

# Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

## «Детский сад № 122»

162618 г. Череповец, ул. Олимпийская 27, тел. (8202) 26-81-18, 28-83-51

e-mail: sad122@cherepovetscity.ru

ИНН 3528076677 КПП 352801001 Отделение Вологда Банка России//УФК по Вологодской области, г. Вологда, БИК 011909101, счет 40102810445370000022

ОКПО 57118684 ОКВЭД 85.11 ОГРН 1023501238474

### Проект «Кенгурята»

**Вид проекта:** долгосрочный.

**Тип проекта:** спортивный.

**Участники проекта:** дети подготовительной группы, посещающие секцию ГТО, воспитатели, инструктор по физической культуре.

**Актуальность:** Дети нашего дошкольного учреждения уже не первый год принимают участие в проекте «ГТО без границ!» И, как показала практика, наибольшее затруднение при сдаче нормативов вызвали прыжки в длину с места. Причиной этого вероятнее всего является то, что юные спортсмены имеют некоторый ортопедический диагноз, чаще всего плоско-вальгусные стопы (секцию посещают только те дети, которые получили медицинский допуск от педиатра).

Но, тем не менее, результаты в данном виде нам тоже важны, поэтому мы вместе стали изучать технику прыжка в длину, укреплять мышечно-связочный аппарат нижних конечностей, тренироваться.

**Цель:** популяризация здорового образа жизни среди дошкольников, их родителей и педагогов ДООУ, развитие и укрепление двигательных навыков воспитанников с ОВЗ.

#### **Задачи:**

- укреплять мышечно- связочный аппарат нижних конечностей;
- знакомиться с техникой выполнения прыжка в длину;
- развивать двигательные умения и навыки;
- прививать интерес к занятиям физкультурой и спортом;
- способствовать развитию партнёрских отношений между сверстниками.

### **Продукты проекта:**

- картотека подвижных игр с элементами прыжков и подскоков;
- участие в Спартакиаде по прыжкам в длину с места.

### **Ожидаемые результаты реализации проекта:**

- усовершенствование техники прыжка в длину с места;
- улучшение личных результатов.

### **Организация проекта.**

#### *I. Подготовительный:*

- постановка проблемы, цели и задач, выбор оборудования и материалов;
- беседа с детьми;
- изучение интереса детей для определения целей проекта;
- подбор и анализ материала, литературы, информации, ознакомление предстоящим видом деятельности;
- диагностика на начало проекта.

#### *II. Основной:*

Этот этап осуществлялся на протяжении всего проекта в разных направлениях:

##### 1. Работа с детьми.

- Проведение цикла познавательной совместной деятельности:

Беседы с детьми на темы:

- *Чем отличается здоровый человек от больного?*
- *Что значит быть здоровым?*
- *Что помогает нам быть здоровыми?*

- Организация двигательной активности, двигательного режима.

- *Упражнения для укрепления мышц и связок нижних конечностей*
- *Знакомство с техникой прыжка*
- *диагностика на конец проекта*

#### *III. Заключительный:*

- соревнования по прыжкам среди детей, посещающих секцию;
- участие в Спартакиаде по прыжкам в длину с места;
- участие в тестировании ГТО.



