Приложение 2

**Номинация «Лучшие практики в дополнительном образовании»**

**Наименование практики: «**Движение как игра, игра как сказка».

**Место реализации практики:** Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Кораблик», РФ, Тюменская область, ХМАО-Югра, пгт. Березово, ул. Молодежная, д. 32

Чернухина Наталья Александровна, инструктор по ФК, тел.: 89519753277, [nashach@mail.ru](mailto:nashach@mail.ru)

Практика реализовалась с детьми 4-5 лет.

**Актуальность практики.** Здоровье человека – тема, которая актуальна для всех времен и народов, а в 21 веке она становиться первостепенной. В нашем веке здоровье приобретает огромную ценность для человека. Особенно эта тема важна у детей дошкольного возраста, т.к. движение, физическая культура, здоровый образ жизни – это залог здоровья наших детей, нашего нового поколения.

Значение физической культуры в дошкольный период заключается в создании фундамента для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных умений и навыков. Все это приводит к возникновению объективных предпосылок для гармоничного развития личности.

Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, физически хорошо развитым. Доминирующим занятием дошкольников в наше время стал просмотр мультфильмов, игр на планшете и телефоне. Эти занятия вытесняют игру и двигательную активность. Полноценное развитие детей дошкольного возраста без активных физкультурных занятий практически недостижимо. Выявлено, что дефицит двигательной активности серьезно ухудшает здоровье растущего организма ребенка, ослабляет его защитные силы. Без двигательной активности не возможно полноценное физическое развитие. В итоге дети испытывают “двигательный дефицит”, то есть количество движений, проводимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы, задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушения осанки. Родителям при большой занятости на работе и постоянной эмоциональной загруженности очень сложно привить детям любовь к движению, игре, здоровью. Эта большая задача ложится на плечи инструктора по физической культуре в детском саду, учителя физической культуры в школе. Но как ребенка заставить оторваться от яркого мира красок в телефоне и телевизоре? Обратиться к истокам движения – к игре, а так же к истокам эмоций – к сказкам.

Исходя из вышеизложенного мной было принято решение попробовать объединить игру и сказку – для того, чтобы привить детям любовь к движению через две самые доступные и понятные формы воспитания и развития детей.

**Цель моей практики** – сохранение и укрепление физического здоровья через привитие интереса к движению.

**Задачи:**

1. Способствовать гармоничному физическому развитию ребенка.
2. Способствовать привитию интереса к занятиям физической культурой.

**Содержание практики.**

Игра – это основной вид деятельности дошкольника. Игра включает в себя абсолютно все двигательные действия – прыжки, бег, лазание, ползание, метание, бросание и ловлю мяча. Игра представляет собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает созидательное воспитание и усовершенствование новых действий. Игра позволяет ребенку учиться действовать самостоятельно, в команде. Учит проявлять радость, уважение к сопернику, сопереживание к проигравшему, учит владеть своими эмоциями.

Игры вызывают интерес и эмоционально захватывают детей в том случае, если несут элементы новизны. Новая информация должна основываться на знакомых детям фактах, событиях, на знании и значении предметов, их свойствах, должны быть связаны со способами решения игровых заданий.

Так, где же нам взять эти самые знакомые факты, события, знания? Конечно же, в сказках.

**Дошкольный возраст - это возраст сказки.** Сказка должна входить в жизнь каждого ребенка с самого раннего возраста и сопровождать его на протяжении всего дошкольного возраста.

Язык сказки прост и потому доступен. Сюжет прозрачен, но загадочен, и тем самым способствует развитию детского воображения. А сказочные образы близки по своему характеру образам воображения детей. Кроме того, ни один ребёнок не любит наставлений, а сказка не учит напрямую. Она «позволяет себе» намекнуть на то, как лучше поступить в той или иной ситуации. Сказки хороши тем, что в них нет длинных и утомительных рассуждений.

Сказка играет большую роль в эстетическом развитии детей дошкольного возраста, без которого немыслимо благородство души, чуткость к чужому горю, страданию. Благодаря сказке, дети познают мир не только умом, но и сердцем, и не только познают, но и откликаются на события и явления окружающего мира, выражают своё отношению к добру и злу. Благополучный конец сказки воспитывает оптимизм, уверенность в преодолении любых трудностей.

Но сказки можно не только читать или слушать, в них можно и играть…

Конечно же, основным **средством** в нашей практике являются физическое упражнение, физическое движение, но облаченные в сказочную игру. Приходя на занятие, не важно в зал или бассейн, ребенок попадает не просто в строгий мир четких действий, точных движений и громких команд. Он попадает в свой привычный сказочно-игровой мир. Через игру в сказку он как раз и учится выполнять четкие действия, точные движения и строгие команды.

Игру в сказку я применяю практически ежедневно как в режимных моментах (утренняя гимнастика, прогулка, подъем после сна) так и на занятиях физической культурой в спортивном зале и бассейне.

Сказки можно использовать совершенно любые. Главное, чтобы они были знакомы детям и соответствовали их возрасту. Не стоит использовать сказки «Кошкин дом» и «Федорино горе» для детей младшего возраста, им доступнее и понятнее сказки «Колобок», «Репка». Тоже самое должно быть и с игрой – соответствие возрасту и понятность действий.

Игрой в сказку может быть:

* все занятие;
* часть занятия;
* обучение движению.

Возьмем для примера всем известную сказку «Колобок». Герои все знакомы, сюжет доступный.

|  |  |
| --- | --- |
| Все занятие | Утренняя гимнастика, физкультурное занятие, развлечение, праздник, которые строятся на основании сюжета сказки. |
| Часть занятия | Основная часть:   1. Ходьба «змейкой» - ушел Колобок от деда и бабки. 2. Ходьба приставным шагом по гимнастические скамейки с разным положение рук – испугался Колобок, что звери его покусают, вот он и стал прятать от них то бока (руки на пояс), то спину (руки за спину), то плечи (руки к плечам). 3. Прыжки из обруча в обруч – и такой он был счастливый, что от зверей ушел, что стал на радостях прыгать. |
| Обучение движению | Обучить опускать лицо в воду, опускаться под воду с головой.  По команде «Катиться колобок» - дети свободно передвигаются по дну бассейна.  По команде «Заяц!» («Медведь!». «Волк!») – бегают по дну бассейна.  По команде «Лиса!» - садятся под воду или опускают лицо в воду. |

Но не стоит забывать, что основным при подготовке занятия являются образовательные задачи. То есть мы подбираем игровые сюжеты под основные задачи, а не в коем случаи наоборот.

**Структура подготовки игрового сюжета:**

1. Постановка образовательных задач.
2. Определение средств обучения.
3. Подборка соответствующей сказки или сюжета.
4. Подборка игрового элемента.
5. Определение героев занятия (если они необходимы).
6. Подготовка инвентаря.
7. Написание конспекта.
8. Определение положительных и отрицательных моментов занятия.
9. Подведение итогов.

Одном из больших плюсов нашей практики является ее доступность и малая финансовая затратность. Для занятий нет необходимости приобретать дополнительный спортивный инвентарь.

**Данные о результативности.**

Выявления результативности нашей практики мы определяли по двум средним группам детей по 18 человек. Наш эксперимент длился с декабря 2022 года по май 2023 года. В экспериментальной группе мы применяли практику «Движение как игра, игра как сказка», в контрольной группе проводились занятия, где чаще звучали команды, было простое объяснение заданий.

**Мы определяли три показателя:**

1. Заинтересованность ребенка.
2. Показатели на занятиях ФК в зале.
3. Заинтересованность детей мы решили проверить по посещаемости на утренней гимнастике. Рано утром дети находят много причин, чтобы опоздать в садик. Мы совместно с воспитателями групп проводили беседы с родителями о пользе утренней гимнастики, но самый лучший эффект дала заинтересованность детей.

На начало декабря посещаемость утренней гимнастики в обеих группах была практически одинакова – 50 % и 56% детей от общего количества группы. В экспериментальной группе мы стали больше включать сюжетных и игровых зарядок и как итог в экспериментальной группе посещения выросли на 38%, в контрольной группе на 22%. Дети стали просить родителей привезти их пораньше, чтобы успеть на зарядку.

1. Показатели на занятиях ФК за основу мы взяли тест на ловкость (бросок мяча вверх двумя руками и его ловля 5 раз подряд). Бросок мяча вверх двумя руками и его ловля один из сложных координационных элементов для детей 5-6 лет. А его нужно поймать 5 раз, что усложняет задачу для ребенка. При выполнении данного упражнения помимо координации, ловкости, развивается также и ориентировка в пространстве. В контрольной группе занятия проходили по обычной схеме. А вот в экспериментальной группе мяч был и «Колобок», который дети старались катить и не выпускать из рук; он был мячиком из стиха «Наша Таня громко плачет», который надо было перебросить друг другу со словами стиха и не уронить; он был строительным материалом у семьи бобров, чтобы можно было построить плотину и спасти лес и т.д. Выполняя игровые действия дети усваивали новый навык быстрее и ловчее. На конец года в контрольной группе процент детей, которые научились подбрасывать и ловить мяч вырос на 39%, а вот в экспериментальной группе на 50%.

Конечно же, это был небольшой эксперимент, но он дал свои положительные результаты. На данный момент у нас в планах провести подобную работу на занятиях в бассейне.

В конце хотелось бы подвести итог: дети любят то, что им понятно, то что им интересно, то что им знакомо. Очень часто на высоком эмоциональном фоне, «за компанию» ребенок может выполнить тот элемент, который у него не получался, который он боялся делать. Поэтому стоит создавать для детей понятные и доступные для них условия.

**Риски практики**:

* Низкий уровень знания народного творчества педагогом.
* Однообразие используемых методов.
* Профессиональное выгорание педагога.
* Уход педагога на больничный.
* Недостаток времени на занятии.

**Примеры тиражирования практики**:

<https://vk.com/wall-173360335_1752>

<https://vk.com/wall-173360335_1626>

<https://vk.com/wall-173360335_1647>

<https://vk.com/wall-173360335_1432>

<https://www.maam.ru/detskijsad/sportivnoe-razvlechenie-zimne-puteshestvie.html>