Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад присмотра и оздоровления часто болеющих

и аллергичных детей № 25 «Гнёздышко»

 города Новочебоксарска Чувашской Республики

**Проектная деятельность**

**по образовательной области «Физическое развитие»**

**Тема: «Страна Тренажёрия»**

Автор проекта:

Шевцова Ольга Владимировна

инструктор по физической культуре

І категории

Новочебоксарск 2018 г.

**Актуальность проблемы.**

Одна из задач Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы направлена на создание, условий формирования культуры здорового образа жизни.

В ФГОС дошкольного образования в разделе «Физическое развитие» одной из задач является становление, ценностей здорового образа жизни детей дошкольного возраста.

Каждый год детей с первой группой здоровья становится всё меньше. Детей с хроническими заболеваниями, ожирением, нарушением осанки, плоскостопием становится больше. Поэтому актуальными проблемами в оздоровлении детей остаются удовлетворение естественной потребности ребенка в движении и формировании культуры здорового образа жизни. Занятия с тренажерами способствуют развитию у детей интереса к разным видам и формам двигательной деятельности, формированию осознанного отношения к занятиям физической культурой, развитию физических качеств, обеспечению детей оптимальным уровнем двигательной активности.

 Современные тренажеры малогабаритны, легко устанавливаются, эстетичны и гигиеничны.

 Таким образом, использование детских спортивных тренажеров в системе физического воспитания дошкольников является перспективным направлением.

**Тема проекта:** «Страна Тренажёрия».

**Тип проекта:** практико-ориентированный.

**Участники проекта:** дети 3-7 лет, инструктор по физкультуре, воспитатели, медицинская сестра, врач, родители (законные представители).

**Срок реализации:** учебный год.

**Цель проекта:**

Удовлетворение естественной потребности дошкольников в движении посредством использования тренажёров, что способствует формированию культуры здорового образа жизни.

**Задачи проекта:**

Разработать систему работы по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей через использование физкультурно-оздоровительных тренажёров.

Повысить качество и эффективность оздоровительной работы в дошкольном учреждении.

Оснастить тренажёрный зал достаточным количеством детских тренажеров.

**Для детей:**

Обеспечить необходимую потребность в движении дошкольников.

Формировать у детей базовые умения, навыки и приемы страховки при работе на тренажерах.

Развивать координацию, ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость.

**Для педагогов:**

Повысить компетентность педагогов в использовании тренажеров в работе с дошкольниками.

**Для родителей:**

Создать и подкрепить мотивацию родителей (законных представителей) на поддержание потребности детей к здоровому образу жизни.

**Этапы реализации:**

**Первый этап - подготовительный:**

Проведение диагностики физической подготовленности детей.

Ознакомление с тренажерами, первоначальное разучивание.

Используется показ, объяснение и практические занятия на тренажерах детьми.

**Второй этап - основной:**

Упражнения на тренажере разучиваются углубленно – уделяется внимание технике выполнения упражнения.

Консультации, анкетирование, беседы и т.д. для педагогов и родителей (законных представителей).

**Третий этап - заключительный:**

Закрепление навыка выполнения упражнений на тренажерах и совершенствование техники выполнения.

Повторная диагностика, изучение и анализ эффективности занятий с детьми с использованием тренажеров.

День открытых дверей. Открытое занятие для родителей.

**Структура:**

Структура непрерывной образовательной деятельности с использование тренажеров традиционная и включает вводную, основную и заключительную части.

Вводная часть – разминка: различные виды ходьбы, бега, корригирующие упражнения и т.д.

Основная часть включает комплекс общеразвивающих упражнений, упражнения на тренажерах и подвижную игру.

После выполнения общеразвивающих упражнений дошкольники приступают к выполнению упражнений на тренажерах. Способ – круговая тренировка. Дозировка от 1 до 2 минут на каждом тренажере. По сигналу дети одновременно переходят к следующему тренажеру передвигаясь по кругу, по часовой стрелке. По окончании выполнения каждого задания дети выполняют дыхательные упражнения, элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики, психогимнастические этюды, упражнения на релаксацию хорошо знакомые детям.

Заключительная часть включает элементы дыхательной гимнастики, самомассажа, упражнения-релаксации, игровые упражнения для формирования правильной осанки, малоподвижных игр и упражнений для развития творческих способностей детей.

**Мониторинг:**

Диагностика физической подготовленности детей проводится 2 раза в год: в сентябре и в мае. В качестве показателей физической подготовленности выступают определенные двигательные качества и способности ребенка: ловкость, координационные способности, гибкость, силовые качества. Уровень развития двигательных качеств оценивается с помощью диагностических тестов на физическую подготовленность.

**Используемые программа и методы:**

Детство. Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др.

**Методы:** Зрительные и слуховые ориентиры. Разнообразное физкультурное оборудование, тренажёры. Поощрение творческой инициативы. Демонстрация двигательного действия ребёнком. Наглядность (фотоматериалы). Карточки – задания. Создание проблемной ситуации. Единый сюжет занятия. Игры для детей и взрослых.

**Ожидаемые результаты проекта:**

Удовлетворенность в естественной потребности дошкольников в движении посредством использования тренажёров и сформированная культура здорового образа жизни у детей.

**Для детей:**

Формирование осознанного отношения детей к собственному здоровью, к занятиям физической культурой.

**Для педагогов:**

Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах использования тренажеров в работе с дошкольниками.

**Для родителей (законных представителей):**

Положительная мотивация родителей (законных представителей) на поддержание потребности детей к здоровому образу жизни.

**Материальные ресурсы:**

1. Тренажеры разного типа в тренажёрном зале.

2. Методический инструментарий.

**Приложение:**

Консультации, анкетирование, картотека игр.