

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти «Лицей №6 имени Героя Советского Союза
Александра Матвеевича Матросова»
структурное подразделение детский сад «Дельта»*

**Региональный конкурс методических материалов по поддержке
семейного воспитания**

Номинация: «Здоровьесбережение семьи»

Проект семейной игротеки «Скиппинг»

Автор: Никитина Елена Николаевна,
инструктор по физической культуре

г. Тольятти
2022г.

Содержание работы

1.Введение.....	3
Актуальность.....	3
Проблема.....	4
Цель проекта.....	4
Задачи.....	4
Участники.....	4
Вид проекта.....	4
Ожидаемые результаты.....	4
2.Описание проекта.....	5
Подготовительный этап.....	5
Практический этап.....	5
Заключительный этап.....	6
Заключение.....	6
3.Список литература.....	7

Введение

Одним из приоритетных направлений реализации стратегии дошкольного образования в современных условиях выступает сохранение и укрепление здоровья детей. Уровень общей физической подготовленности у детей дошкольного возраста определяется тем, в какой мере у них развиты основные двигательные качества. Большую роль в воспитании будущих спортсменов играет детский сад. Именно в дошкольном возрасте дети получают основы знаний о: истории развития спорта, различных видах спорта, достижениях спортсменов и т.д. Именно поэтому государственным стандартом предусмотрено знакомство воспитанников ДОО с различными видами спорта, национальными спортивными играми. Так же детям даются представления об Олимпийском движении - истории, роли в жизни страны и мирового сообщества. Одним из видов олимпийских игр является «скиппинг». Это одно из самых эффективных средств развития физических качеств. Прыжки через скакалку, в отличие от других видов прыжков, представляют собой циклическое движение, состоящее из следующих друг за другом действий ребёнка. Многократное повторение таких циклов прекрасно развивает сердечно-сосудистую и дыхательную системы, мышцы всего тела и особенно ног, а также ловкость, тонкую и точную координацию движений, ориентировку в пространстве и времени, чувство ритма и, кроме того, укрепляет связки. Как отмечает Е. Н. Вавилова (1983), Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов (2003), прыжки находят широкое применение в двигательной деятельности человека.

Актуальность.

Проблема использования прыжков через скакалку у старших дошкольников достаточно актуальна и представляет научный и практический интерес. Согласно данным опроса детей и наблюдений за организацией двигательной-игровой деятельности дошкольников 5–7 лет, были получены следующие данные: из 100% детей лишь 10 – 15% владеют навыками прыжков через скакалку. Анализируя результаты опроса и наблюдений, можно сказать, что использовать скакалку по прямому назначению не всегда получается. Небольшие пространства дошкольного учреждения, повышенная занятость педагогов образовательным процессом, неумение рационально использовать пространство детского сада, пассивность родителей, а зачастую просто отсутствие желания заниматься этим видом двигательной активности с детьми. В силу предотвращения травмо-опасных ситуаций, скакалку детям для самостоятельных прыжков и игр чаще всего не доверяют взрослые, например: воспитатели опасаются появления травм из-за неправильного использования скакалки детьми. Инструктор по физическому развитию, организуя образовательную деятельность фронтально, зачастую не может использовать малые площади спортивного зала, а родители в силу своей занятости не уделяют должного внимания этому виду двигательной активности. Между тем, прыгать на скакалке просто и не нужно специального обучения. Скакалка компактнее любого другого тренажера, а по эффективности превосходит многие из них. Система работы не может

быть успешно реализована без помощи семьи. В соответствии с этим используются различные формы работы по взаимодействию ДООУ и семьями воспитанников. Для родителей подбирается цикл консультаций о детском спорте и спортивных играх, приобщении к здоровому образу жизни, необходимости совместных занятий физическими упражнениями.

Проблема.

В ходе бесед с детьми и родителями, совместными размышлениями было выявлено, что знания детей о скакалке, как о тренажере носят отрывочный характер. Перед детьми была поставлена проблема: «Скакалка – это игра или спорт?»

Цель проекта: воспитание интереса к спорту, воспитанников старшего дошкольного возраста, посредством игр и упражнений со скакалкой.

Задачи:

- формировать знания у детей и родителей о новом виде спорта - скиппинг и его дисциплинах;
- способствовать поиску новой информации о скакалке как о новом виде спорта;
- актуализировать имеющийся у детей опыт по игровым действиям со скакалкой в самостоятельной деятельности;
- воспитывать интерес к занятиям физической культурой и спортом, потребность демонстрировать личные успехи и спортивные достижения у детей старшего дошкольного возраста;
- формировать мотивацию на укрепление своего здоровья посредством игр и упражнений со скакалкой.

Участники.

Проект адресован воспитанникам старшего дошкольного возраста, педагогам и родителям. Реализация данного проекта поможет сформировать у воспитанников и их родителей интерес к спортивным и подвижным играм со скакалкой. Воспитанники познакомятся с новыми подвижными играми, освоят элементы спортивных игр, узнают об истории возникновения нового вида спорта скиппинг. У детей сформируется интерес к спорту и личным достижениям. Родители создадут благоприятные условия для двигательной деятельности детей дома, станут активными участниками мероприятий в дошкольном образовательном учреждении.

Вид проекта.

Описание проекта: образовательно-спортивный проект семейной игротеки «Скиппинг».

Сроки проведения проекта: краткосрочный (10.01.2022г - 10.02.2022 г.)

Ожидаемые результаты.

В ходе проекта у родителей и детей сформированы знания о новом виде спорта - скиппинг и его направлениях;

- созданы условия для реализации возможности старших дошкольников продемонстрировать свои успехи и достижения в скиппинге;
- сформирован интерес к занятиям физической культурой и спортом, а также потребность демонстрировать свои достижения;

- родители вовлечены в активное взаимодействие.

В результате проекта была создана семейная игротека «Скиппинг».

Реализация этапов проектной деятельности

Подготовительный этап

Цель: Изучение возможностей и потребностей воспитанников, родителей по ознакомлению с скиппингом.			
№	Содержание работы	Участники	Сроки
1	Наблюдений за организацией двигательной-игровой деятельности детей со скакалкой. Беседа «Что вы знаете о скакалке?»	Дети, инструктор по физической культуре	В течение недели
2	Изучение уровня осведомленности родителей в вопросах двигательной-игровой деятельности детей со скакалкой (анкетирование родителей)	Родители, инструктор по физической культуре	В течение недели
3	Заседание «круглого стола» по проблеме проекта Постановка проблемы - «Скакалка – это игра или спорт?»	Родители, дети, инструктор по физической культуре	В течение недели
4	Изучение научно-методической литературы по проблеме: - новых методик и технологий физического развития и оздоровления детей; - анализ существующих инновационных форм работы методической службы; - подбор новых более эффективных форм работы с родителями; - подбор презентаций об истории развития «Скиппинга» в России для реализации проекта; - подбор методического и демонстрационного материала «Скакалка – супертренажер» - составление картотеки спортивных игр со скакалкой.	Родители, инструктор по физической культуре	В течение месяца

Практический этап

Цель: Поиск ответов по решению проблемы проекта			
№	Мероприятия	Участники	Сроки
1	Экскурсия в спорткомплекс «Акробат», «Кристалл». Ситуативная беседа со спортсменами нашего города «Разминка чемпиона - боксера»	Дети, инструктор по физической культуре, родители	24 января
2	Встречи и мастер - классы со спортсменами нашего города «Скакалка – супертренажер для футболистов, фигуристов, теннисистов, хоккеистов»	Дети, инструктор по физической культуре	25 января
3	Консультация для родителей «Скакалка – кардиотренажер»	Родители, инструктор по физической культуре	26 января

		культуре	
4	Мастер – класс для родителей «Скиппинг – эффективное средство оздоровления детей и развития индивидуальных спортивных достижений»	Родители, инструктор по физической культуре	27 января
5	Разработка и подборка игр со скакалкой для составления семейной игротеки «Скиппинг»	Родители, инструктор по физической культуре	В течение недели

III. Заключительный этап

Цель: Презентация итогового продукта проекта			
№	Мероприятия	Участники	Сроки
1	Спортивно-игровая викторина «Олимпийские игры» Оценка знаний детей о скиппинге.	Дети, инструктор по физической культуре	1 февраля
2	Изучение уровня осведомленности родителей в вопросах двигательной-игровой деятельности детей со скакалкой (анкетирование родителей)	Родители, инструктор по физической культуре	В течение недели
3	Видеоролик семейной игротеки «Скиппинг» Семейные соревнования по скиппингу «Со скакалкой мы друзья»	Дети, родители, инструктор по физической культуре	10 февраля

Заключение:

Таким образом, познакомив детей с новым видом спорта – скиппинг через подвижные игры, соревнования, мы учим их овладевать разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Формирование начальных представлений о скиппинге, как о новом виде спорта, и о том, что скакалка – это не только, но и спорт, состоит в том, что:

- ❖ скиппинг способствует совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной);
- ❖ способствует улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых черт характера;
- ❖ создает благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи;
- ❖ формирует интерес к физической культуре, потребность к самостоятельным занятиям;
- ❖ способствует воспитанию у них интереса, уважения не только к спорту, но и к Олимпийским играм, как культурному наследию человечества;
- ❖ воспитывает чувство патриотизма, гордости за достижения своей страны и спортсменов.

Список литературы

1. Вавилова Е.В. Учите бегать, прыгать, лазать, метать – Пособие для воспитателей дет. Сада. – М.: Просвещение, 1983.
2. Мелехина Н.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ / Н.А. Мелехина, Л.А. Колмыкова. – СПб.: Детство-Пресс, 2012. – 112 с.
3. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду». – 3е изд., перераб.- М.: Просвещение, 1986.
4. Скакалка: польза и вред [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vsegdazdorov.net/story/skakalka-polza-i-vred/>
5. Упражнения со скакалкой - [Электронный ресурс] <http://studopedia.info/815503.html>
6. Учеб. пособ. для студ. сред. пед. учеб. заведений / [С. О.Филиппова, Т. В. Волосникова, О. А. Каминский и др.] — М. : Издательский центр «Академия», 2007. — 224 с.
7. Шарабарова И.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Советский спорт, 1991.