

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №10 комбинированного вида»**

---

683015 г.Петропавловск-Камчатский, ул.Петропавловское-шоссе, д.14, т/ф. (4152)24-48-70

ИНН 4100018175, ОГРН 1024101018171

mdou-10@pkg

**Материалы для участия в конкурсном отборе лучших педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность в Камчатском крае, реализующих программы дошкольного образования**

***Молчан Анна Алексеевна***

***воспитатель МБДОУ «Детский сад № 10»***

**г. Петропавловск-Камчатский  
2021 год**

## Содержание

Документы	
Описание опыта работы.....	3
Список используемой литературы.....	9
Приложения	

***«Подвижные игры и игровые упражнения с мячом как средство сохранения и укрепления здоровья дошкольников»***

*«Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь».*

*Гиппократ*

**Актуальность.**

Физическое воспитание играет главную роль во всестороннем развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств, формирования основ здорового образа жизни. В детском организме заложены большие возможности для тренировок, а это дает возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания ДООУ. Ведь освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

В играх и действиях с мячом дошкольники совершенствуют навыки большинства основных движений. Вместе с тем игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе игр дети упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, ударах по мячу ногой, ведении ногой, ударах по цели и на дальность с места и разбега, но и также в ходьбе, беге, прыжке. Все эти движения дети выполняют в постоянно изменяющейся обстановке. А это способствует формированию у детей старшего дошкольного возраста умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры.

Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации и способах проведения благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребенка. Разнообразные спортивные упражнения позволяют всесторонне воздействовать на мышечную систему детей. Укрепляют их костный аппарат, развивают дыхательную и сердечно – сосудистую системы, регулировать обмен веществ, усиливая его функциональный эффект. Элементы спорта помогают значительно повысить

функциональные возможности детского организма. Важное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают действия с мячом. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячом различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки.

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития.

Поэтому работа с мячом занимает одно из главных мест в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Учитывая вышеизложенное, пришла к выводу, что правильно подобранные игры и упражнения с мячом способствуют сохранению и укреплению здоровья дошкольников. Так ко мне пришла идея разработки программы кружка «Мой веселый, звонкий мяч».

Разработка программы кружка «Мой веселый, звонкий мяч» обусловлена нормативно- правовой базой:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в РФ»

- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Данная рабочая программа разработана на основе программы Н.И. Николаевой «Школа мяча» и является дополнительным видом образования в форме кружковой работы, предназначена для детей дошкольного возраста (3 - 7 лет).

Цель: сохранение и укрепление здоровья, повышение физической закалки у детей дошкольного возраста, через организацию спортивных игр с мячом.

Задачи:

1. Изучить литературу по данной теме.
2. Разработать календарно - тематическое планирование и внедрить в работу.
3. Создать комплекс пособий по использованию игр и упражнений с мячом в различных видах деятельности, как часть развивающей предметно-пространственной среды.
4. Организовать работу с родителями дошкольников через различные формы совместной деятельности.
5. Оценить результативность проделанной работы на основании педагогических наблюдений.
6. Обобщить опыт работы по данному направлению: выступления на педсоветах, семинарах; публикации, статьи; размещение информации на персональной странице.

Данная работа состояла из нескольких этапов. На первом этапе подробно изучила научно-теоретическую литературу Борисова М.М., Безносикова И.Я., Ноткиной Н.А., Пензулаевой Л.И. и др. На основании полученных знаний, на следующем этапе, я начала успешно внедрять разработанную **программу кружка «Мой веселый, звонкий мяч»** в практику.

Срок реализации данной рабочей программы 4 года.

Общая трудоемкость программы составляет 36 часов.

Категория обучающихся: воспитанники старшего дошкольного возраста (3 - 7 лет).

Режим обучения: 1 раз в неделю во вторую половину дня, 4 занятия в месяц, 36 занятий в учебном году (с сентября по май). 1 раз в три месяца совместное мероприятие с родителями. Итогом детской деятельности могут служить физкультурные досуги, праздники, развлечения.

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Место проведения: музыкально - спортивный зал МБДОУ «Детский сад №10».

В ходе реализации программы и выполнения поставленных цели и задач мы с детьми выполняли различные упражнения и задания с мячами

различного веса и объёма, играли в подвижные и малоподвижные игры, игры коллективного характера(Приложение № 1).

Мною было разработано **календарно-тематическое планирование** программы кружка «Мой веселый, звонкий мяч» (Приложение № 2).

**Новизна опыта** заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при изучении разных видов спорта. Работа такого кружка является одним из новых и эффективных средств повышения двигательной активности детей. Создан комплекс пособий на основе приемов владения мячом, который является неотъемлемой частью **развешающей предметно-пространственной среды**, которая стимулирует развитие общей моторики, координации движения, самостоятельности, инициативы и активности детей(Приложение№ 3). В системе физического воспитания дошкольников действия с мячом занимают важное место. Мяч — это снаряд, который требует ловкости и повышенного внимания.

По своему объективному смыслу и значению результаты данного опыта можно условно назвать педагогическим усовершенствованием, т. е. представленная работа не содержит принципиально новых открытий и изобретений.

Практическая значимость опыта заключается в возможности применения его в повседневной практике любого образовательного учреждения.

Для того чтобы вся деятельность по сохранению и укреплению здоровья дошкольников через подвижные игры и игровые упражнения с мячом представляла собой определенную дидактическую систему, применяю следующие **современные образовательные технологии**:

- здоровьесберегающая технология;
- личностно-ориентированная технология;
- технология проблемного обучения;
- игровая технология;
- информационно-коммуникативная технология.

Некоторые примеры применения обучению владению мячом представлены в Приложении № 4

Методы и приемы обучению владению мячом являются частью содержания работы **индивидуального «маршрута»** обучения детей (Приложение № 5).

С целью улучшения организации деятельности с детьми и повышения ее качества в своей работе применяю **электронные образовательные ресурсы** в различных направлениях:

- использование ЭОР в научно-методической деятельности;
- использование ЭОР в совместной работе с детьми;
- использование ЭОР во взаимодействии с родителями и педагогами.

К каждому направлению работы были подобраны определенные виды ЭОР (Приложение № 6).

Работа с детьми в играх с мячом строится на следующих основных принципах:

- доступность – подбор оборудования, комплекса упражнений и методов организации занятий в соответствии с возрастом и возможностями
- постепенность – от «простого» к «сложному»;
- систематичность.

Считаю, что важнейшим условием для положительного результата в развитии ребенка является **включение родителей** в педагогический процесс. Повышение педагогической просвещенности родителей в вопросах развития сохранения и укрепления здоровья дошкольников через подвижные игры и игровые упражнения с мячом осуществляю через различные формы работы:

- анкетирование;
- информационные стенды для родителей;
- консультации,родительские собрания;
- мастер-классы, семинары-практикумы;
- открытые мероприятия.

Примеры применяемых форм работы с родителями представлены в (Приложении № 7).

Показатели уровня развития воспитанников, выявленные в результате мониторинга, представлены в (Приложении № 8)

**Распространение опыта**(Приложение № 9) работы по теме «Подвижные игры и игровые упражнения с мячом как средство сохранения и укрепления здоровья дошкольников» осуществляла через следующие формы:  
- *выступление* на Педагогическом совете на тему: «Формирование двигательной активности детей посредством игр и упражнений с мячом»,2019 год;

- *выступлена* Педагогическом совете на тему: Мастер – класс для воспитателей «Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни через русские народные игры с мячом», 2020 год;
- *публикация методической разработки* «Малые Олимпийские игры» на сайте <https://infourok.ru/>, 2019 год;
- *семинар-практикум* по подготовке летней практике для студентов КГПОБУ «Камчатский педагогический колледж» на тему: «Игры с мячом в дошкольном возрасте», 2018 год;
- *семинар-практикум* по подготовке летней практике для студентов КГПОБУ «Камчатский педагогический колледж» на тему: «Спортивные упражнения и подвижные игры с мячом как средство физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста», 2019 год;
- *распространение опыта* работы на сайте МБДОУ "Детский сад №10 комбинированного вида" <https://dou10.pkgo.ru/>.
- участие в спортивном празднике «От веселых стартов-до Олимпийских вершин!» праздник был организован на базе «Лесной» организацией ЛПУМГ ООО «Газпром трансгаз Томск», куда были приглашены дети с родителями с детского сада № 10 и дети-сироты из школы интерната и подшефного детского дома № 3, г. Петропавловска-Камчатского, 2018 г.



### Список использованной литературы:

1. Аркин, Е.А. Дошкольный возраст. /Е.А.Аркин - М., 1991- 34 с.
2. Ашмарина, Б. А. Теория и методика физического воспитания. / Б. А. Ашмарина- М., 1990.- 45с.
3. Борисова М.М. Дополнительные программы по физическому воспитанию дошкольников//Современное дошкольное образование №2-2010. - С. 21.
4. Безносиков, И.Я. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста: учебно-методическое пособие. / И.Я. Безносиков. - М., 1998. - 66с.
5. Бецкой, И. И., Ананьева Б. Г., Новиков Н. И., Павлов И. П., Радищев А. Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. /Под. Ред. - М., Просвещение 1984.- 74с.
6. Ноткина Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников. - СПб., 1993 г.
7. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: "Просвещение". 1978 - 170 с., ил.
8. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. - М.: Просвещение. 1981 - 190 с.
9. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. - М., Просвещение -- 1998 г
10. Пуни А.Ц. "Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников". Метод. пособ. - М., 1971. - 168с.
11. Розанова В. Д. "Физиология и физкультура". - М., 1980 - 113с.
12. Рубинштейн С. Л. "Воспитание физических качеств детей дошкольного возраста". Метод. пособ. - М., 2004. - 41с.
13. Фомина А. И. "Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду". Метод. пособ. - М., 1984. - 87с.
14. Фонарева М.И. Развитие движений ребенка-дошкольника. М.: "Просвещение". 1971 - 107 с.
15. Фролов В. Г. "Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста". - М., 1983. - 52с.
16. Шишкина В.А. Движение + движения: Кн. для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1992. - 96 с.

