

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №8 комбинированного вида»

Города Пикалево



## ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

### «НА ЛЫЖНЕ»

ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ

Автор:

инструктор по физической культуре

Моисеева Оксана Сергеевна

## Паспорт проекта

**Вид проекта:** долгосрочный.

**Сроки реализации:** сентябрь 2017 года – май 2018 года.

**Участники проекта:**

- инструктор по физической культуре;
- дети подготовительных к школе групп;
- родители;
- воспитатели групп.

**Возраст детей:** 6 – 7 лет.

## Актуальность

Самый популярный и массовый зимний вид спорта в России – это, конечно, бег на лыжах. В условиях нашей долгой зимы лыжи – один из самых простых и увлекательных способов сохранять здоровье, бодрость, развивать силу и выносливость. Данный проект позволит сделать первые шаги на лыжах, получить двигательные навыки и умения ходьбы на лыжах.

Проблемой в современных семьях, является снижение уровня культуры здорового образа жизни. Многие родители предпочитают пассивный отдых за компьютером или просмотром телевизора, к чему невольно приучают и своих детей. Есть родители, которые, всё же осознавая важность здорового образа жизни, не знают, как организовать с детьми активный досуг. А ведь именно в семье, в совместном досуге с родственниками, воспитывается интерес к спорту, и закладываются основы здоровья. Здесь родители выступают в роли главного наставника для своих детей.

Исходя, из всех перечисленных проблем я решила рассмотреть такую форму работы по физической культуре с дошкольниками и разработать план по проведению физкультурных занятий на лыжах.

**Цель:** формирование двигательных навыков по обучению детей ходьбе на лыжах с учетом их физиологических особенностей.

**Задачи:**

- усвоить знания о лыжных видах спорта, истории создания лыж;
- освоить навыки лыжной подготовки;
- укрепить основные группы мышц ног, плечевого пояса, и спины, и дыхательную систему;
- повысить показатели основных физических качеств (силы, выносливости, быстроты и др.);
- сформировать потребность в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физкультурой и спортом.
- развитие физических качеств, используя здоровьесберегающие технологии;
- воспитание заботы о сохранности лыжного инвентаря, навыки самообслуживания;
- развитие пространственных ориентировок и координации движений.





# Методы

```
graph TD; A[Методы] --> B[наглядные: показ физических упражнений, слуховые и зрительные ориентиры (флажки, палки, бубен)]; A --> C[словесные: описание движений, объяснение, рассказ, беседа, указания;]; A --> D[практические: повторение движений, применение элементов соревнования];
```

наглядные: показ физических упражнений, слуховые и зрительные ориентиры (флажки, палки, бубен)

словесные: описание движений, объяснение, рассказ, беседа, указания;

практические: повторение движений, применение элементов соревнования

# Принципы

```
graph TD; A[Принципы] --> B[систематичности – работа проводится еженедельно на прогулках в течении сезонного времени (с ноября по март месяц) и в зале]; A --> C[преемственности – взаимодействие с детьми в условиях МБДОУ и семьи]; A --> D[доступности – материал, представленный детям соответствует их возрастным особенностям];
```

систематичности – работа проводится еженедельно на прогулках в течении сезонного времени (с ноября по март месяц) и в зале

преемственности – взаимодействие с детьми в условиях МБДОУ и семьи

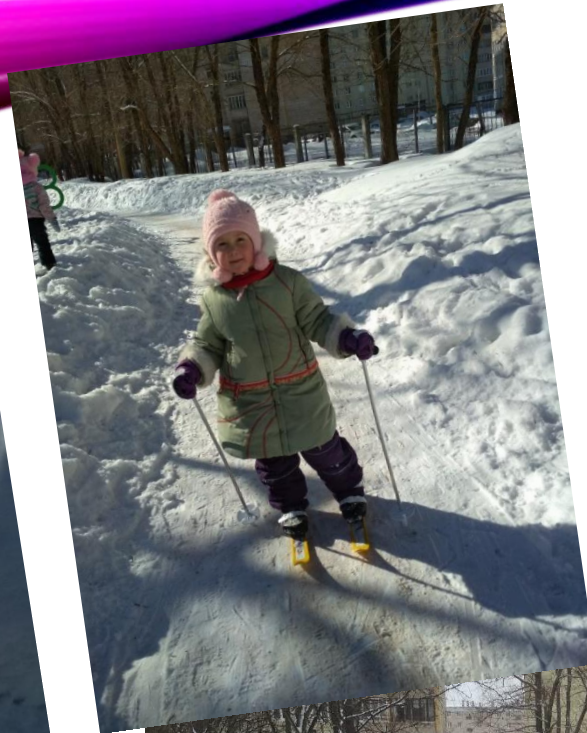
доступности – материал, представленный детям соответствует их возрастным особенностям

Обучение детей техники ходьбы на лыжах  
скользящему шагу в спортивном зале.



Физическое воспитание в детском саду в  
значительной степени обеспечивается  
различными видами физических упражнений.  
Среди них большое место, занимают ходьба  
на лыжах. Ходьба на лыжах включена во все  
основные программы дошкольного  
воспитания.







По итогам наших занятий по лыжной подготовке можно сделать вывод, что я создала представление детям о передвижении на лыжах. Также с детьми были разучена техника ходьбы на лыжах классическим ходом. В ходе обучения лыжным ходам была достигнута цель и решены все поставленные задачи.





**Спасибо за внимание!!!**