

Администрация города Слободского Кировской области

Муниципальное казенное учреждение  
«Городской методический кабинет»  
города Слободского

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида  
«Колокольчик»  
города Слободского Кировской области

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Колобок»  
города Слободского Кировской области

Программа  
муниципальной инновационной площадки  
по теме  
«Физическое развитие детей  
старшего дошкольного возраста  
через использование элементов фитнеса»  
на 2016-2019 годы

город Слободской  
2016

Паспорт  
муниципальной инновационной площадки

|                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Название образовательной организации.                                                                 | МКДОУ д/с «Колокольчик»,<br>МКДОУ д/с «Колобок»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Адрес образовательной организации, телефон.                                                           | 613150, г.Слободской, ул.Большевиков, 36;<br>613150, г.Слободской, ул. Петра Стучи, 49                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Электронный адрес, сайт ОО.                                                                           | E-mail: <a href="mailto:dskolockolchick@yandex.ru">dskolockolchick@yandex.ru</a> ,<br>dskolockolchick.ucoz.ru<br>E-mail: <a href="mailto:dsKolobok43@yandex.ru">dsKolobok43@yandex.ru</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Тема инновационной площадки.                                                                          | Физическое развитие детей старшего дошкольного возраста через использование элементов фитнеса                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Ответственный исполнитель, телефон.                                                                   | -Пряхина Галина Геннадьевна, заместитель заведующей по УВР МКДОУ д/с «Колокольчик», (83362)4-71-84,<br>-Нестерова Валентина Петровна, воспитатель МКДОУ д/с «Колобок», (83362)4-22-44                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Научный руководитель инновационной площадки (если есть).                                              | -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Руководитель инновационной площадки.                                                                  | Копысова Екатерина Владимировна                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Краткое обоснование значимости муниципальной площадки для развития муниципальной системы образования. | 1.Создание новой формы работы по физическому развитию детей.<br>2.Повышение уровня проведения традиционных занятий физической культурой.<br>3.Удовлетворение потребности всех участников образовательного процесса в укреплении здоровья детей.<br>4.Формирование положительного и активного отношения к здоровому образу жизни.<br>5.Помощь педагогам в выявлении способностей занимающихся и их физической подготовленности.<br>6.Реализация преемственности между детским садом и школой: занятия ритмикой и сдача норм ГТО. |
| Цель инновационной площадки.                                                                          | Изучение и внедрение в работу ДОО новых методов и технологий (фитнес-технологий) по физическому развитию                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | детей старшего дошкольного возраста.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Объект инновационной деятельности.  | Все участники образовательного процесса: педагоги, воспитанники старшего дошкольного возраста, родители (законные представители).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Предмет инновационной деятельности. | Физическое развитие детей старшего дошкольного возраста.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Гипотеза.                           | <p>Использование элементов детского фитнеса в ДООУ позволит:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-повысить объем двигательной активности, уровень физической подготовленности воспитанников ДОО,</li> <li>-познакомить ребенка с возможностями своего тела,</li> <li>-научить детей получать удовольствие и уверенность от движений и физической деятельности,</li> <li>-усилить интерес к занятиям физическими упражнениями,</li> <li>-укрепить здоровье,</li> <li>-развить такие физические качества, как силу, скоростно-силовые способности, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость, координацию,</li> <li>-подготовить к занятиям ритмикой в школе.</li> </ul> |
| Ожидаемые результаты.               | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Создание и реализация программы «Фитнес в детском саду»;</li> <li>-подготовка методических рекомендаций педагогам города по внедрению элементов фитнеса в образовательный процесс (в утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, занятия по интересам, развлечения, работу с родителями);</li> <li>-снижение заболеваемости воспитанников;</li> <li>-повышение компетенции педагогов и родителей в использовании фитнес-технологий;</li> <li>-приобщение родителей к физическому развитию детей;</li> <li>-совершенствование (пополнение) предметно-пространственной среды ДОО.</li> </ul>                                             |

|                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сроки деятельности инновационной площадки.                                                                                   | 2016-2019 г.г.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Этапы инновационной площадки.<br>Первый этап – подготовительный.<br>Второй этап – практический.<br>Третий этап – обобщающий. | Декабрь 2016г.<br>Январь 2017 – май 2018г.<br>Сентябрь 2018 – май 2019г.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Материально- техническая обеспеченность инновационной площадки.                                                              | Оборудование: степ-платформы, фитболы, гимнастические скамейки, коврики, массажные мячи, гимнастические палки, обручи, стулья, гантели, скакалки, мячи, спортивная форма.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Финансовая обеспеченность инновационной площадки.                                                                            | За счёт бюджета учреждений.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Нормативная правовая база инновационной площадки.                                                                            | -Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». Зарегистрирован в Минюсте России 14.11.2013, регистрационный номер 30384. Вступил в силу с 1 января 2014г.<br>- Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106, г.Москва, «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»,<br>- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273- ФЗ от 29.12.2012,<br>- Конвенция о правах ребёнка (принята 20 ноября 1989 г.);<br>-Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. |
| Методическая база инновационной площадки.                                                                                    | -Борисова М.М. Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования;<br>-Исхакова Р.Ф., Голубева Г.Н. Детский фитнес в системе ДООУ;<br>-Сулим Е.В. Детский фитнес.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## Содержание программы.

### 1. Актуальность и теоретическое обоснование организации деятельности муниципальной инновационной площадки (МИП).

Дошкольный возраст один из наиболее значимых периодов в жизни каждого человека. Именно с детства закладывается фундамент психического, нравственного и физического здоровья.

Проблема физического развития подрастающего поколения в последнее время стала очень актуальна, так как обществу нужны творческие, гармонично развитые, активные личности. Негативное влияние на организм ребёнка различных факторов окружающей среды, образ жизни приводят к ухудшению состояния здоровья, снижению умственной и физической активности.

Кто такой физически развитый ребёнок дошкольного возраста?

Это ребёнок, у которого:

- антропометрические данные соответствуют возрастным показателям,
- сформированы в соответствии с возрастом физические качества: сила, ловкость, выносливость, меткость, гибкость, быстрота, координация,
- умственное и психическое развитие соответствуют возрасту,
- сформированы знания о ЗОЖ,
- отсутствуют хронические заболевания.

Недостаточно хорошее физическое развитие негативно отражается на психике — слабый физически, неловкий и часто болеющий ребенок, как правило, не уверен в себе, чересчур застенчив, безынициативен, он видит в себе человека второго или третьего плана и в трудных обстоятельствах всегда спешит спрятаться за родителей.

Кто же отвечает за физическое развитие и формирование здоровья детей?

В нашем обществе традиционно за здоровье ребёнка несут ответственность родители, педагоги, медицинские работники, а по достижении совершеннолетия он сам заботится о нём. В результате, по данным Первого московского университета им. И.М.Сеченова, около 50 % дошкольников имеют различные отклонения в состоянии здоровья, а более 20% - хронические заболевания. По распространённости у детей 4-10 лет первое место занимают болезни опорно-двигательного аппарата. А по данным НИИ педиатрии только 14% детей практически здоровы, 50% детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, 35-40 % - страдают хроническими заболеваниями.

Современного ребёнка, как правило, невозможно оторвать от телевизора, компьютера, игровой приставки. Ещё 10 – 15 лет назад детей трудно было загнать домой с улицы, они играли в командные игры и активно общались с друзьями. С повсеместным распространением компьютеров и появлением Интернета всё изменилось. Сегодня дошкольники редко занимаются спортом и играют в подвижные игры. Физическая нагрузка уменьшается и по другим причинам: некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием своих детей в ущерб их физическому развитию. Поэтому задача педагогов и родителей —

сформировать у ребёнка понимание важности физических упражнений, спорта, ведь это – залог здоровья. И главную роль в её решении должны играть ДОО.

Одним из путей решения этих проблем является развитие детского фитнеса и внедрение фитнес-технологий в систему физического развития детей дошкольного возраста.

Охватывая различные формы двигательной активности, фитнес удовлетворяет потребности ДОО в физкультурно-оздоровительной деятельности за счёт разнообразия фитнес-программ, их доступности и эмоциональности занятий. Он содействует повышению не только двигательной, но и общей культуры занимающихся, расширению их кругозора. Это достигается за счёт использования инновационных оздоровительных технологий, современного инвентаря и оборудования.

## **2. Цель, задачи инновационной площадки.**

### **Цель:**

Изучение и внедрение в работу ДОО новых методов и технологий (фитнес-технологий) по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста.

### **Задачи:**

оздоровительные:

- создать оптимальные условия для роста и развития опорно-двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия);
- развивать и функционально совершенствовать органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистую и нервную системы организма;
- создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей;

образовательные:

- совершенствовать физические способности (развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скорость, координацию);
- развивать психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности;

воспитательные:

- воспитывать умение выражать эмоции, раскрепощённость и творчество в движении;
- повышать интерес к физкультурным занятиям.

## **3. Кадровое обеспечение деятельности МИП.**

| ФИО сотрудника             | Должность, категория                                  | Функционал сотрудника в проекте                     |
|----------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Пряхина Галина Геннадьевна | Заместитель заведующей по УВР МКДОУ д/с «Колокольчик» | Ответственный исполнитель, координатор работы в ДОО |

|                                                             |                                                                           |                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Нестерова Валентина Петровна                                | Воспитатель высшей категории                                              | Ответственный исполнитель, координатор работы в ДОО, организатор работы с детьми и родителями |
| Соловьёва Наталья Николаевна                                | Инструктор по физкультуре МКДОУ д/с «Колокольчик»                         | Организатор работы с детьми, инструктор по физкультуре                                        |
| Черезова Маргарита Александровна                            | Инструктор по физкультуре МКДОУ д/с «Колобок»                             | Организатор работы с детьми, инструктор по физкультуре                                        |
| Мерзлякова Марина Николаевна,<br>Елькина Наталья Георгиевна | Воспитатель подготовительной группы ДОО<br>Воспитатель старшей группы ДОО | Организаторы работы с детьми и родителями                                                     |
| Денисова Надежда Николаевна                                 | Воспитатель старшей группы ДОО                                            | Организатор работы с детьми и родителями                                                      |

#### 4. Деятельность МИП.

##### Этапы работы МИП:

##### - Первый этап - подготовительный (Сентябрь – декабрь 2016г.)

**Цель:** составление программы «Фитнес в детском саду».

##### **Задачи:**

-изучить научно-методическую литературу и нормативные документы, программы;

-проанализировать физическое развитие детей старшей и подготовительной групп.

**Диагностический инструментарий и методы диагностики достижения результатов:** интернет-ресурсы, методическая литература и пособия, наблюдения, тестирование.

**Формы представления итогов работы:** защита инновационного проекта, презентация.

##### - Второй этап - практический (Январь 2017 - май 2018г.)

**Цель:** реализация программы «Фитнес в детском саду».

##### **Задачи:**

-ознакомить и обучить элементам детского фитнеса педагогов, детей, родителей воспитанников;

-формировать основные жизненно важные двигательные навыки и умения;  
-сохранять и укреплять физическое и психическое здоровья детей. Способствовать профилактике и коррекции детских патологий (уплощение стоп, плоскостопие, нарушение осанки);

-способствовать развитию физических качеств;

-воспитывать морально-волевые качества дошкольников (смелость, решительность, честность, уверенность в своих силах);

-привлечь родителей к совместным занятиям с детьми.

**Диагностический инструментарий и методы диагностики достижения результатов:** интернет-ресурсы, наблюдения, тесты.

**Формы представления итогов работы:** открытые занятия для педагогов ДОО и города, мастер-классы.

**- Третий этап - обобщающий (коррекционно-оценочный) (сентябрь 2018 – май 2019г.)**

**Цель:** анализ реализации программы «Фитнес в детском саду».

**Задачи:**

-проанализировать физическую подготовленность дошкольников на завершающем этапе (авторы Г.Лескова, Н.Ноткина).

-выявить отношение родителей к занятиям фитнесом с детьми,

- представить опыт работы на муниципальном и региональном уровне.

**Диагностический инструментарий и методы диагностики достижения результатов:** наблюдения, мониторинг.

**Формы представления итогов работы:** выступление на городских семинарах руководящих и педагогических работников ДОО города Слободского, городских и окружных конференциях; выпуск программы «Фитнес в детском саду»; представление методических рекомендаций педагогам города по внедрению элементов фитнеса в утреннюю гимнастику, НОД, занятия по интересам, развлечения, работу с родителями, фотоотчёт.

## **5. Основные риски и пути их минимизации.**

| Вид риска                                                                        | Меры по управлению                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Отсутствие финансовых средств.                                                   | Привлечение внебюджетных средств: спонсорская помощь. |
| Отсутствие необходимого оборудования.                                            | Привлечение внебюджетных средств: спонсорская помощь. |
| Отсутствие готовности педколлектива к инновации.                                 | Консультации, презентации, мастер-класс.              |
| Низкая теоретическая и практическая подготовленность педколлектива к инновациям. | Курсовая подготовка.                                  |

## **6. Планируемое публичное представление результатов проекта**

| Тема                               | Сроки               | Форма               |
|------------------------------------|---------------------|---------------------|
| Степ – аэробика в детском саду     | Апрель 2017         | Мастер-класс на ГМО |
| Игровой стретчинг                  | Октябрь-ноябрь 2017 | Мастер-класс на ГМО |
| Фитбол-гимнастика для дошкольников | Март 2018           | Мастер-класс на ГМО |



|                       |                       |                                                                                                                |
|-----------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Детский фитнес        | Ноябрь 2018           | Городской семинар для руководителей и заместителей                                                             |
| Фитнес в детском саду | Декабрь 2018-май 2019 | Городская конференция, всероссийский конкурс методических разработок, выпуск программы «Фитнес в детском саду» |

**7. Информационные ресурсы: публикация в печатных изданиях, выступление на ТВ.**

**8. Приложения**

### 8.1. Календарный план реализации МИП

| №                      | Содержание работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Целевая аудитория                      | Исполнители                             | Ожидаемые результаты                                       | Сроки                   |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 1.Организационный этап | <p>1. Разработать нормативно-правовое обеспечение внедрения инновационной площадки.</p> <p>2. Изучить методические пособия по физическому развитию детей элементами фитнес-технологий «Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования» Марины Михайловны Борисовой и «Детский фитнес»Елены Владимировны Сулим.</p> <p>3.Разработать перспективное планирование по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста элементами фитнес-технологий.</p> <p>4.Разработать систему мониторинга и критериев оценки физического развития детей.</p> | Дети старшей и подготовительной групп. | Воспитатели, инструктор по физкультуре. | Создана первичная ресурсная база для реализации программы. | Ноябрь - декабрь 2016г. |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                        |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
|                      | 5.Создать ресурсную базу для реализации программы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                        |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                          |
| 2.Практический этап. | <p>Внедрить элементы фитнеса в практику работы ДОО по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• разработка и апробация комплексов физических упражнений;</li> <li>• подбор музыкального репертуара;</li> <li>• разработка методических рекомендаций, памяток для педагогов и родителей по теме проекта;</li> <li>• открытый показ мероприятий для педагогов и родителей,</li> <li>• проведение НОД и развлечений совместно с родите-</li> </ul> | Дети старшей и подготовительной групп. | Воспитатели, инструктор по физкультуре, зам.зав. по УВР | Создана система работы по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста элементами фитнеса<br>Сформированные физические качества – сила, скоростно-силовые способности, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, удержание равновесия, координационные способности, сформированные двигательные навыки. | Январь 2017 - май 2018г. |

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                        |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                       |                            |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|                                            | лями.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                        |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                       |                            |
| 3.Обобщающий (коррекционно-оценочный) этап | <p>1.Провести итоговый мониторинг показателей физического развития детей.</p> <p>2.Создать единую систему работы по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста элементами фитнеса.</p> <p>3.Провести городской семинар для педагогов города по теме МИП, презентацию опыта.</p> <p>4.Оформить программу и методические разработки по теме.</p> | Педагоги ДОО и города. | Ответственные исполнители, инструкторы по физкультуре, воспитатели. | Создана программа «Фитнес в детском саду» и методические рекомендации педагогам города по внедрению элементов фитнеса в образовательный процесс (в утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, занятия по интересам, развлечения, работу с родителями | сентябрь 2018 – май 2019г. |

- 8.2. Сценарии, методические разработки.**
- 8.3. Результаты мониторинга.**
- 8.4. Другое.**