящего.

Пример считалки:

Раз, два, три, четыре, пять.

Нам друзей не сосчитать.

А без друга в жизни туга,

Выходи скорей из круга!

Дети, держась правой рукой за спорт эластик, двигаются по часовой стрелке, а водящий идет в противоположную сторону со словами:

Вокруг домика хожу

*И в окошечко гляжу,
К одному я подойду
И тихонько постучу
Тук-тук-тук...*

Все дети останавливаются. Ребенок, возле которого остановился водящий, спрашивает: «Кто пришел?». Водящий называет имя ребенка и продолжает:

*Ты стоишь ко мне спиной,
Побежим-ка мы с тобой.
Кто из нас молодой,
Прибежит быстрее домой?*

Водящий и ребенок бегут вокруг спорт эластички в противоположные стороны. Выигрывает тот, кто первым займет пустое место у спорт эластички.

Игра «Поезд»

Задачи:

1. Учить сочетать движения со словами и музыкой.
2. Развивать активность детей в подвижных играх.

Ход игры.

Дети, держась за спорт эластик левой рукой, двигаются по кругу, правой рукой делают круговые вращательные движения и говорят слова:

Летит поезд во весь дух

Поднимают и опускают парашют:

Ух-ух, ух-ух!

Повторяют те же движения, только в другую сторону, поменяв руки.

Загудел тепловоз: «У-у!»

Домой деток повез.

«Ду-ду-ду! Ду-ду-ду!»

Я всех мигом довезу!»

Игра «Радуга»

Задачи:

1. Закрепить знания цвета, умение реагировать на сигнал.
2. Развивать внимание, воображение, скорость.

Ход игры.

Дети держат спорт эластик, встав вокруг спорт эластика таким образом, что каждому достается сектор определенного цвета. Поднимая и опуская руки со спорт эластиком, произносят слова:

*Раз, два, три,
Радуга взлети!*

Инструктор по физической культуре выбирает два не расположенных рядом цвета и называет их. Ребята, резко вскинув руки, а дети, стоявшие у сектора названного цвета, быстро пробегают под ним. Так инструктор по физической культуре называет все цвета. Главное – внимательно слушать и быстро реагировать!

Игра «Утка – гусь»

Задачи:

1. Развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.
2. Развивать умение реагировать в соответствии с ситуацией.

Ход игры.

В этой игре спор эластик выступает в роли ровного круга, вокруг которого все игроки сидят на корточках. Водящий ходит по часовой стрелке, и гладит того, кто рядом с ним, по голове, приговаривая:

«Утка! Утка! Утка! Гусь!»

Как только он выбрал гуся, он должен убежать от выбранного игрока вокруг спорт эластика. Гусь должен вскочить и побежать вслед за водящим, и попробовать успеть его осалить до того, как водящий добежит и сядет на место Гуся.

Если гусь догнал водящего, тот водит ещё раз. Если водящий успел добежать и занять место гуся, то тот становится новым водящим, и теперь он выбирает себе гуся.

Игра «Дракон кусает свой хвост»

Задачи:

1. Учить детей двигаться в быстром темпе, держась за спорт эластик.
2. Развивать быстроту реакции, ловкость, внимание.

Ход игры.

Спорт эластик сворачивают в жгут. Дети встают друг за другом. Первый ребёнок – «голова», последний – «хвост». Дети держатся за спорт эластик-жгут правой рукой, первый ребёнок пытается дотронуться до последнего, а последний старается увернуться.

Игра «Радуга »

Задачи:

1. Закрепить знания цвета.
2. Развивать творческое воображение, речь.

Ход игры.

Дети держат спорт эластик двумя руками, встав вокруг спорт эластика таким образом, что каждому достаётся сектор определённого цвета. Поднимая и опуская руки вверх со спорт эластиком, произносят слова:

Раз, два, три, Радуга взлети!

Участникам игры предлагается назвать цвет своего сектора и описать свои ощущения. Например: красный: «Ой, как нам жарко, мы попали в Африку, ярко светит солнце» и т.д. Как вариант, можно рассказать о своём настроении, соответствующем цвету, или о событии в жизни, о котором напомнили цветовые ассоциации. После игры обсуждают, какой цвет вызывает какие эмоции и ощущения.

Можно предложить использовать бросовый материал, например, пробки, для выполнения творческих заданий: выложить своё настроение на секторе любимого цвета.

Игровые упражнения

«Три медведя»

3 медведя шли домой (*дети идут со спорт эластиком по кругу*)

Папа был большой, большой (*руки вверх со спорт эластиком поднят вверх*)

Мама с ним – поменьше ростом (*руки со спорт эластиком на уровне груди*)

А сынок – малютка просто (*приседают, опуская спорт эластик*)

Очень маленький он был,

С погремушками ходил (*руки со спорт эластиком ритмично поднимают и опускают*)

Дзинь – дзинь!

«Три шага, прыжок!»

Возраст: 4-7 лет.

Цель: развитие произвольности психических процессов, умения слушать инструкции взрослого, развитие координаций движений, ориентировки в пространстве, снятие нервно-психического напряжения, поднятие настроения.

Делаем три шага вправо, прыжок, руки вверх со спорт эластиком.

«Волшебный пузырь»

Возраст: 3-7 лет.

Цель: эмоциональная разрядка.

Руки со спорт эластиком подняли вверх максимально («пузырь»), со словом «бах!» (громко кричим) - сдули.

«Ветерок для ...(имя ребенка)

Возраст: 2-7 лет.

Цель: раскрепощение детей, развитие согласованности движений, внимания, чувства ритма, снятие нервно-психического напряжения.

Ведущий называет имя ребенка, который размещается в центре круга, сидя, лежа, как ему нравится. Дети дуют на него, делают волны.

«Букашки»

Возраст: 2-7 лет.

Цель: релаксация, психологический этюд.

Подгруппа детей (мальчики) держат спорт эластик, девочки в это время лежат «ромашкой». Руки со спорт эластиком подняли вверх, дети - «букашечки» хаотично двигают ногами и руками, спорт эластик опускается «букашки» замирают. Затем подгруппы меняются местами.

«Спокойной ночи, малыши»

Возраст: 2 -7 лет.

Цель: снятие напряжения.

Одна группа детей 3-4 человека держат спорт эластик и поднимают с ним руки, другая группа детей в это время лежат «ромашкой». Взрослый предлагает детям почувствовать себя перышком, ощутить дуновение ветерка.

«Каравай»

Возраст: 3 -7 лет.

Цель: сплочение коллектива, поздравление именинника с Днем рождения.

Именинник располагается в центре круга, остальные дети держат спорт эластик идут по кругу приговаривают «Как на Олины именины испекли мы каравай..., Каравай-каравай, кого хочешь выбирай!»

«Кошки-мышки»

Возраст: 4-7 лет.

Цель: развитие умения сотрудничать, взаимопонимания, умения воспринимать и следовать правилам игры.

Игра проводится по принципу игры «Мышеловка». Подгруппа детей поднимают руки вверх со спорт эластиком и говорят слова, а другая подгруппа пробегает в кругу. Кто остался внутри круга, тот пойман. Затем подгруппы меняются местами.

Можно не только бегать, но и ползать на высоких четвереньках.

мать свой рисунок танца.

«Круг»

Возраст: 5-7 лет.

Цель: развитие умения сотрудничать, взаимопонимание и доверие между детьми, сплоченности.

Ведущий:

- Ребята, возьмитесь за спорт эластик, натяните ровный круг. Круг – это символ единства, силы, дружбы.

Сейчас я предлагаю выполнить вам ряд заданий, которые нужно выполнить одновременно и чтобы целостность круга была не нарушена.

Перед выполнением задания у вас есть несколько секунд, чтобы попробовать договориться без слов.

- Всем присесть, а потом встать.
- Опустить одну руку и сделать круг по часовой стрелке.
- Поднять руки вверх
- Сделать три шага вперед
- Сделать три шага назад

Вопросы: от кого и от чего зависел результат при выполнении заданий?





АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
Муниципальное казённое учреждение муниципального образования город Краснодар
«КРАСНОДАРСКИЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»
Юридический адрес: ул. Коммунаров, 150, г. Краснодар, 350000
Фактический адрес: ул. Дунайская, 62, г. Краснодар, 350059 тел./факс (861) 235-15-53
<http://www.knmc.centerstar.ru/>, e-mail: info@knmc.kubanrai.ru

РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку по использованию пособия «Спорт эластик» для детей дошкольного возраста воспитателя Шапочка Зои Викторовны, инструктора по физической культуре Гордиевской Яны Евгеньевны
МБДОУ МО г. Краснодар «Центр развития ребенка- детский сад №107»

Игра для детей является непринужденным средством физического развития и эмоционального наполнения. Игра больше, чем другие формы занятия отвечают потребностям ребенка. Поэтому, перед педагогами ДОО становится актуальным поиск других форм и методов работы с детьми, которые помогли бы сделать различные виды деятельности более увлекательными, продуктивными, развивающими.

Спорт эластик- эластичная широкая резинка, обтянутая разноцветной тканью, разделенная на сектора, успешно используется в образовательной деятельности. Благодаря этому нетрадиционному оборудованию у детей повышается стрессоустойчивость, эмоциональный тонус, создается бодрое, радостное настроение за счет расширения и обогащения позитивного опыта совместной деятельности и разных форм общения со сверстниками и взрослыми. Спорт эластик можно применять в любой образовательной области (игровой, словесной, практической).

Игры со спорт эластиком всегда коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения согласовывать свои действия с движениями других играющих, находить свое место в зависимости от цвета сектора спорт эластика. Он способствует развитию координации, внимания, развивает воображение и дает возможность застенчивым, неуверенным детям постепенно включаться в игру.

Педагогами подобраны упражнения при ходьбе, при выполнении общеразвивающих упражнений, игровые упражнения, составлена картотека подвижных игр с использованием спорт эластика.

Методическая разработка рекомендована для использования на практике педагогам, инструкторам по физической культуре дошкольных образовательных организаций.

Рецензент:
Ведущий специалист отдела анализа и поддержки
Директор МКУ КНМЦ



Н.В.Храмцова
А.В. Шевченко

№ 564 «И» 02. 2024 г.

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

**«ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИННОВАЦИОННЫХ
НАПРАВЛЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

**XII ВСЕРОССИЙСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
(Краснодар, 22 октября 2022 г.)**

Сборник материалов

© КГУФКСТ, 2022

СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ ИГРОВЫХ СИТУАЦИЙ	343
Е.В. Челокьян.....	343
КАЛЕНДАРЬ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ТАДИЦИЙ В ДЕТСКОМ САДУ КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛИЗАЦИИ И ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	345
А.С. Чумакова	345
ОСОБЕННОСТИ ФРИРОУПА В ФИЗКУЛЬТУРНОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	347
А.В. Чурилова, С.А. Драчева	347
СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАМКАХ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЕЙ.....	349
Т.В. Шалухина, Т.В. Яковенко	349
ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ИХ РОДИТЕЛЯМИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗОЖ.....	351
З.В. Шапочка, С.И. Галиастанова.....	351
СКАФФОЛДИНГ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	353
Н.О. Шевцова, А.Ю. Ходусова.....	353
УПРАВЛЕНИЕ ДЕТСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА ВОСПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ	355
С.В. Шуликова, В.М. Языджа, А.А. Калинина, Е.А. Анютина, О.В. Смолянинова, Г.А. Кабакова	355
ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ И РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ С ДЦП	357
И.В. Шульга, Н.С. Иванова	357
КОРРЕКЦИЯ НАРУШЕНИЯ РЕЧИ ДЕТЕЙ ЧЕРЕЗ НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....	359
И.Ф. Шушкова	359

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ИХ РОДИТЕЛЯМИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗОЖ

З.В. Шапочка, С.И. Галиастанова

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад № 107 «Русалочка»

Аннотация. В статье представлена система работы по формированию навыков здорового образа жизни, в которой обозначены эффективные формы взаимодействия с родителями и предложены инновационные приемы игровой деятельности для использования в дошкольном учреждении и в семье с детьми старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, культурно-гигиенические навыки, закаливание, физическая активность, культура питания.

Одним из приоритетных направлений работы МБДОУ МО г. Краснодар «Центр развития ребенка – детский сад № 107 «Русалочка» является деятельность по формированию навыков здорового образа жизни у воспитанников. В тесном сотрудничестве с родителями педагоги формируют у воспитанников культурно-гигиенические навыки и основы безопасного поведения в быту, развивают осознанную мотивацию к закаливанию.

С целью формирования культурно-гигиенических навыков с детьми проводятся игровые программы. Наиболее востребованными являются «Соревнования мыльных пузырей» и «Мойдодыр».

Дети в игровой форме учатся правильно взбивать пену в ладошках, ополаскивать руки и протирать салфеткой. С помощью игровых приемов дошкольники осваивают правила мытья рук. Игры с водой позволяют не только сформировать или закрепить культурно-гигиенические навыки, но и через рецепторы пальцев рук активизируют работу мозговых центров, расслабляют их мышечный тонус. Сюжетные игры на тему «Помоем кукле ручки» помогают ребенку со стороны наблюдать за процессом, исправлять собственные ошибки.

Совместная игровая программа с детьми и родителями на закрепление гигиенических навыков «Мойдодыр» способствует укреплению межличностных отношений в семье, так как мама и папа пользуются безусловным авторитетом у ребенка и являются примером для подражания.

Педагогами организованы беседы с родителями на темы «Чистые ладошки – и здоров ваш крошка», «На грязных ладошках микробы едут свесив ножки», проведены мастер-классы по обучению играм на закрепление культурно-гигиенических навыков в домашних условиях.

Одним из важнейших направлений при формировании навыков здорового образа жизни является закаливание. Закаливающие процедуры способствуют укреплению защитных функций организма ребенка.

Родителям предложены щадящие способы закаливания ребенка, – это и обливание прохладной водой ног по окончании водных процедур, утренние контрастные водные процедуры, ходьба по ребристым поверхностям с применением ортопедических массажных ковриков, круп больших фракций округлой формы (перловая, рисовая, пшено). Массаж стоп оказывает укрепляющее воздействие на костную и мышечную системы ребенка, помогает в формировании правильного свода стопы.

В работе с родителями воспитатели акцентируют внимание на физиологических особенностях старшего дошкольного возраста, когда дети становятся особенно активными физически и в этот период массаж ног можно считать одной из лучших общеукрепляющих процедур, профилактикой плоскостопия, сколиоза. Благоприятно на детский организм влияют закаливающие процедуры после сна: чередование массажных упражнений с ходьбой по коврикам, расположенным в емкости с солевым раствором.

Особое внимание в работе с родителями по вопросам закаливания уделяется формированию у родителей необходимых знаний о терморегуляции организма ребенка, навыков правильного комбинирования вещей с учетом погодных условий, правилам выбора одежды для детского сада.

Работа по формированию у детей навыков здорового образа жизни представляет собой комплекс мероприятий и совместное решение поставленных задач способствует снижению доли заболеваемости у детей, формированию начальных навыков здорового образа жизни и увеличение доли родителей, вовлеченных в воспитательно-образовательную деятельность.

Список литературы:

1. Вераксы Н.Е. От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования / Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – Москва, 2019. – 336 с.
2. Евдокимова Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника / Е.С. Евдокимова. – Москва, 2005. – 96 с.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**МАТЕРИАЛЫ ВСЕРОССИЙСКОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ
КОНФЕРЕНЦИИ
(15 ноября 2023 г.)**

Краснодар
2023

И.С. Емельянова, Л.В. Ямбаршева ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ С ОВЗ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	459
Е.П. Биливитина, Н.В. Емельянова ХАРАКТЕРИСТИКИ МОДЕРНИЗАЦИИ ПРОСТРАНСТВА РАЗВИТИЯ СЮЖЕТНО-РОЛЕВОЙ ИГРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ	462
Т.А. Стадник, А.А. Дубовова ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К ЗАНЯТИЯМ АЭРОБИКОЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	464
Ю.А. Давыденко СОВМЕСТНЫЕ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ СПОРТИВНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИХ ДОО.....	466
А.А. Воленская, Т.В. Сердюкова ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕННЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ДЕТЕЙ С ОВЗ В ДО	469
Л.В. Голяк, М.Л. Антоновская АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	471
Я.Е. Гордиевская, З.В. Шапочка РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ	475
В.В. Молдован, О.В. Мазур ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПЛАВАНИЕМ В ДЕТСКОМ САДУ	477
Т.А. Гурбанова, Г.Н. Журавлева, И.В. Скубак ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ДУХОВНО-НРАВСТВЕННОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С УЧЕТОМ ФГОС В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	479
И.А. Каменева, О.А. Сухарева, Г.М. Юлдашева РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА ПЕДАГОГА КАК ОДНО ИЗ НАПРАВЛЕНИЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НАСТАВНИКА	482
Т.В. Стоякина ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННЫХ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ	485

тают уверенность в своих силах, становятся более общительными и инициативными, и что немаловажно укрепляют свое здоровье.

Список литературы

1. Вайнер Э.Н. Валеология. Учебник для вузов. 2001. М.: Флинта: Наука.
2. Ермилова Е.Я. Роль двигательной активности в формировании личности детей дошкольного возраста. Молодой ученый. 2013, № 9, 363-365.
3. Berryman J.W. Exercise is medicine: a historical perspective. Curr. Sports Med. Rep., 2010, 9, 195-201.
4. Blair S.N. Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. Br. J. Sports Med, 2009, 43, 1-2.

УДК: 373.203.71

РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ

Я.Е. Гордиевская, З.В. Шапочка

Центр развития ребенка – детский сад № 107 «Русалочка»

Аннотация. Усвоенные осознанно знания будут основой для развития у дошкольников самостоятельности в двигательной деятельности.

Ключевые слова: самостоятельность, инициатива, физическая культура, дошкольники.

Одной из особенностей поведения ребенка дошкольного возраста является постоянная двигательная активность. Важнейшая задача в работе с дошкольниками – формирование здоровьесберегающего поведения у дошкольников, которое имеет своей целью предупреждение травматизма и формирование соответствующего двигательного поведения. Прогулки на игровых площадках, посещение спортивных секций, занятия в детском саду сопровождаются перемещением воспитанников по различным поверхностям. Очень важно обучить детей основным движениям с целью закрепления техники бега, ходьбы, прыжка, метания, подлезания и ее применения не только в специально созданных условиях и предлагаемых обстоятельствах.

В дошкольном возрасте дети овладевают различными видами ходьбы: умением ходить на носках, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием коленей, а также выполнением таких видов физической активности как подлезание, бег, прыжки, метание разными способами. Зачастую подобное разнообразие действий рассматривается педагогами как способ физического развития воздействием на различные группы мышц и системы организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, костной). Дошкольники, постигнув та-

кую богатую палитру способов передвижения, пребывают в уверенности, что подобные специальные умения могут пригодиться только на занятиях физкультурой, а в повседневной жизни эти знания словно прячутся в невидимый сундучок полученных, но редко применяемых умений.

Очевидный вывод напрашивается сам собой – у детей отсутствует сознательный выбор способа действий.

В раннем дошкольном возрасте необходимо придавать важное значение такому качеству при выполнении движения как его эффективность. Ребенок при помощи педагога должен получить минимальный объем знаний о том, как наиболее рационально применять способы движения как в игровых ситуациях, так и в повседневной жизни.

Ребенку будет намного легче ориентироваться в разнообразии названий и обозначений при выполнении различных видов физической активности если педагог сформулирует суть, сущность, базовую основу, которой дошкольник сможет овладеть.

Возьмем к примеру такой вид физической активности как метание и сформируем связь вида и способа осуществления действия. Метание осуществляется на дальность и в цель: из-за головы, из-за спины через плечо, прямой рукой сверху, прямой рукой сбоку. Метание на дальность – это направление усилия на овладение правильным приемом в осуществлении броска, а при метании в цель все внимание дошкольника концентрируется на попадании в предлагаемый предмет. Если способ броска связан с частью тела, которая является ведущей при выполнении упражнения и ребенок знаком с обозначением способов метания, то он может без усилий определить как ему осуществить движение в предлагаемых обстоятельствах и название послужит подсказкой для выполнения.

Базовую основу знаний следует сформулировать и при обучении ползанию, для которого очень важно уделить внимание положению головы во время осуществления движения: препятствие не должно быть задето и голова занимала такое положение, чтобы исключить случай травматизма у ребенка.

Осознанно усвоенные знания будут основой для развития у дошкольников самостоятельности в двигательной деятельности.

Если мы говорим о высоком уровне самостоятельности в деятельности у дошкольников, то подразумеваем умение бесконтрольно и без помощи взрослого привычные действия в новых условиях или предлагаемых обстоятельствах.

Рассмотрим показатели развитой самостоятельности, определенные в дошкольной педагогике:

- выполнение работы по личной инициативе с заострением внимания на необходимости исполнения тех или иных действий;
- выполнение работы без посторонней помощи контроля взрослых;
- осознанность действий, наличие элементарного планирования (ребенок понимает цель работы, прогнозирование ее результата, выбор наиболее ра-

ционального способа действия для его достижения);

- умение адекватно оценивать свою работу, а также осуществлять контроль;

- умение действовать в новых условиях.

Сначала в специально созданных условиях, а затем в игровой обстановке и жизненных ситуациях ребенок приобретает опыт действия известными способами, который с легкостью применяет в предлагаемых обстоятельствах, включая и ситуации соревнования.

В связи с тем, что овладение различными движениями у дошкольников происходит постепенно и последовательно, то и развитие самостоятельности в выполнении тех или иных двигательных действий одновременно находится на разных этапах, что благоприятно сказывается на регулировании психологической и физиологической нагрузки во время занятий физической культурой.

Список литературы

1. Котенева О.Н. Развитие самостоятельности и инициативности дошкольников на занятиях физической культурой в условиях реализации ФГОС ДО / О.Н. Котенева, Л.К. Талькова. Вопросы дошкольной педагогики. - 2017. - №2.

2. Воспитываем дошкольников самостоятельными: Сборник статей – Российский гос. Пед. Университет им Герцена, СПб: Детство-ПРЕСС 2000.

3. Юдина Е.Г. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Е.Г. Юдина, Е.В. Бодрова. - Москва: Рыбаков фонд 2019.

УДК: 796.011.3

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ПЛАВАНИЕМ В ДЕТСКОМ САДУ

В.В. Молдован, О.В. Мазур
Центр развития ребенка – детский сад № 63

Аннотация Методы обучения выбираются и используются в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями развития дошкольников. Разнообразие методов обучения обеспечивает результативность в ходе педагогической работы, которая в свою очередь должна быть максимально ориентирована на индивидуальность каждого воспитанника.

Ключевые слова: плавание; обучение; дошкольное образование.

Одной из основных задач Федеральной образовательной программы дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, их эмоциональное благополучие. Одним из эффективных средств укрепления здоровья является плавание, в процессе которого укрепляется костно-мышечная система, улучшается осанка, развивается и

Российская Федерация



**УДОСТОВЕРЕНИЕ
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ**

661634029509

Документ о квалификации

Регистрационный номер
является документом установленного образца
ФПР - 2001

Город
Екатеринбург

Дата выдачи: 14 февраля 2022 года

Лицензия на осуществление образовательной деятельности
Серия 66ЛО1 Номер 0006774

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Шапочка

Зоя

Викторовна

с 07 февраля по 11 февраля 2022 года
прошел(а) повышение квалификации в

Центре онлайн-обучения Всероссийского форума
«Педагоги России: инновации в образовании»
по программе дополнительного профессионального образования

«Деятельность педагога в сфере социальной
адаптации детей с ОВЗ»

в объеме: 72 часа

М. П.

Руководитель
Секретарь



Пиджакова В.В. Директор
Всероссийского форума «Педагоги
России: инновации в образовании»
Методист программ АНО ДО
«ЛингваНова» Кобелева Е.Г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231201000475

12243/21

Регистрационный номер №

Настоящее удостоверение выдано **Шапочка Зоя Викторовна**

22 октября 2021 года (число, имя, отчество) 28 октября 2021

с «.....» Г. по «.....» Г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

**«Бережливое управление в образовательной
организации»**

по теме:

(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

40 часов

в объеме

(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам
программы:

Наименование	Объем	Оценка
Сущность и нормативная основа бережливого подхода в образовании	16 часов	зачтено
Системы и инструменты бережливого управления в образовательной организации	14 часов	зачтено
Практика внедрения бережливых технологий в образовательных организациях	10 часов	зачтено

Прошел(а) стажировку в (на)

(наименование предмета,

организации, учреждения)

Итоговая работа на тему:



МП

Краснодар

Город

Т.А. Гайдук

Ректор

Е.М. Филипенко

Секретарь

28 октября 2021 г.

Дата выдачи

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Шапочка

(фамилия, имя, отчество)

Зоя Викторовна

с **26 июня 2023**

г. по **12 июля 2023**

г.

прошел(-ла) обучение в (на)

ООО «Инфоурок»

(наименование)

образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по

программе повышения квалификации

(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

«Внедрение Федеральной образовательной программы дошкольного образования»

72 часов

в объеме

(количество часов)



Ректор (директор)

Секретарь

Шишко В.А.

Космовская А.П.

Город

Смоленск

Год

2023

Удостоверение является документом
установленного образца о повышении квалификации

Регистрационный номер **538826**

ПК **00543275**

Департамент образования администрации
муниципального образования город Краснодар



Благодарственное письмо

Воспитателю
МБДОУ МО г. Краснодар
«Центр – детский сад № 107»
З.В.Шапочке

УВАЖАЕМАЯ

Зоя Викторовна!

Департамент образования администрации муниципального образования город Краснодар в связи с празднованием Дня учителя выражает Вам благодарность за добросовестный труд и значительный вклад в развитие системы образования города Краснодара.

*Благодарим за профессионализм и ответственное отношение к делу.
Желаем Вам успехов и благополучия!*

Директор департамента

А.С.Некрасов

Краснодар, 2022