**Пояснительная записка**

*Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными – задача каждого дошкольного учреждения. Быть в движении – значит укреплять здоровье.*

**Физическое развитие дошкольника в рамках проектной деятельности «Дошколёнок - Чемпион»**

Гуманизация системы непрерывного образования, в том числе и первого его звена – дошкольного, предполагает ориентацию на личность ребенка, создание благополучных условий для проявления и развития индивидуальности каждого. В связи с этим особое значение приобретает проблема понимания педагогом своих воспитанников и индивидуального подхода к каждому из них.

В числе ярких индивидуальных отличий ребенка – способность и одаренность. Как правило, под способностями понимаются особенности ребенка, обеспечивающие высокие достижения в конкретном виде деятельности. Одаренность трактуется, как качественное своеобразное сочетание способностей, обеспечивающее успешность выполнения действий. «Развитие способностей, - писал С.Л. Рубинштейн, - совершается по спирали: реализующиеся возможности, которые представляют способность одного уровня, открывают новые возможности для развития способностей другого уровня». Такое диалектическое понимание развития способностей предполагает особое внимание взрослых к способным и одаренным детям в первые годы их жизни.

Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года ставит одну из приоритетных задач образования - модернизации институтов системы образования как инструментов социального развития, в том числе: создание системы выявления и поддержки одарённых детей и талантливой молодежи.

Исследователями установлено, что наиболее благоприятный период для развития способностей – это дошкольное детство.

Между тем, в настоящее время выявлено довольно значительное разнообразие видов человеческой одаренности. В их числе – общая интеллектуальная, художественная, творческая, лидерская (социальная), психомоторная одаренность – обнаруживающие себя уже в дошкольный период жизни.

Термин «психомоторная одаренность» включает в себя понятие «психомоторика» (от греч. psyche - душа и лат. motor - двигательный, приводящий в движение). Понятие  «психомоторика», характеризующее сферу определенных движений человека, находящихся в неразрывной связи с психическими процессами (память, мышление, чувства), впервые ввел выдающийся русский физиолог И.М. Сеченов. В исследованиях Н.А. Бернштейна показана степень интеграции психомоторных способностей в психику человеку. Согласно теории Н.А. Бернштейна развитие двигательных способностей ребенка заключается в формировании сложнейших систем психомоторных коррекций, которые обеспечивают быстрое и точное выполнение различных двигательных действий за счет их исправления психомоторикой в процессе выполнения движения.

Психомоторная одаренность проявляется в сфере движений, и заметить ее можно по следующим признакам:

* повышенная двигательная активность ребенка, ее разнообразие, стремление к овладению сложно координационными движениями;
* умение тонко различать движения по пространственным, силовым и временным параметрам, воспринимать и создавать новые на основе двигательного воображения;
* умение выступать инициатором двигательной деятельности, собственная позицию в ее построении (объяснять двигательные действия, знать точную их последовательность и качественную характеристику);
* использование своего «двигательного багажа» в новой обстановке (самостоятельно реализовывать двигательные навыки в интересных и полезных видах деятельности);
* умение проявлять настойчивость, азартность в достижении цели.

Важной психологической чертой спортивно одаренных детей является соревновательность. Она проявляется в стремлении к победе, умении рисковать, доводить результаты своей деятельности до их соответствия самым высоким требованиям.

Ежегодно диагностика физического развития детей, проводимая на занятиях физической культурой, выявляет количество воспитанников, имеющих высокий уровень развития двигательных качеств. У таких детей преобладает высокий уровень двигательной активности. Занятия физкультурой и спортом таким детям доставляют массу радостных эмоций и переживаний. В спортивных и подвижных играх они получают уникальную возможность проявить собственную активность и утвердить себя. Что говорит о наличии у таких детей спортивных способностей или психомоторной одаренности.

Одной из актуальных проблем в современном дошкольном воспитании является гиподинамия (ограничение движений). Для ребенка – человека с постоянной потребностью в движении – обездвижение – самое страшное наказание, которое отражается не только на физическом, но и на нервно-психическом состоянии детей. Возрастает объем и интенсивность образовательной деятельности, вводятся дополнительные занятия статического характера, дети много времени проводят в сидячем положении, что приводит к снижению и без того недостаточного объема двигательной деятельности детей.

На севере эта проблема наиболее актуальна из-за климатических условий. Из-за низких температур воздуха, сопровождаемых сильным ветром, дети часто не имеют возможность выйти на прогулку, что значительно ограничивает возможность двигательной деятельности детей. Резкие перепады атмосферного давления, температуры отрицательно воздействуют на неокрепший организм ребенка, способствуют изменению ряда физиологических функций, ухудшают самочувствие ребенка. Дети остро переживают недостаток двигательной деятельности, а ребенок, имеющий высокий уровень двигательной активности переживает вдвойне.

Одной из актуальных проблем современного общества является отсутствие интереса к физкультуре и спорту со стороны взрослых и занятость родителей, что ведет к снижению интереса к двигательной активности и у детей. Вместо активной двигательной деятельности, ребенок, имеющий психомоторную одаренность, вынужден проводить время перед телевизором или у компьютера.

Таким образом, возникла необходимость внедрения дополнительных программ физкультурно-оздоровительной направленности, способствующих оптимизации двигательной деятельности детей, имеющих психомоторную одарённость.

При рассмотрении понятия «программа» было использовано следующее определение: Программа – это документ, отражающий педагогическую концепцию в соответствии с заявленными целями деятельностью, содержащей условия, методы и технологии достижения целей, а также предполагаемый конечный результат; раскрывающий информационное, технологическое и ресурсное обеспечение образовательного процесса в соответствии с обоснованными целями и содержанием образования.

В результате на базе МБДОУ «Детский сад №22 п. Нефтяников» по теме «Работы с одарёнными детьми» была разработан проект «Дошколёнок - Чемпион». Данная проект ориентирована на детей с высоким уровнем физического развития и имеющих явно выраженные природные двигательные задатки.

* 1. **Направленность**

Принципиальное отличие проекта достигается за счет усложнения содержания игровой и двигательной деятельности, ориентации на двигательную инициативность и соревновательность, активизации лидерских способностей, обогащение физкультурно-оздоровительной среды, осуществление физкультурно-образовательной деятельности с учетом двигательных потребностей ребенка.

Проект рассчитана на детей 5-7лет. Предполагает повышение физических возможностей ребенка, увеличение его двигательной активности, развитие психомоторных способностей.

Основой проекта являются естественные движения человека. Занятия способствуют всестороннему физическому развитию, укреплению здоровья детей.

Благодаря занятиям ребенок совершенствует двигательные навыки ходьбы, бега, прыжков, преодоления препятствий и т.д., необходимых ему в повседневной жизни. Развивает ловкость, быстроту, силу и выносливость.

Проект представляет собой стройную гибкую систему, который позволит научить ребенка чувствовать свое тело и владеть им, получая от этого удовольствие и радость.

**В проекте выделены** оздоровительные, воспитательные, образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепления здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактике негативных эмоций, воспитание положительных нравственно-волевых качеств

Использование занятиях игр-эстафет и командных игр так же производит большой положительный эффект. Так как данные игры характеризуются совместной деятельностью команд, направленной на достижение общих целей, подчинением личных интересов интересам своей команды, а так же, тем, что от действий каждого игрока зависит победа всей команды. Вследствие этого, дети учатся согласовывать свои действия с действиями своих товарищей, адекватно реагировать на свои победы и победы своих соперников.

**1.2. Цель и задачи**

**Цель:** совершенствовать двигательную деятельность детей на основе формирования потребности в движениях, содействие гармоничному физическому развитию.

**Задачи оздоровительного направления:**

* формировать правильное отношение детей к занятиям спортом и физической культурой;
* формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья;
* создавать условия для проявления положительных эмоций.

**Задачи образовательного направления:**

* обогащать двигательный опыт дошкольников новыми двигательными действиями;
* содействовать развитию двигательных способностей.

**Задачи воспитательного направления:**

* формировать устойчивый интерес к занятиям физкультурой и спортом, желание использовать полученные двигательные навыки в самостоятельной деятельности;
* формировать адекватную самооценку личности, нравственное самосознание, мировоззрение, коллективизм, развивать целеустремленность, уверенность, выдержку, самообладание.

**1.3. Формы организации двигательной деятельности:**

* групповые учебно-тренировочные занятия - предполагают усвоение детьми нового материала, отработку основных видов движений;
* соревнования – позволяют в игровой форме определить уровень спортивных достижений детей;
* индивидуальные занятия – предполагают отработку основных видов движений индивидуально с каждым ребенком.

**1.4. Методы обучения:**

Метод - система действий инструктора по физической культуре в процессе обучения движениям в зависимости от содержания учебного процесса, конкретных задач и условий обучения.

* *Словесные методы* – методы, направленные на обращение к сознанию детей, помогают осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрывает содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, указания, подача команд, сигналов, вопросы, словесные инструкции и др.).
* *Наглядные методы –* методы, направленные насоздание  зрительных представлений о движении - (наглядно-зрительные приемы,  показ физических упражнений, использование наглядных пособий и др.).
* *Практические методы –* методы, закрепляющие на практике знания, умения и навыки основных движений (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме и др.).
* *Игровые методы –* методы, активизирующие  внимание, улучшающие эмоциональное состояние воспитанников. Дети забывают об усталости, продолжают заниматься с желанием и интересом. Овладевая техникой изучаемого вида легкой атлетики, воспитанники совершенствуют свою координацию.

**1.5. Принципы реализации**

В основе составления проекта лежат общедидактические принципы и ведущие положения дошкольной педагогики, психологии, теории и методики физического воспитания и развития построения воспитательно-образовательного процесса.

* *Принцип систематичности* – суть принципа раскрывается в чередовании нагрузки и отдыха.
* *Принцип индивидуальности* – предполагает учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.
* *Принцип развивающей направленности* – при обучении движениям учитывается «зона ближайшего развития», т.е. предлагаемые упражнения направлены не на имеющийся в данный момент у детей уровень умений и навыков, а опережает его.
* *Принцип воспитывающей направленности* – в процессе, которого решаются воспитательные задачи (воспитание настойчивости, смелости, выдержки, нравственно-волевых качеств).
* *Принцип оздоровительной направленности* – специфический принцип физического воспитания – предполагает укрепление здоровья средствами физических упражнений, физические нагрузки должны быть адекватны возрасту и уровню физического развития и здоровья детей, сочетать двигательную активность с обще доступными закаливающими процедурами, включая в комплексы физических упражнений элементы дыхательной гимнастики.
* *Принцип сознательности* – основополагающий принцип обучения движениям. Он направлен на понимание детьми сути производимого ими того или иного движения.
* *Принцип наглядности* - заключается в создании у ребенка при помощи различных органов чувств представления о движении.
* *Принцип доступности* – предусматривает обучение с учетом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня их физической подготовленности. Одним из основных различий, уровня их является преемственность и постепенность усложнения физических упражнений. Каждое новое движение следует предлагать последостаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого. Обучение надо вести в несколько замедленном действии.

**1.6. Вид проекта, участники и сроки реализации проекта**

**Вид проекта:** спортивно-оздоровительный.

**Участниками проекта** являются дети 5-7лет (подготовительная группа), инструктор по физической культуре. Принимаются дети, допущенные врачом к занятиям физической культурой.

**Сроки реализации проектной деятельности** долгосрочный (три учебных года). Продолжительность реализации перспективного плана по проектной деятельности составляет один учебный год в подготовительной группе с 1 сентября по 30 мая.

**Время проведения одного мероприятия:** 30 минут (один раз в неделю).

**1.7. Этапы реализации:**

* *I этап* ***–*** проведениемониторинга детей (сроки проведения: первая – вторая неделя сентября); цель мониторинга: выявление детей, имеющих уровень физического развития выше уровня своих сверстников, проявляющих интерес к двигательной деятельности.

Составление планирования, подготовка материальной и методической базы, зачисление детей.

* *II этап* ***–*** запуск проекта, осуществление работы с детьми, направленной на развитие и совершенствование физических качеств; освоение повышенных тренировочных нагрузок.
* *III этап* ***–*** подведение итогов: проведение итогового мониторинга (сроки проведения: первая неделя мая; цель проведения мониторинга: определить уровень выполнения нормативов. Выход детей на участие в Спартакиадах и других спортивных соревнований.

**1.8. Ожидаемые результаты:**

1. Разносторонняя и повышенная физическая подготовленность дошкольников (спортивная выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, подвижность).

2. Умение взаимодействовать с партнерами в игровых и соревновательных ситуациях, высокоразвитые волевые и моральные качества личности.

3. Снижение показателей заболеваемости дошкольников.

**1.9. Формы подведения итогов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№П/П* | *Форма подведения итогов* | *Сроки* | *Ответственный* |
| 1. | Районная Спартакиада «Дошколёнок - Чемпион» | Ноябрь | Инструктор по физкультуре |
| 2. | Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья 2018» (работа с родителями) | Март | Инструктор по физкультуре |
| 3. | Районная Спартакиада «Дошколёнок - Чемпион» | Январь | Инструктор по физкультуре |
| 4. | Спортивный праздник «23 февраля» | Февраль | Инструктор по физкультуре |
| 5. | Районная Спартакиада «Дошколёнок - Чемпион» | Март | Инструктор по физкультуре |
| 6. | Форма отчета по проектной деятельности:  Презентация результатов деятельности физкультурно-оздоровительной работы | Май | Инструктор по физкультуре |

**Перспективный план проекта «Дошколёнок – Чемпион» на 2017-2018 учебный год.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Содержание** |
| **Сентябрь** | * Мониторинг детей на начало учебного года   **Водная часть**  Ходьба друг за другом, руки скручиванием внутрь. Ходьба одна нога на пятке, другая на носке. Ходьба в полуприседе. Прыжки на двух ногах правым боком. Бег со сменой темпа. Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1. Эстафета «Здравствуйте»  2.Эстафета «Полоса препятствия»  3.Эстафета «Хоккеисты»  4.Эстафета «Забрось мяч в туннель»  5.Эстафета «Кто быстрее с кольцом»  6.Эстафета «По лесной тропинке»  7.Эстафета «Золотые ключи»  **Тренажёр «Черепаха»** |
| **Октябрь** | **Водная часть**  Ходьба друг за другом мелким и широким шагом. Ходьба с перекатом с пятки на носок. Боковой галоп. Бег с изменением направления. Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Священный огонь»  2.Эстафета «Быстрые санки»  3.Эстафета «Меткие стрелки»  4.Эстафета «Гонки снежных шаров»  5.Эстафета «Перетягивание каната»  6.Эстафета «Через речку»  7.Эстафета «Без рук»  **Тренажёр «Лабиринт»** |
| **Ноябрь** | **Водная часть**  Ходьба друг за другом, руки к плечам, вверх, к плечам, вниз. Ходьба скрестным шагом «как лиса». Ходьба выпадами. Прыжки ноги вместе, ноги врозь. Лёгкий бег в чередовании с медленным бегом, спиной вперёд. Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1. Эстафета «Шахтёрский туннель»  2.Эстафета «Подземный поезд»  3.Эстафета «Попади в цель»  4.Эстафета «Чьи сани быстрее»  5.Эстфета «Посади – собери овощи»  6.Эстафета «Разведи костёр»  7.Эстафета «Тяни-толкай»  **Тренажёр «Мишень»** |
| **Декабрь** | **Водная часть**  Ходьба на носках, руки на поясе. Ходьба на пятках, руки за голову. Ходьба скрестным шагом назад. Прыжки вправо-влево. Лёгкий бег, на остановку – подскоки с хлопком на месте. Бег в рассыпную. Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Не урони картошку, перенеси ложкой»  2.Эстафета «Баба Яга»  3.Эстафета «Конёк – Горбунок»  4.Эстафета «Надень скафандер»  5.Эстафета «Прыжки на Юпитере»  6.Эстафета «Грибники»  7.Эстафета «Проведи мяч»  **Тренажёр «Лабиринт»** |
| **Январь** | **Водная часть**  Ходьба папами. Ходьба приставным шагом в сторону. Ходьба, высоко поднимая колени. Подскоки в парах в движении. Бег в парах. Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Кольца Сатурна»  2.Эстафета «Марсианские горы»  3.Эстафета «Зелёное притяжение»  4.Эстафета «Построй ракету»  5.Эстафета «Кто быстрее»  6.Эстафета «Передай кольцо»  7.Эстафета «Ручеёк»  **Тренажёр «Черепаха»** |
| **Февраль** | **Водная часть**  Ходьба гимнастическим шагом. Ходьба на коленях, руки за головой. Ходьба с перекатом с пятки на носок. Ходьба пятки вместе, носки врозь, колени не сгибаем, руки вдоль туловища – «Чарли». Прыжки вправо, влево продвигаясь вперёд. Легкий бег в чередовании с бегом «противоходом». Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Кочки»  2.Эстафета «Кто быстрее смотает ленту»  3.Эстафета «Переберись сквозь лианы»  4.Эстафета «Надень лапти»  5.Эстафета «Бег в мешках»  6.Эстафета «Бег с препятствиями»  7.Эстафета «Кто быстрее до пенька?»  **Тренажёр «Мишень»** |
| **Март** | **Водная часть**  Ходьба с заданием для рук (правая рука вверх, левая вниз). Ходьба на ладонях и ступнях «Мостик». Прыжки ноги вместе, ноги врозь с продвижением вперёд. Ходьба на ягодицах. Ходьба с заданием по сигналу (1 свисток поза «Цапля», 2 свистка «Самолёт»). Бег с высоким подниманием колена по диагонали. На бегу взять мяч, на втором круге положить. Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Весёлый бег»  2.Эстафета «Марш бросок»  3.Эстафета «Полоса препятствий»  4.Эстафета «Отважные разведчики»  5.Эстафета «Багаж»  6.Эстафета «Конкурс капитанов»  7.Эстафета «Чьё звено скорее соберётся»  **Тренажёр «Черепаха»** |
| **Апрель** | **Водная часть**  Ходьба с хлопками в ладоши: шаг левой – хлопок сзади (за спиной); шаг правой – хлопок впереди. Ходьба приставным шагом с приседанием – хлопок перед собой. Ходьба скрестным шагом: с правой ноги влево, затем с левой ноги – вправо. Ходьба в полуприседе, руки на поясе. Прыжки ноги вместе, ноги врозь с продвижением вперёд. Бег с прыжком до подвешенного предмета . ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Перенеси жемчужины»  2.Эстафета «Пингвины»  3.Эстафета «Тушение пожара»  4.Эстафета «Кто быстрее соберется на пожар»  5.Эстафета «Собери спички»  6.Эстафета «Дым нам не помеха»  **Тренажёр «Лабиринт»** |
| **Май** | * Мониторинг детей на конец учебного года   **Водная часть**  Ходьба на носочках, круговые вращения кистями. Боковой голоп. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперёд. Бег с заданием (инструктор поднимает бубен вверх, дети должны во время бега подпрыгнуть и достать рукой до бубна 2-3 раза). Ходьба. Перестроение в две колоны.  **Эстафеты:**  1.Эстафета «Спортивная рыбалка»  2.эстафета «Скейтбордисты»  3.Эстафета «Дождик»  4.Эстафету «Передай градусник»  5.Эстафета «Кенгуру»  6.Эстафета «Собери рюкзак»  **Тренажёр «Мишень»** |