Структурное подразделение «Детский сад №16 комбинированного вида»

МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида»

Рузаевского муниципального района

**Муниципальный конкурс**

**«Лучшие практики дошкольного образования: инновации и традиции»**

**Номинация:** «Здоровый ребенок–здоровая нация»

**Сведения об авторе:** Захарова Надежда Анатольевна

**Занимаемая должность**: инструктор по физической культуре

**ЭССЕ**

**Мини-футбол как одна из современных**

**здоровьесберегающих технологий физического развития детей старшего дошкольного возраста**

2022г.

Дошкольный возраст является важнейшим этапом в жизни ребенка, т.к. в этот период времени у него формируются основы здорового образа жизни, интерес к физической культуре и спорту, а также развиваются его физические качества (сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость). Их развитие – важная задача физического воспитания, которая остается актуальной и по сей день.

Современный мир меняется очень быстро, а с ним и наши дети. Теперь с самого рождения они сталкиваются с компьютерами, сотовыми телефонами, интернетом –и все это сказывается на их физическом развитии. В связи с этим, главной проблемой 21 века стала «гипокинезия» (пониженная двигательная активность), а ее последствия- трудности в развитии физических качеств у детей. Мне, как педагогу, очень важно создать все условия для их развития.

В связи с этим меня заинтересовали вопросы: «С помощью чего развивать физические качества у дошкольника?» и «Какую методику применить, чтобы заинтересовать детей?».

Чтобы ответить на вопросы, мною были дополнительно изучены теоретические основы воспитания двигательных качеств детей старшего дошкольного возраста и установлено, что упражнениях с мячом являются хорошим средством развития ловкости, выносливости, силы и быстроты. Еще в 17 веке, немецкий педагог и создатель системы общественного дошкольного воспитания Фридрих Фребель, сказал: «Мяч- это средством всестороннего развития дошкольника, а также любимая его игрушка».

Но какой же мяч выбрать? Ответ на этот вопрос мне подсказали сами дошкольники. С детьми была проведена беседа «Физкультура и спорт-залог здоровья». В заключении детям было предложено раскрасить иллюстрацию вида спорта, которым они хотели бы заниматься. При подведении итогов беседы, было установлено, что большая половина старших дошкольников из представленных иллюстраций шести видов спорта выбрали футбол, а остальные склонились к волейболу, баскетболу и лыжному спорту. Так как, на базе нашего детского сада уже были созданы хорошие условия для обучения элементам этих видов спорта, возникла необходимость пополнения предметно-пространственной среды по футболу. Совместными усилиями родителей и педагогов на территории детского сада было создано поле для мини-футбола, футбольные ворота с сеткой, приобретена детская футбольная форма, а также пополнен спортивный инвентарь (фишками, мячами, конусами). Такие изменения пришлись детям по душе, и это неудивительно, потому что футбол - самый популярный массовый вид спорта и прекрасное средство физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения.

Мини-футбол (Футзал)–это инновационная технология в физическом воспитании, которая все больше набирает популярность у родителей и детей Данный вид спорта является разновидностью футбола, но различия между ними существуют:

-в мини-футболе площадка и ворота вдвое меньше, чем в классическом футболе, а мяч легче.

-продолжительность матча меньше, а также в каждой команде по пять игроков. Это очень подходит для физкультурных занятий в детском саду и в школах, где нет ни времени, ни площадки для игры в обычном футболе.

Актуальность данной технологии заключается в следующем:

1. Мини-футбол является хорошим средством повышения двигательной активности детей;

2. Данный вид спорта является популярным, доступным, всесезонным, и эмоциональным;

3. Многими учеными доказана польза мини-футбола для здоровья дошкольника. Разнообразие спортивных упражнений укрепляет мышечно-связочный аппарат, развивает его физические качества, повышает умственную работоспособность, а также вырабатывает у него привычку в ежедневных занятиях физическими упражнениями;

4. Данная спортивная игра соответствует приказу Министерства спорта РФ «Об утверждении общенациональной стратегии развития футбола в РФ на период до 2030 года», а также нормам ФГОС ДОУ в образовательной области «Физическое развитие»;

5.Также мини-футбол отвечает всем санитарно-эпидемиологическим нормам.

О пользе мини-футбола для детей дошкольного возраста свидетельствуют исследования российского ученого Юлии Николаевны Ермаковой, которая экспериментально доказала, что физкультурные занятия на основе использования элементов игры мини-футбол оказывают положительное влияние на развитие физических качеств детей 5-7 лет. По окончании четырехлетнего педагогического эксперимента было установлено, что детей с гармоничным физическим развитием стало на 32% больше, по сравнению с начальным обследованием, а степень развития их психических процессов (наглядно-образное восприятие, кратковременная память, логическое мышление, внимание) стала выше на 41%.

Рождение современного мини-футбола в нашей стране произошло в конце 1980-х годов и по инициативе Семена Николаевича Андреева (главного тренера СССР) был создан комитет по мини-футболу. Благодаря кропотливой работе комитета и многолетним тренировкам основателя, сегодня разработана методика обучения мини-футболу старших дошкольников, которая представлена в учебном пособии «Мини-футбол в дошкольных образовательных учреждениях».

В своей работе я обобщила передовой опыт ведущих тренеров, мастеров спорта по данному направлению и создала свою систему работы по воспитанию физических качеств дошкольников через элементы мини-футбола.

В основе технологии лежит игровой метод обучения и включает в себя:

- веселую разминку;

- игровые упражнения;

- подвижные игры;

- тематические досуги и праздники;

- квест-игру.

Работа по внедрению мини-футбола началась еще в 2018 году, в связи с чемпионатом мира по футболу. В рамках проекта «Да здравствует футбол!» в непосредственно-образовательную деятельность подготовительной группы были внедрены элементы мини-футбола: комплекс ОРУ «Разминка футболиста», ритмическая гимнастика «Спорт и здоровье», игровые упражнения «Передал - садись», «Блуждающий мяч», подвижные игры, а также техника спортивной игры.

Физкультурные занятия проводились 1 раза в неделю с сентября по май.

Для поддержания интереса к данной спортивной игре были проведены разные мероприятия: беседы «Правила игры в мини-футбол», «Мини-футбол-спортивная игра»; просмотры презентаций «Один день футболиста», «Чемпионат мира по футболу»; экскурсии в библиотеку и спортивную школу, квест-игра «Все о футболе».

В целях повышения компетентности и привлечения внимания родителей к ЗОЖ были проведены: анкетирование «Физическое воспитание в семье?», товарищеский матч «Всех объединяет спорт!», тематическая акция «Спорт детям».

По окончании педагогического проекта было проведено обследование физической подготовленности дошкольников подготовительной группы за май 2018 год. По результатам мониторинга стало очевидно, что уровень развития «ловкости» повысился с 46% на 81 %, общий показатель «быстроты» повысился на 31 % и составил 83%. С тестовыми заданиями из раздела «Ведение мяча» (удар по неподвижному мячу; ведение мяча по прямой, кругу, с остановкой по сигналу, ведение мяча змейкой; передача мяча ногой друг другу; удар по воротам) справились 95 % детей.

Можно сделать вывод, что такие физические качества как ловкость, быстрота, выносливость и меткость были заметно улучшены, а, следовательно, была повышена двигательная активность дошкольников. У детей появился стойкий интерес к спортивной игре, расширились знания о данном виде спорта, о его технике, а также улучшились дружеские отношения как со своими сверстниками, так и со взрослыми (воспитателями и родителями).

Получив положительные результаты по физическому воспитанию старших дошкольников средствами спортивной игры мини-футбол, на базе детского сада мною был организован физкультурно-оздоровительный кружок «Юный футболист», который дети посещают с большим удовольствием.

Я считаю, что в настоящее время данная технология доступна для внедрения в практику дошкольных учреждений.