

Мастер-класс
«Современные подходы к физическому развитию детей дошкольного возраста»

Инструктор по физической культуре
Каширина С.С.

Цель: Повысить профессиональную компетентность педагогов в вопросах внедрения парциальной Программы как средства повышения двигательной активности детей дошкольного возраста, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи: Сформировать знания педагогов по приоритетному направлению деятельности, внедрить в режимные моменты элементы из парциальной Программы.

Время: 50 мин.

План мастер-класса:

	время	описание	оборудование
1.	13.30 - 13.35	Презентация	проектор
2.	13.35-14.10	Практическая часть: 1. Разминка «Игра со зрителями» 2. Строевое упражнение «Птицы на ветке» 3. Игра «Прыгни по слогам» 4. Игра «Разбуди медведя». 5. Игра «Птичья тропа» 6. Игра «Карусель» 7. Флешмоб «Воробьиная дискотека»	Коврики коррекционные 16шт., карточки со спортивным инвентарём, дорожки со следами 8шт., ёлки 2шт., обручи 2шт., мячи малые 4шт., ворота 2 шт., клюшки 2шт., мячи-снежки 16шт.
3.	14.10-14.20	Подведение итогов Рефлексия	Медали, кружочки белые для участников, ручки шариковые.

«Спорт становится средством воспитания тогда,
когда он любимое занятие каждого»
Василий Александрович Сухомлинский

Добрый день, уважаемые коллеги!

Сегодня мы собрались, чтобы поговорить о современных подходах к физическому развитию детей дошкольного возраста.

И одним из таких подходов является пилотный проект раннего физического развития детей «Стань чемпионом», который с сентября 2022 г. начал апробацию на территории Краснодарского края.

В проекте участвуют 146 детских садов края - из них 17 детских садов г. Краснодара, одним из которых является «Детский сад «Сказка», в частности структурное подразделение №145.

В рамках проекта в нашем подразделении апробируется **«Парциальная программа раннего физического развития детей 2-7 лет».**

Данная программа была разработана в Национальном государственном университете физической культуры, спорта и здоровья имени Лесгафта.

Основной направленностью программы является выявление и поддержка детей, проявивших физические способности, популяризация спорта и здорового образа жизни.

Ведь не секрет, что решение о выборе вида спорта для занятий детьми чаще всего принимают родители. При этом они руководствуются:

- своими предпочтениями в спорте;
- популярностью вида спорта;
- наличием спортивных секций вблизи места жительства

Но порой родители, отдавая ребенка в спорт, забывают, что помимо спортивных побед существует и фактор удовлетворенности от занятий избранным видом спорта и здоровье юных спортсменов.

Так вот, чтобы выявить предрасположенность у детей к занятию определёнными видами спорта, в которых они смогут достичь высоких спортивных результатов в рамках проекта используется отечественный программно-аппаратный комплекс «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ», что собственно говоря, и является новизной данного проекта. Мы очень ждем, что данный комплекс в скором будущем появится и у нас! А сейчас предлагаем вам небольшой видеоролик о том, как проходит тестирование с помощью комплекса «СТАНЬ ЧЕМПИОНОМ». *(Видеоматериал).*

Но пока комплекса нет мы проводим педагогическую диагностику (мониторинг) физического развития и сформированности двигательных навыков детей с использованием имеющегося оборудования.

Апробация программы в условиях нашего структурного подразделения проходит согласно дорожной карты.

Свою работу мы построили в двух направлениях:

1. Образовательная деятельность
2. Взаимодействие с семьями воспитанников

В рамках образовательной деятельности в работу инструктора по физической культуре, музыкального руководителя, воспитателей были внесены коррективы с учетом парциальной программы, которая включает в себя следующие виды подготовки: физическую, техническую (базовые навыки универсального характера), психологическую, теоретическую.

Физическая подготовка – это организованный процесс, который направлен:

- на всестороннее развитие организма занимающихся – укрепление опорно-связочного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, совершенствование деятельности вегетативной и центральной нервной систем;
- укрепление здоровья и повышение работоспособности;
- развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения техники прикладных упражнений, базовых видов спорта и исполнение их с требуемым качеством: амплитудой, скоростью, силой и др.

Техническая подготовка детей предполагает освоение и совершенствование техники двигательных действий, характерных для конкретного вида двигательной деятельности, включенного в программу раннего физического развития.

Психологическая подготовка направлена:

- на формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание волевых качеств при преодолении повышающейся нагрузки;
- аутогенную, идеомоторную, психомышечную тренировку;
- совершенствование быстроты реагирования;
- совершенствование специальных умений и навыков;
- регулирование психологической напряженности в стрессовых ситуациях;
- выработку толерантности к эмоциональному стрессу.

Запланированы мероприятия, направленные на популяризацию спорта и здорового образа жизни: беседы, развлечения. Составлены перспективные планы.

Основные аспекты Программы проходят через все виды детской деятельности: утренняя гимнастика и гимнастика после сна, физкультминутки и прогулки на свежем воздухе, подвижные и малоподвижные игры, беседы с детьми и, конечно же - это создание насыщенной, разнообразной, многофункциональной, эстетической предметно-пространственной развивающей среды.

Второе направление нашей работы -это взаимодействие с семьями воспитанников. И работу в этом направлении мы строили с учётом полученных результатов диагностики физического развития детей. Побеседовав с родителями, мы выяснили, что пока ни один ребёнок не посещает спортивную секцию. То есть у нас есть прекрасная возможность дать родителям рекомендации по определению ребёнка в ту секцию, в которой его физические способности были бы реализованы. Чтобы понять, как ребенок проявляет двигательную активность вне детского сада, мы разработали Памятки и предложили родителям заполнить "Карту развития ребенка", в которой они оценивали актуальный уровень сформированности у своего ребенка двигательной инициативы – качества, способного сыграть решающую роль в спортивных результатах ребенка.

В результате анализа данных, полученных после заполнения «Карт развития», была определена направленность работы с родителями:

- формировать знания по ЗОЖ;
- организовывать индивидуальные консультации;
- знакомить с комплексами упражнений, которые родители могут выполнять вместе с ребенком;
- знакомить с условиями и правилами поведения в бассейне, спортивном и тренажерном залах, на стадионе, игровой площадке; использования спортивного оборудования; с техникой безопасности;
- рассказывать о важности формирования у ребенка устойчивой мотивации занятием спортом, о роли семьи в адаптации ребенка к требованиям спортивной деятельности;
- организовывать показательные или открытые занятия, которые могут проходить в форме отчета о проделанной работе перед родителями и администрацией организации, осуществляющей спортивную подготовку. Цель таких занятий – заинтересовать родителей работой, проводимой с детьми, и привлечь их к участию в ней. После занятий проводятся беседы с родителями, даются рекомендации по организации здорового образа жизни;
- обсуждать оптимальный для ребенка рацион питания;
- анкетировать родителей, проводить с ними беседы для эффективного проектирования коррекционно-воспитательно-развивающей работы.

Мы надеемся, что совместными усилиями удастся помочь детям добиться спортивных результатов и стать разносторонними личностями.

Приглашаю вас на практическую часть нашего мастер-класса.

Предлагаю вашему вниманию элементы двигательных игр и упражнений из парциальной Программы, которые способствуют развитию двигательной инициативы (активности) детей, но для начала мы проведем разминку (см. приложение).

У нас за окном зима. Я приглашаю две команды зимующих птиц: «Голуби» и «Воробьи».

1. Строевое упражнение «Птицы на ветке» (см. приложение).
2. Игра «Прыгни по слогам» (см. приложение)
3. Игра «Разбуди медведя» (см. приложение)
4. Игра «Пройди по следам» (см. приложение)
5. Игра «Карусель» (см. приложение)

Награждение.

Флешмоб «Воробьиная дискотека» (см. приложение)

Итог:

1. Мы познакомили вас с «Парциальной программой раннего физического развития детей 2-7 лет».

2. Рассказали каким образом Программа внедряется в нашем ДОО.

3. Предложили варианты применения Программы в различных видах деятельности, которые вы сможете использовать в своей работе.

РЕФЛЕКСИЯ:

Мы предлагаем Вам выразить свои впечатления, пожелания по реализации программы для того чтобы помочь детям в будущем стать чемпионами!

(кружочки белого цвета приклеиваем на плакат «Гора чемпионов»).

Наше мероприятие подошло к концу. Надеюсь, вы с пользой провели время и у всех хорошее настроение.

Разминка «Игра со зрителями» (Т.И.Суворовой)

Музыкальное сопровождение – песня «Не зевай»

Вступление

- входят в ритм музыки

1 куплет:

Там, где плещет океан,
Жил разбойник- великан,
Брови чёрные дугой...
Топал он весь день ногой.

*- поднимают плечи
- поднимают руки вверх и
опускают через стороны вниз
- топают ногой -4 раза.*

Припев:

Ай, ай, ай!
Не зевай,
И за нами повторяй! } 2 р.

*-качают головой вправо-влево
- грозят пальчиком
-топают ногой -4 раза.*

2 куплет:

По горам летает ветер,
Ищет, где плохие дети.
Ветер целый день летит,
И шумит он, и свистит.

*- качают руками надголовой.
- ставят руку «под козырёк».
- качают руками над головой,
изображая ветер.*

Припев:

Ай, ай, ай!
Не зевай,
И за нами повторяй! } 2 р.

*-качают головой вправо-влево
- грозят пальчиком
-качают руками над головой,
изображая ветер.*

3 куплет:

Если хочешь стать слоном,
Нужно помнить об одном:
То, что он трубит в трубу:
«Бу-бу-бу» да «бу-бу-бу».

*- тяжело переваливаются с ноги
на ногу, изображая движения слона
- изображают «игру» на трубе.*

Припев:

Ай, ай, ай!
Не зевай,
И за нами повторяй! } 2 р.

*-качают головой вправо-влево
- грозят пальчиком
- изображают «игру» на трубе.*

Строевое упражнение - «Птицы на ветке»

(Дети делятся на две команды: «Голуби» и «Воробьи»)

Педагог:

Захожу я в лес дремучий,
Вижу – дуб стоит могучий.
Ветка - справа, ветка – слева
Зазывает птиц умело!
Воробьи – садитесь справа,
Голуби – садитесь слева.
Раз, два, три – на ветки лети!

(«Голуби» строятся слева от педагога, а «Воробьи» – справа)

Игра «Прыгни по слогам»

Атрибуты: 16 коррекционных ковриков, карты-схемы со спортивными атрибутами

Правила игры: дети делятся на две команды

Перед каждой командой лежит по 8 коррекционных ковриков. Каждой команде предлагается карта-схема со спортивными атрибутами. Дети должны угадать, что лишнее изображено на карточке и ответить почему они так думают.

1 карта-схема

Щётка, коньки, клюшка, шайба

2 карта-схема

Лыжи, камень, очки, палки

Первые игроки становятся на коврики и начинают прыгать, разделяя на слоги слова, указанные на карточке. На каждый слог - один прыжок. Остальные игроки из команды помогают своему игроку, прохлопывая каждый слог.

Игра «Разбуди медведя»

Атрибуты: 2 клюшки, снежки, ворота, 2 игрушечных медведя

Правила игры: дети делятся на две команды

С началом музыки дети проговаривают слова:

Мишка, мишка, хватит спать!

Выйди с нами поиграть.

Нас тут много, ты – один,

Спать тебе мы не дадим!

С окончанием слов игроки каждой команды друг за другом (пока звучит музыка) по очереди забивают снежный ком клюшкой в берлогу (ворота). Побеждает команда, которая больше забьет снежков.

Игра «Птичья тропа»

Атрибуты: дорожки со следами птиц

Правила игры: дети делятся на две команды

Вариант 1: пройти дорожки по следам приставным шагом (прямым, боковым, скрестным, обратным).

Вариант 2: пройти дорожки по следам прыжками (вперед, вправо, влево, назад)

Побеждает команда, которая первая правильно пройдёт по следам.

Игра «Карусель»

Атрибуты: 2 обруча, мяча малого размера по количеству игроков одной команды.

Правила игры: дети делятся на две команды

Вариант 1: Игроки каждой команды берутся левой рукой за обруч. У игроков одной из команд в правой руке мячи. С началом музыки игроки начинают двигаться против часовой стрелки, передавая мячи игрокам другой команде в движении. Побеждает команда, которая не уронила мяч.

Вариант 2: смена рук и направления движения.

Физкультминутка: «Три медведя»

Три медведя шли домой, *(Шагать на месте вперевалочку.)*

Папа был большой-большой. *(Поднять руки над головой, потянуться)*

Мама с ним - поменьше ростом, *(Руки на уровне груди)*

А сынок - малютка просто. *(Присесть)*

Очень маленький он был, *(Присев, качаться по-медвежьи)*

С погремушками ходил: *(Встать, руки перед грудью сжать в кулаки)*

Дзинь-дзинь, дзинь-дзинь. *(Имитировать игру с погремушками).*

Физкультминутка: «Путаница»

(выполняем движения согласно тексту)

По ровненькой дорожке, по ровненькой дорожке

Шагают наши ножки, раз, два, раз, два.

Прыг да скок, прыг да скок, скачет зайка - серый бок.

Под кусточек присел, схорониться захотел.

Вот лягушки по дорожке скачут, вытянувши ножки:

Ква - ква - ква, ква - ква - ква!

Мы топаем ногами, мы хлопаем руками, киваем головой.

Мы руки поднимаем, мы руки опускаем, мы руки подаём.

И бегаем кругом, и бегаем кругом.

Тише, тише не спешите! Хоровод остановите.

Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!

Флешмоб «Воробьиная дискотека»

Музыкальное сопровождение- песня Ю. Антонова «Воробьиная дискотека»

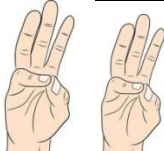
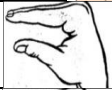






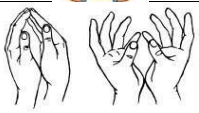





	Текст	описание
<i>И.п. стойка ноги врозь, руки на поясе.</i>		
Вступление	1-8	Подъём на носочки с наклонами головой вправо – влево на каждый счёт.
1 куплет	Из динамиков лавиной	Два приставных шага с круговыми движениями руками вправо
	Льётся музыки река,	Два приставных шага с круговыми движениями руками влево
	В дискотеке воробьиной	Два приставных шага с круговыми движениями руками вправо
	Скучных нет наверняка.	Два приставных шага с круговыми движениями руками влево
	Наклоняйтесь вправо-влево,	Наклоны вправо – влево (руки на поясе)
	Шаг вперёд и шаг назад,	Шаг вперёд - прыжок на месте, шаг назад - прыжок на месте (руки на поясе)
	А теперь слова припева	Шаг вправо с поворотом вокруг себя – хлопок в ладоши справа с выпадом
	Повторяйте все подряд:	Шаг влево с поворотом вокруг себя – хлопок в ладоши слева с выпадом
Припев	Чики-рики, чики-рики,	Наклон с «моталочкой» к носку правой ноги
	чики-чик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-рики, чики-рики,	Наклон с «моталочкой» к носку левой ноги
	чики-чик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Наклон с «моталочкой» к носку правой ноги
	чик-чирик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Наклон с моталочкой к носку левой ноги
	чик-чирик.	2 прыжка на двух ногах на месте с

		похлопыванием руками по бёдрам
2 куплет	Из динамиков лавиной	Полуприсед , руки вверх вправо с наклоном (пальцы раскрыты)
	Льётся музыки река,	Полуприсед , руки вверх влево с наклоном (пальцы раскрыты)
	В дискотеке воробьиной	Правое колено вверх, руки вниз - 2раза
	Скучных нет наверняка.	Левое колено вверх, руки вниз - 2раза
Припев	Чики-рики, чики-рики,	Наклон с «моталочкой» к носку правой ноги
	чики-чик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Наклон с моталочкой к носку левой ноги
	чики-чик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Наклон с «моталочкой» к носку правой ноги
	чик-чирик!	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-рики, чики-рики,	Наклон с моталочкой к носку левой ноги
	чик-чирик.	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Твист 4р
	чики-чик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Твист 4р
	чики-чик!	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-рики, чики-рики,	Твист 4р
	чик-чирик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам
	Чики-чики, чики-чики,	Твист 4р
	чик-чирик,	2 прыжка на двух ногах на месте с похлопыванием руками по бёдрам

Дыхательная гимнастика «Компот»

Текст	Описание
С бабушкой в саду собрали яблоки и груши И сварили мы компот для маленькой Нюши. Чтоб остыл компот быстрее Дуем, дуем веселее.	Проговариваем текст  (вдох, на выдохе дуем на ладонь 3 раза)

Пальчиковая гимнастика «Тридцать три вагона»

Текст	Описание	Картинки
Тридцать три вагона в ряд,	Соединить большой палец и мизинец на правой и левой руке. Покачивать тремя пальцами в такт текста.	
тараторят, тарыхтят	Пальцы сложить клювиком (щёпоть), клювик открывается и закрывается в такт текста.	
Тары, тары, та-ра-ра!	Пальцы сложить клювиком (щёпоть), клювик открывается и закрывается в такт текста.	
Ушли кони со двора,	Шагаем указательным и средним пальцем по поверхности	
Со двора-то на село,	Раскрыть кисть ладонями вверх	
а село- далеко,	Поставить ладонь козырьком ко лбу	
На зелёный лужок,	Сжать ладонь в кулак и разжимать	
да во тёмный во лесок.	Закрывать глаза ладонями	
Долго тех коней ловили,	Обе ладони поставлены на ребро и соединены ковшиком. Запястья соединены, пальцы отводим в стороны (имитация ловли)	
долго по лесу бродили	Шагаем указательным и средним пальцем по поверхности	
А ловили-то уздой,	Круговые движения указательными пальцами в правую и левую сторону	
золочёной, не простой,	Круговые движения большими пальцами в правую и левую сторону	
А поймали-привязали,	Поставить ладони под углом друг-другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой. Шевелить прямыми пальчиками	
чтоб опять не убежали.	Шагаем указательным и средним пальцем по поверхности	

Пальчиковая гимнастика «Вот под ёлкой запущенной»

Текст	Описание	Картинки
Вот под ёлкой запущенной	Поставить ладони под углом друг-другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой. Шевелить прямыми пальчиками	
Скачут по снегу вороны:	Шагаем указательным и средним пальцем по поверхности	
Кар-кар! Кар-кар!	Пальцы сложить клювиком (щёпоть), клювик открывается и закрывается в такт текста.	
Из-за корочки подрались	Стучим кулаком о кулак	
Во всё горло раскричались Кар-кар! Кар-кар!	Пальцы сложить клювиком (щёпоть), клювик открывается и закрывается в такт текста.	
Только ночка наступает,	Закрывать глаза ладонями	
Все вороны засыпают:	Складываем ладошки под щечку, изображаем спящего.	
Кар-карррр!	Пальцы сложить клювиком (щёпоть), клювик открывается и закрывается в такт текста.	