

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №88»

Инновационный проект
«Народная подвижная игра как
средство физического развития
дошкольников»
долгосрочный
Срок реализации: 1 год



Подготовила: Пивкина И.И.
инструктор по физической культуре

Саранск, 2022-2023 учебный год

Актуальность. Физическое воспитание детей дошкольного возраста является начальным звеном всей системы физического воспитания детей и подростков в целом. В современном обществе огромное внимание уделяется здоровью и физическому развитию детей, в том числе развитию их физических качеств. Развитие физических качеств является жизненно необходимым и актуальным в физической подготовленности детей дошкольного возраста. В настоящее время в детских садах отмечается следующая тенденция: для многих дошкольников недоступно выполнение отдельных физических упражнений (прыжки, бег, метание) не только по причине низкой техники выполнения данных упражнений, а потому что у них недостаточно развиты физические качества - сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Даже участие детей дошкольного возраста в подвижных играх, в которые дети всегда играют с удовольствием, часто затруднено именно из-за недостаточного развития тех же самых физических качеств.

Ведущим методом развития физических качеств у старших дошкольников является игровой - с подбором подвижных игр с бегом, прыжками, метанием, бросками. Игровой метод характеризуется организацией двигательной активности детей в соответствии с игровым сюжетом, с их относительно большой свободой и самостоятельностью.

В то же время целый ряд проблем, связанных с физическим воспитанием дошкольников, требует научного разрешения. В методической литературе недостаточно освещен вопрос комплексного развития физических качеств у дошкольников, рекомендации отдельных авторов сводятся к регламентированному освоению какого либо отдельного физического качества.

В настоящее время, большинству старших дошкольников не знакомы народные подвижные игры. Народным подвижным играм, как виду деятельности, присущи такие признаки, как изменяющиеся условия тех или иных действий; поэтому большинство этих игр связаны с проявлением

физических качеств: силы, выносливости, ловкости и гибкости. Например, народные подвижные игры в старшем дошкольном возрасте имеют явное преимущество перед стандартными пробежками на быстроту.

Эффективность использования народных подвижных игр в развитии физических качеств детей снижается также из-за недостаточного уровня теоретической и практической подготовки воспитателей.

Объект проекта. Физическое развитие дошкольников средствами народных подвижных игр.

Предмет проекта. Процесс физического воспитания и развития дошкольников с применением инновационной деятельности.

Цель проекта: сохранение и укрепление физического здоровья детей по средством народной подвижной игры.

Задачи:

Образовательные:

- охрана и укрепление здоровья; закаливание; развитие движений;
- познакомить детей с народными подвижными играми;
- создание здоровьесберегающей и развивающей среды;
- накопление ребёнком необходимого двигательного и речевого опыта;
- укрепление физического, психического и духовного здоровья.

Развивающие:

- развитие качеств личности и потребности в физическом совершенстве;
- повышение творческого двигательного потенциала детей;

Воспитательные:

- вызвать у детей интерес и потребность к систематическим занятиям по физическому развитию;
- формирование личностной культуры здоровья.

Характеристика проекта: проект долгосрочный, сроки реализации: сентябрь 2022 г.- май 2023 г.

Участники проекта: дети дошкольного возраста, педагоги МДОУ. Реализация проекта включала три этапа: организационный, практический и

обобщающий.

1. Организационный этап (сентябрь 2022 г.)

Благодаря знакомству с русскими народными играми, мы сохраняем свои традиции, передаём их будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье наших детей. У детей появляется прекрасная возможность, играя, приобщиться к здоровому образу жизни, прикоснуться к особенностям жизни, истории, обычаям русского народа, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.

Русские народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками. Характерная особенность русских народных игр – движения (бег, прыжки, метания, броски, передачи и ловля мяча). Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры.

Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но хорошофизически развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры.

Цель этапа воспитание у ребенка потребности в движении и эмоциональном восприятии жизни.

Основываясь на цели, были поставлены следующие задачи:

Задачи:

- разработка перспективного плана работы;
- подготовка материально-технического обеспечения;
- полноценно организованная предметно пространственная среда;
- учёт возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- привитие детям потребности в физической культуре и спорте, а также обучение их доступным умениям;
- прививать интерес и любовь к русскому народному творчеству, русскому фольклору так как он отражает жизнь нашего народа, его опыт, мысли, чувства наших предков;
- создать бодрое настроение, подготовить организм к выполнению

более сложных упражнений которые планируются в основной части занятия, и к повышению физической нагрузки.

Ожидаемый результат: пополнение словарного запаса детей дошкольного возраста новой терминологией; развитие интереса к физкультурным занятиям и спортивным состязаниям.

2. Практический этап (октябрь 2022г.- апрель 2023г.)

Цель: реализация практической части проекта.

Задачи:

- накопление ребёнком необходимого двигательного и речевого опыта;
- укрепление физического, психического и духовного здоровья;
- повышение творческого двигательного потенциала детей;
- формирование личностной культуры здоровья.
- развивать у детей чувство любви к своей стране и малой Родине.

Ожидаемый результат: Повышение уровня физической подготовленности и состояния здоровья детей. Привитие интереса и любовь к русскому народному творчеству, русскому фольклору, так как он отражает жизнь нашего народа, его опыт, мысли, чувства наших предков.

Дата	Тема	Содержание
Октябрь	«Игры на осенней поляне» развлечение (средний возраст)	Познакомить детей с народными подвижными играми.
Ноябрь	«Народные подвижные игры: играем вместе с детьми» сообщение	Сообщение инструктора по физической культуре
Декабрь	«В поисках здоровья» квест- игра (подготовительные группы)	Вызывать у детей интерес и потребность к систематическим занятиям физической культурой.
Январь	Игры отражающие отношение человека к природе («Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «Волк и	Сохранять и укреплять физическое здоровье детей средствами народной подвижной игры.

	овцы», «Вороны и воробьи», «Пчелки и ласточки», «Кошки-мышки»)	
Февраль	Игры сверстников прошлых лет («Городки», «Жмурки», «Ловишка», «Отгадай, чей голосок», «Веревочка под ногами»)	Знакомить детей с играми сверстников прошлых лет.
Март	«Игры с Капитошкой» спортивный досуг	Приобщить детей к здоровому образу жизни, прикоснуться к особенностям жизни, истории, обычаям русского народа, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.
Апрель	Игры отражающие быт, повседневные занятия («Удочка», «Пастух и стадо», «Шишки, желуди, орехи»)	Знакомить детей с играми отражающие быт, повседневные занятия.
Май	Игры, где есть возможность помериться силой («Перетягивание каната», «Бой подушками», «Сильный бросок», «Мяч кверху»)	Закрепить представления детей о повседневной жизни наших предков — их быте, труде, мировоззрении.

3. Обобщающий этап (май 2023 г.)

Цель: анализ результатов выполнения проекта.

Задачи:

- совершенствование физических качеств, навыков обращения с предметами,

- развитию внимания, наблюдательности, пространственных ориентировок;

- воспитание физических качеств, при выполнении более сложных игровых действий, правил, условий, игровой ситуации;

Ожидаемый результат:

Народные игры в комплексе с другими воспитательными средствами способствуют развитию активной личности, сочетающей в себе духовное

богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Работая с детьми, надо помнить, что впечатления детства глубоки и незабываемы. Они образуют фундамент для развития нравственных чувств, сознания дошкольника и дальнейшего проявления в общественно полезной и творческой деятельности.

Подвижные игры целесообразно варьировать. Однако варианты нужны не только для того, чтобы внести разнообразие, поддержать интерес детей к игре, но и для того, чтобы решить педагогические задачи. Систематическое использование различных вариантов игр содействует воспитанию у детей возможности разностороннего применения приобретаемых ими навыков движений.

Благодаря знакомству с русскими народными играми, мы сохраняем свои традиции, передаём их будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье наших детей. У детей появляется прекрасная возможность, играя, приобщиться к здоровому образу жизни, прикоснуться к особенностям жизни, истории, обычаям русского народа, познать радость общения со сверстниками и взрослыми.

Список использованных источников

1. Ленерг Г., Лихман И. «Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста». М.:2003г.
2. Методические рекомендации к Программе воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005г.
3. Пензулаева Л.И. «Настольная книга учителя физической культуры». – М.: Физкультура и спорт, 2000г.
4. Рунова М.А. «Двигательная активность ребёнка в детском саду».: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика – Синтез, 2003г.
5. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». – М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника». 2005г.
6. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика - Синтез, 2005г.
7. Фомин Н.А., Фомин В.Е. «Возрастные основы физического воспитания». – М.: Физиология и спорт. 2008г.
8. Фролова В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке». М.: «Просвещение», 2001г.
9. Дворкина Н.И. Методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов у детей 3-6 лет на основе подвижных игр: метод.пособие. - М., 2007. - 80 с.