



Развитие равновесия у детей в разновозрастной (старшей и подготовительной к школе) группе.

**Авторы проекта:
Биктагирова Л.
Г.,
Зекунова Е.А.**

Срок реализации: 1 месяц февраль.

Тип проекта:

по числу детей – групповой

по доминирующему методу – спортивно – игровой

по образовательным областям: «Речевое

развитие», «Познавательное развитие»,

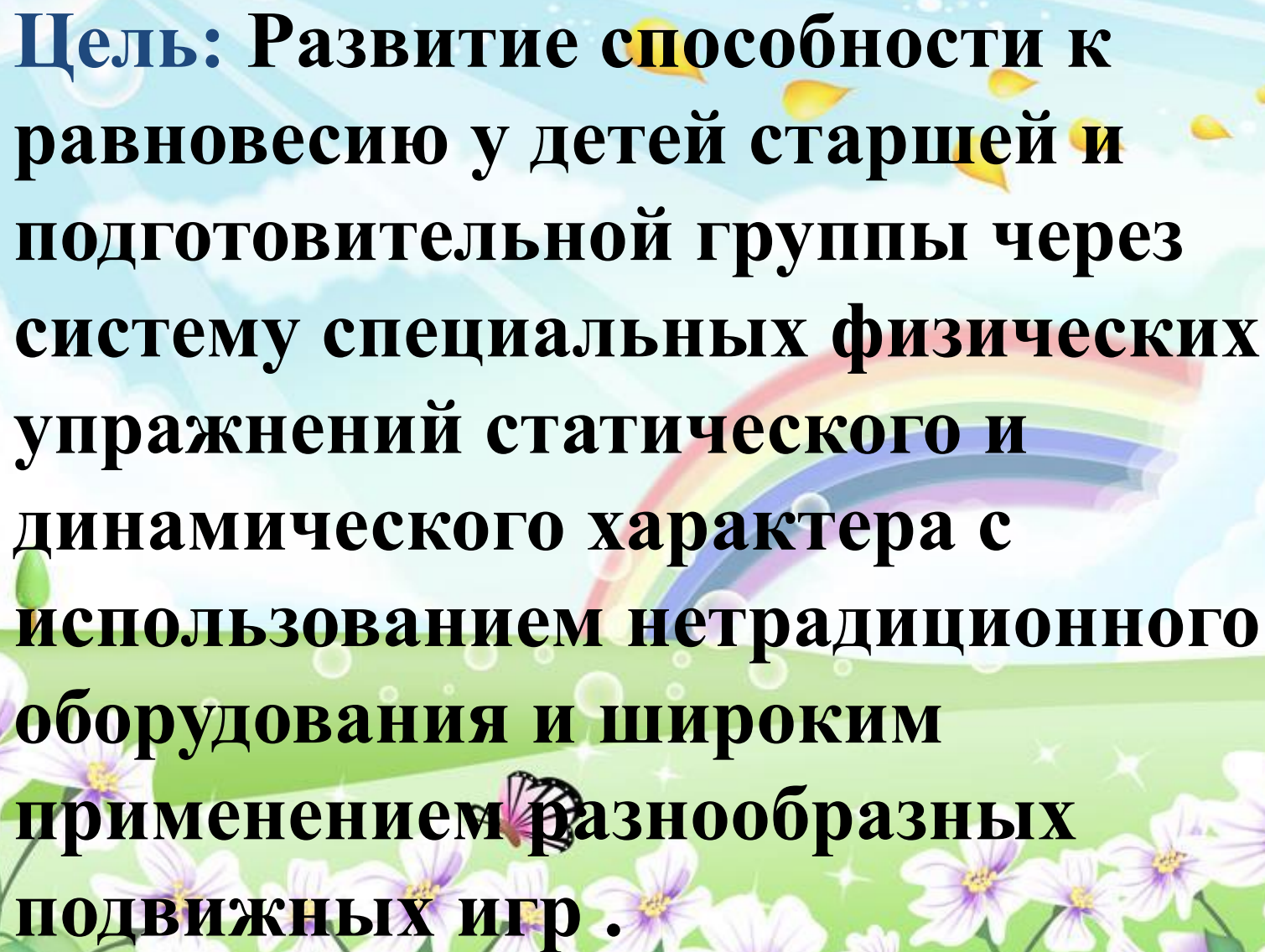
«Художественно-эстетическое», «Физическое

развитие», «Социально-коммуникативное».

Участники проекта: дети и воспитатели

разного возраста (старшей и подготовительной)

группы, помощник воспитателя, родители.

The background is a bright, cheerful illustration. At the top, a blue sky is filled with soft white clouds and a large, multi-colored rainbow arching across the middle. Sunbeams radiate from the top left corner. The foreground features a green grassy field with several purple and white flowers, a small black and white butterfly, and a few small green trees on the horizon.

Цель: Развитие способности к равновесию у детей старшей и подготовительной группы через систему специальных физических упражнений статического и динамического характера с использованием нетрадиционного оборудования и широким применением разнообразных подвижных игр .

Задачи:

- Развитие анализаторов- регуляторов равновесия: вестибулярного, зрительного и двигательного;**
- Преодоление чувства страха при выполнении упражнений на высоте;**
- Обогащение двигательного опыта детей;**
- Развитие психических процессов: воля, мышление, внимание;**
- Развитие физических качеств;**
- Развитие эмоциональных партнерских взаимоотношений.**

Актуальность.

Равновесие – способность человека сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений и поз на уменьшенной и приподнятой над уровнем земли (пола) площади опоры.

Это качество необходимо человеку, чтобы передвигаться в помещении и на улице, не задевая предметы, друг друга, успешно справляться с обязанностями, необходимыми при разных видах деятельности.

1 этап: Организационный.

- Изучение литературы по данному направлению;
- Подбор упражнений, подвижных игр на развитие равновесия;
- Подбор информации для бесед с родителями;
- Д.и. «Полезно – вредно»

Цель: учить воспитанников классифицировать продукты по вредности и пользе для человеческого организма; развивать логическое мышление, внимание; воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

- Ситуативный разговор «Для чего нужна зарядка».

Цель: продолжать приобщать воспитанников к регулярным занятиям физкультурой; развивать творческие способности в придумывании упражнений для утренней зарядки; воспитывать соревновательный дух, уважительное отношение друг к другу.

- Игра с мячом «Какие виды спорта ты знаешь? »

Цель: Закрепить знания воспитанников о видах спорта; развивать ловкость при ловле мяча; активизировать словарь.

- Рассматривание книг, альбомов о спорте.

Цель: уточнить представление воспитанников о разных видах спорта, самом понятии «спорт», о том, для чего люди занимаются физкультурой и спортом; развивать речь.

- Продуктивная деятельность «Нарисуй любимый вид спорта».

Цель: закрепить умение самостоятельно задавать параметры цель-результат; самостоятельно организовывать свою деятельность; закреплять умение использовать в своей работе, ранее полученные знания о спорте; развивать умение создавать законченную композицию; воспитывать интерес к спорту.

- Н.и. пазлы «Виды спорта».

Цель: закрепление видов спорта, развитие мелкой моторики, мышления.

- Психогимнастика.

Цель: уравновесить эмоции детей, поддержать положительный эмоциональный настрой во второй половине дня; гармонизировать работу органов, мозга, душевного состояния.

- Беседа: «У меня спина прямая».

Цель: профилактика нарушений осанки у воспитанников; закреплять знания воспитанников о важности сохранения правильной осанки; развивать выносливость, физические навыки; воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

- Конструирование «Стадион»

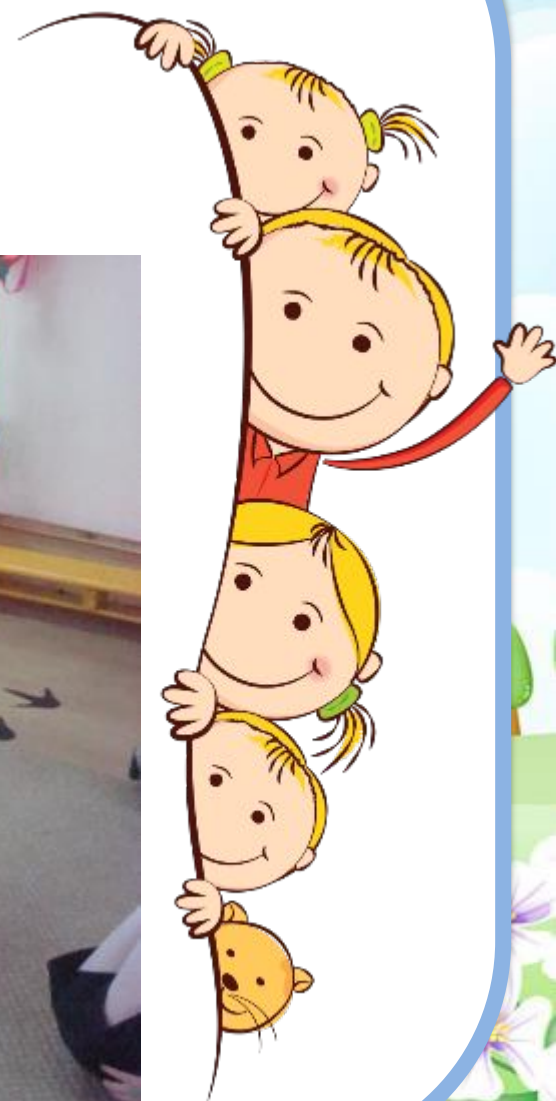
Цель: продолжать закреплять умение использовать в своей работе ранее полученные знания; самостоятельно организовывать свою деятельность; самостоятельно задавать параметры цель-результат; закреплять знания о назначении стадионов; развивать интерес к конструктивной деятельности; воспитывать осознание значения спорта в жизни человека.

- Чтение поговорок и пословиц о здоровье.

Цель: продолжать формировать знания о значении здорового образа жизни для человека; развивать умение понимать понятийный смысл пословиц и поговорок; развивать речь, внимание, мышление; воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

2 этап. Продуктивный. «Статика»

□ Березка.



Классики.



□ Ласточка.



□ Солдатик.



□ Висы.



«Динамика»

□ Ходьба с предметами.







Метание.



«Баланс»

□ Ходьба с мешочками на голове.



□ Приседание с мешочками на голове.



□ Повороты с мешочками на голове.



□ Подъем колена с мешочками на плечах.



□ Повороты, приседания, подъем колена с игрушками на голове и плечах.



«Опора»

□ Ходьба по гимнастической скамейке с увеличением высоты, прыгивание.



□ Ходьба по обручу.



Ходули.



▣ Набивание мяча.



□ Упражнение на самокатах, велосипедах, скейте сочетают в себе и удовольствие, и тренировку.



«Анализаторы»

□ Комплекс упражнений с закрытыми глазами.



❑ Парные упражнения.



Мало подвижная игра «Море волнуется»



Подвижная игра «День-ночь»



A colorful illustration of four children and a teddy bear holding a banner. The children are smiling and looking towards the viewer. The background features a bright blue sky with white clouds, a vibrant rainbow, and a green field with purple flowers and a butterfly. The overall scene is cheerful and celebratory.

3 этап. Заключительный.

**ИТОГОВОЕ МЕРОПРИЯТИЕ:
«ПУТЕШЕСТВИЕ В АФРИКУ».**









Удовольствие и радость победы- важный критерий успешности физкультурного занятия!



Сотрудничество с родителями.

- Изготовление нетрадиционного спортивного инвентаря;
- Изготовление атрибутов к итоговому мероприятию;
- Изготовление масок к подвижным играм;
- Беседы с родителями о необходимости участия в проекте;
- Консультации в родительский уголок по теме проекта.

Выводы.

Используя в режимных моментах, на утренней гимнастике, во время прогулки и в свободной деятельности детей разнообразные упражнения и игры на развитие равновесия мы заметили, что у детей пропало чувства страха при выполнении упражнений на высоте, координация движения улучшилась, повысилась выносливость детей, во время подвижных игр дети стали дружнее, сплоченнее.

A vibrant, colorful illustration of a sunny day. The sky is a bright blue with white clouds, a large sun in the top left corner, and a rainbow arching across the middle. Yellow leaves are falling from the top. The foreground is a green field with purple flowers, a butterfly, and a small tree on the right. The text "Спасибо за внимание!" is written in blue in the center.

Спасибо за внимание!