

Департамент образования города Москвы  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
Школа № 667  
Структурное подразделение № 5

**ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**  
**ТЕМА: « Керлинг для детей старшего дошкольного  
возраста"»**



Разработала:  
инструктор по физкультуре  
Воронкова О. В





Кёрлинг- есть игра такая,  
Если кто ее не знает,  
Объясняем по порядку:  
Надо выйти на площадку,  
Камень и метелку взять-  
Можно керлинг начинать.  
Каждый здесь игрок- силач,  
Ведь булыжник, а не мяч  
Нужно бросить без ошибки.  
Кёрлинг, он не любит хлипких.  
Вот бросок, еще бросок,  
Но звучит уже свисток.  
Пусть не все очки собрали-  
Славно в кёрлинг поиграли!



# История кёрлинга

Кёрлинг - (от англ. curling, curl - крутить) – разновидность игры в кегли на льду. Кёрлинг - это зимний, командный вид спорта, соревнования по которому проходят на ледяной площадке. Участники команд поочередно "качают" гранитные снаряды в сторону нарисованной на льду мишени. Главная задача - точнее поразить мишень.

Достоверно известно, что родиной кёрлинга является Шотландия. Именно в этом государстве в 16 веке появилась игра. Главным доказательством существования данного спорта в те далекие времена является специальный снаряд для кёрлинга, найденный на дне водоема Данбан, на котором стоит дата изготовления - 1511 год.



Существование игры доказывают и монастырские книги аббатства Пэйсли, описывающие события 1541 года.

Многие ученые придерживаются мнения, что такое имя игра получила не из-за завитков, которые снаряды оставляют на льду, а от глагола "curr", который означает "рев". Дело в том, что снаряд для кёрлинга, скользя по льду, касался маленьких ледяных зазубрин, создавая такой интересный звук. Именно по этой причине некоторые люди до сих пор величают вид спорта "Игра в ревущие камни".

С XVII века камни для кёрлинга начинают стандартизироваться, то есть получать единый стандарт. В начале XIX века правила игры в кёрлинг были утверждены официально. Стоит отметить, что по сей день в данные правила игры не было внесено никаких существенных изменений. Соревнования по кёрлингу впервые демонстрировались на зимних Олимпийских играх 1924 года. Позднее кёрлинг стал видом спорта, а в 1959 году был проведён первый в мире Чемпионат по кёрлингу, с того времени он проводится каждый год. С 1975 года каждый год проводится и Чемпионат Европы по кёрлингу. С 1998 года кёрлинг признан олимпийским видом спорта, и начал проводиться в период зимней олимпиады.

На Зимних Олимпийских играх в Нагано были разыграны первые золотые медали среди мужских и женских команд. Победителем в соревнованиях мужчин стала команда Швейцарии, а первые золотые медали у женщин завоевала команда Канады. Соревнования по кёрлингу на зимних Олимпийских играх 2002 проходили с 11 по 21 февраля. На этих олимпийских играх состоялся дебют женской сборной России по кёрлингу. Призёрами олимпиады в Солт-Лейк-Сити стали мужская сборная Норвегии, и женская сборная Великобритании.



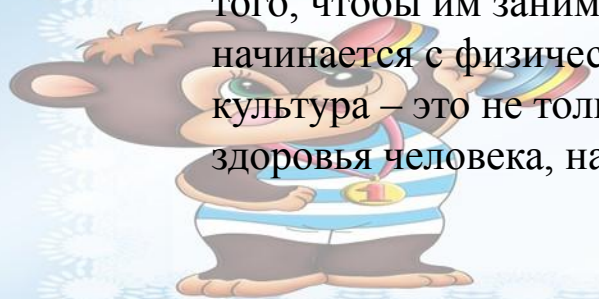
# Актуальность

Несомненно, проблема раннего формирования культуры здоровья своевременна и достаточно сложна. Начало этого процесса приходится на дошкольный возраст. Именно в эти годы закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, раскрываются способности ребенка. Поэтому основной задачей дошкольных учреждений является оздоровление, обеспечение всестороннего физического развития ребенка.

Большую роль в воспитании будущих спортсменов играет детский сад. Именно в дошкольном возрасте дети получают основы знаний о различных областях спорта, достижениях российских спортсменов. Детям даются представления об Олимпийском движении - истории, роли в жизни страны и мирового сообщества.

Таким образом, актуальность проекта обусловлена тем, что для воспитания будущих спортсменов детям ещё в дошкольном возрасте необходимо прививать любовь к спорту. Это может достигаться посредством знакомства с развитием спорта, достижениями выдающихся спортсменов. Но основное противоречие заключается в том, что, прослеживается очевидная необходимость формирования знаний дошкольников об истории развития спорта, но в практике недостаточно уделяется внимания ознакомлению дошкольников с историей развития спорта.

Мир спорта многогранен, даже взрослому порой непросто разобраться во всем разнообразии зимних видов спорта. Керлинг – молодой вид спорта и нам хотелось привить любовь к этому виду спорта. Необходимо, чтобы дети понимали, что представляет собой тот или иной вид зимнего спорта, какой спортивный инвентарь нужен для того, чтобы им заниматься, где можно ему обучиться и т. д. А самое главное – усвоили, что любой вид спорта начинается с физической культуры, которой нужно приучать себя заниматься с раннего возраста, что физическая культура – это не только залог возможных спортивных достижений в будущем, но прежде всего залог и гарантия здоровья человека, на что и направлен данный проект.



**Вид проекта:** физкультурно – оздоровительный

**Цель проекта:**

1. Расширить знания детей о спортивной жизни страны и родного города.
2. Формировать у детей представления об Керленге, как мирном соревновании с целью физического и социально – нравственного совершенствования людей.

Способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом.

3. Развивать у детей стремление к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством занятия зимними видами спорта

**Участники проекта:** дети, воспитатели и родители старшего дошкольного возраста

**По времени проведения** - краткосрочный 15.11.2015 г.– 21.01.2016г.



# Задачи

## **Образовательные:**

- Познакомить детей с зимними Олимпийскими играми.
- Углубить знания детей о зимних видах спорта
- Совершенствовать навыки метания, броска мяча
- Учить правилам игры в керлинг

## **Развивающие:**

- Приобретение детьми разносторонней физической подготовленности: развитие общей выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей.
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- Способствовать развитию творчески

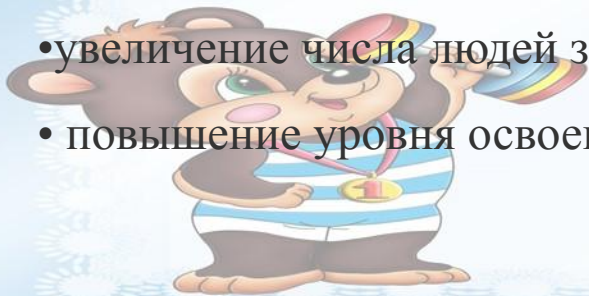


# Воспитательные:

- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни
- Выбатывать привычку к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх
- Воспитывать положительные черты характера
- Воспитывать уважение к соперникам по игре

# Практические:

- Приобщить родителей к занятию зимними видами спорта
- Прививать практические навыки в игре керлинг
- Вовлечение родителей в проектную деятельность.
- сохранение и развитие традиций кёрлинга в России;
- увеличение числа людей занимающихся данным видом спорта;
- повышение уровня освоения техники кёрлинга старшими дошкольниками.





# Ожидаемые результаты:

- Участие детей в проекте будет способствовать развитию общей выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей
- У детей повысится интерес к игре керлинг
- У детей сформируется чувство уважения традиций, добрых чувств, благородного поведения **в духе керлинга**
- У педагогов повысится уровень профессиональной компетенции по реализации образовательной области физической подготовленности детей зимними видами спорта
- У родителей повысится уровень компетенции по вопросу зимних видов спорта



# Правила игры

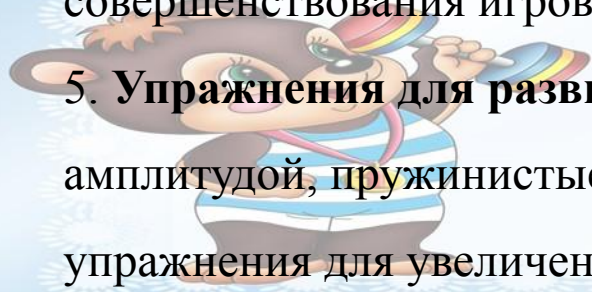
(адаптированы для воспитанников детского сада)

- Площадка для соревнований – это прямоугольное поле длиной 6 м и более, шириной 2 м.
- Мишень, которую иначе называют «дом», имеет диаметр 1,5 м ( расстояние до мишени меняется в зависимости от подготовленности игроков).
- В каждой команде по 4 человека.
- Один матч состоит из 4 эндав, в течении каждого игроки команд выпускают 8 «камней».
- Игроки толкают «камень» одной или двумя руками ( в зависимости от подготовленности детей), что бы поставить «камень» в «дом».
- По результатам энда проводится подсчёт «камней», стоящих в мишени.
- «Камень» какой команды ближе к центру, та и считается победившей.
- Победитель игры определяется по сумме очков за проведённые 4 энда.



# общая физическая подготовка

- 1. Упражнения для развития силы:** приседания на двух ногах. Броски, толкание набивных мячей до 1 кг. От груди, из-за головы, сбоку, вперед, назад. Бег.
- 2. Упражнения для развития быстроты.** Повторное пробегание отрезков от 10 до 20 метров. Из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапными изменениями скорости и направлениям. Ускорения, игры и эстафеты с применением беговых упражнений. Упражнения на расслабление.
- 3. Упражнения на развитие выносливости.** Длительный равномерный бег. Переменный бег. Упражнения с отягощениями, выполняемые с максимальной скоростью (работа 15-20 сек., вес отягощения для рук не более 500 г, интервалы отдыха 30-60 сек., число повторений 4-5 раз).
- 4. Упражнения для развития ловкости.** Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления.
- 5. Упражнения для развития подвижности суставов:** маховые движения руками, ногами, с большой амплитудой, пружинистые наклоны в различные стороны, вращения туловищем, полушпагат и другие упражнения для увеличения подвижности суставов.



# специальная физическая подготовка

## 1. Упражнения для развития сил и выносливости,

Упражнения с небольшими отягощениями. Вес набивных мячей увеличивается до 1 кг. Беговые упражнения с отягощением. Имитация бросков «Камней» (для керлинга) с применением резиновых мячей, с набивными мячами.

## 2. Упражнения для развития быстроты. Увеличивается длина дистанции до 60-100 метров.

## 3. Упражнения на развитие выносливости. Дополнительно дистанции бега увеличивается.

4. Упражнения для развития ловкости. Следует предусмотреть выполнение технических приемов с сопротивлением партнера. Преодоление полосы препятствий.

## 5. Упражнения для развития гибкости. Количество повторений рекомендуется увеличить.



# Обучение броску «камня» (на начальном этапе)



**Исходное положение: ноги на ширине плеч, полусогнуты, мяч в руках у стоп. Энергичным движением толкнуть мяч вперёд, потянувшись за ним руками.**



# Обучение броску «камня» одной рукой



**Исходное положение: левая нога впереди, правая – сзади, полусогнутая. Упор на правую ногу. «Камень» в правой руке у стопы правой ноги. С силой толкнуть «камень» вперёд, потянувшись за ним рукой**



# Настольный керлинг



# Изготовление инвентаря к игре кёрлинг

**1. Берём 5- литровую ёмкость**



**3. Готовим 1 - 1,5 кг песка**



**5. Красим готовые «камни» в любые 2 цвета (можно покрасить или обмотать скотчем)**



**2. Отрезаем верхнюю и нижнюю часть**



**4. Соединяем 2 части бутылки, скрепляем их между собой, насыпаем песок**





Итоговым мероприятием стало открытый показ на уровне межрайона в «Зимней спартакиаде» по зимним видам спорта, где представляли «Кёрлинг для дошкольников», которая состоялась на базе структурного подразделения №6 ГБОУ Школа № 667 им. Самсонова. В 21 января 2016 года. В заключении дети были награждены медалями



*Проект прошел успешно. Цель  
проектной деятельности достигнута,  
все задачи выполнены.*

**СПАСИБО**

**ЗА**

**ВНИМАНИЕ!**

