

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 41 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по художественно-эстетическому направлению развития детей»  
660124, г. Красноярск, ул. Борисевича, 24, телефон 266-97-33  
ОКПО 26208717, ОГРН 1022402058700, ИНН 2462025099, КПП 246201001

---

## **ПРОЕКТ**

### **«НА СКАКАЛКАХ ПРЫГ ДА СКОК»**

Сроки выполнения проекта (с 01.10 – 31.10 2018г.)



Авторы проекта:

Воспитатели

Сидун Светлана Николаевна

Черепанова Ирина Николаевна

и дети старшей «А» группы

МБДОУ № 41

Красноярск 2018 г.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЕКТА

Тип проекта. Оздоровительный.

По количеству участников: групповой дети старшей группы 5 - 6 лет, их родители, воспитатели, инструктор по физической культуре.

По продолжительности: среднесрочный (с 01.10 - 31.10 2018 г.).

## ОПИСАНИЕ ПРОЕКТА

Проблема.

Мы заметили, что дети на прогулке мало играют в совместные со сверстниками подвижные игры и игры со спортивными снарядами. Многие играют одни с игрушками или просто наблюдают за играми других детей. Наблюдая на прогулке за детьми подготовительной группы, как они соревнуются в прыжках со скакалкой, ребята нашей группы тоже решили попробовать прыгать на скакалках. У четверых детей получалось, а остальные не смогли перепрыгнуть через скакалку, так как не было согласованности движения рук и ног: для рук это круговые движения, для ног - вертикальные. Скакалку надо вращать поворотами кисти, а ребёнок делает размашистые круги почти прямыми руками, замедляя вращение скакалки, поднимая её высоко, задевая за скакалку ногами.

Мы спросили детей, а хотели бы вы научиться прыгать через скакалку и играть с ней в разные игры и дети ответили да.

Актуальность.

Необходимость обучения детей старшего дошкольного возраста прыжкам со скакалкой.

Результаты педагогической диагностики показали, что у 73% детей нашей группы низкий показатель в выполнении данного вида прыжков.

Причины: Незаинтересованность детей и родителей; Нежелание детей играть в подвижные игры со сверстниками; Недостаточное количество игр со скакалкой во время занятий по физическому развитию и на прогулке. Для овладения прыжками важно, чтобы скакалка соответствовала росту ребёнка: вставшему на неё обеими ногами, ручки скакалки должны доходить до подмышек.

Упражнения и прыжки со скакалкой способствуют развитию выносливости и координации движений, тренируют чувство ритма, укрепляют сердечно – сосудистую и дыхательную системы, мышцы ног. В прыжках с короткой скакалкой дети проявляют большую активность, настойчивость, особенно девочки. Воспитатель должен всячески поощрять стремление детей, особенно мальчиков, овладеть прыжками со скакалками. Прыгать на скакалке можно как в помещении, так и на открытом воздухе.

### **Цель проекта.**

Цель. Создать условия для формирования у детей умения прыгать через короткую скакалку и развивать устойчивый интерес к занятиям и подвижным играм со скакалками.

Научить детей правильно прыгать на скакалке.

### **Задачи.**

Образовательные.

- Содействовать постепенному освоению техники прыжков через короткую скакалку, разнообразных способов их выполнения.  
Обогащение игрового опыта детей.

Развивающие.

- Способствовать развитию опорно-двигательной системы организма, координации движений ног и рук в прыжках через короткую скакалку.  
- Развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу, общую выносливость.

Воспитательные.

- Воспитывать положительные нравственно-волевые качества: активность, настойчивость, самостоятельность, смелость, взаимопомощь, выдержку и организаторские навыки.
- Формировать основы здорового образа жизни.
- Привлечь родителей к участию в проектной деятельности.
- *Побуждать родителей участвовать в проектной деятельности и заниматься с детьми дома.*

### **Ожидаемый результат.**

- Дети научатся прыгать через короткую скакалку, вращая её вперёд, на двух ногах. Результаты педагогической диагностики по физическому развитию.
- Познакомятся с игровыми упражнениями и подвижными играми со скакалкой.
- Проведение физкультурного досуга «Мы, весёлые ребята, любим, бегать и скакать...».
- Создание картотеки игр, игровых упражнений, комплексов упражнений с короткой скакалкой.

### **Этапы проекта.**

#### **1 Подготовительный.**

- Педагогическая диагностика детей по физическому развитию на начало работы по проекту.
- Поиск информации по теме проекта в интернете. Подбор и изучение методической литературы по физическому воспитанию, методики обучения дошкольников прыжкам со скакалкой.
- Подобрать комплексы упражнений с короткой скакалкой для гимнастики, игры, игровые упражнения и сценарий физкультурного досуга со скакалкой.

- Приобрести скакалки по количеству детей в группе. Подобрать скакалки в соответствии с ростом ребенка. Маркировка скакалок. Повесить скакалки в спортивном центре группы.

- Чтение сказки о маленькой скакалочке.

## 2 Основной.

- Показ иллюстраций и рассказ, как спортсмены (борцы, боксеры, легкоатлеты, гимнасты и др.) – используют в тренировке прыжки со скакалкой.
- Утренняя гимнастика со скакалками.
- Занятия по физическому развитию со скакалками.
- Индивидуальная работа с детьми. Физическое упражнение «Перепрыгни через скакалку на двух ногах» (в группе, дома).
- Подвижные игры и физические упражнения со скакалкой с детьми в свободное время в группе и на прогулке.
- Консультация для родителей «Детская скакалка – спортивный тренажёр».
- Информация в уголке « Медицинская страничка» « Скакалка – лучший друг ребят».

## 3 Заключительный.

- Проведение физкультурного досуга « Мы, веселые ребята, любим, бегать и скакать...».
- Педагогическая диагностика детей по физическому развитию на конец работы по проекту. Оформление таблицы педагогической диагностики детей старшей группы.
- Создание картотеки игр, игровых упражнений, комплексов упражнений с короткой скакалкой и презентация на педагогическом совете для воспитателей групп.
- Презентация проекта «На скакалках прыг да скок».

## **План основных мероприятий по реализации проекта**

(Приложение 1)

### **Оценка результатов реализации проекта**

Диагностика осуществляется в начале и конце работы по проекту.

Параметры оценки:

1. Характеризуется адаптивным поведением, обладает эмоционально-волевыми качествами.
2. Умеет прыгать через короткую скакалку, вращая ее вперед, на двух ногах.
3. С удовольствием участвует в подвижных и спортивных играх; спортивных соревнованиях.

Усвоение программного материала определяется по трехбалльной системе:

1 балл – ставится, если тот или иной показатель проявляется в деятельности ребенка совместно со взрослым или в условиях специально созданных ситуаций, провоцирующих его проявление, когда воспитатель может предложить соответствующее задание, попросить ребенка что-либо сделать и т.п.

2 балла - ставится, когда тот или иной показатель находится в состоянии становления, проявляется неустойчиво (то проявляется, то нет, или проявляется в совместной со взрослым деятельности).

3 балла – ставится, когда исследуемый показатель сформирован и соответственно наблюдается (проявляется) в самостоятельной деятельности ребенка.

Градация системы оценки:

Низкий (Н) – от 0 до 3 баллов

Средний (С) – от 4 до 6 баллов

Высокий (В) – от 7 до 9 баллов

### **7. Продукт проекта:**

Таблица педагогической диагностики детей старшей группы (шестого года жизни) на начало и конец работы по проекту.

№ п\п	Ф. И. ребенка	1		2		3		итого	
		Н.п.	К.п.	Н.п.	К.п.	Н.п.	К.п.	Н.п.	К.п.
1.	Савелий А.	1	2	2	2	2	2	5	6
2.	Фазлиддин Б.	1	1	1	1	1	2	3	4
3.	Анна Б.	1	1	1	1	2	2	4	4
4.	Ксения Б.	2	2	3	3	2	3	7	8
5.	Александра Е.	1	2	1	2	2	2	4	6
6.	Артем И.	1	2	1	2	1	2	3	6
7.	Светослав И.	1	1	1	2	1	2	3	5
8.	Егор Л.	1	1	1	2	1	2	3	5
9.	Роман М.	2	2	3	3	2	2	7	7
10.	Денис М.	2	2	2	2	1	2	5	6
11.	Эмилия М.	2	2	1	2	2	2	5	6
12.	Андрей О.	2	2	1	2	2	2	5	6
13.	Дмитрий Р.	1	1	1	2	1	2	3	5
14.	Андрей С.	1	1	1	2	1	2	3	5
15.	Мария С.	2	2	2	3	2	2	6	7
16.	Ярослав С.	1	2	1	3	1	2	3	7
17.	Артем С.	1		1		1		3	0
18.	Дмитрий С.	1	1	1	2	2	2	4	5
19.	Диана С.	1	1	1	1	2	2	4	4
20.	Екатерина Т.	1	1	1	2	2	2	4	5
21.	Арина Х.	2	2	1	2	2	2	5	6
22.	Лев Ч.	1	1	3	3	1	2	5	6
23.	Мария Ч.	1	1	1	2	2	2	4	5
24.	Алина Ч.	2	2	3	3	2	2	7	7
25.	Вячеслав Ш.	1	1	1	1	1	2	3	4
26.	Элина Ш.	2	2	1	2	2	2	5	6

Результаты диагностики детей на начало работы по проекту:

Низкий (Н) – 9 человек

Средний (С) – 14 человек

Высокий (В) – 3 человека

Результаты диагностики детей на конец работы по проекту:

Низкий (Н) – 1 человек

Средний (С) – 20 человек

Высокий (В) – 5 человек

## **Значимость проекта для образовательного процесса**

В результате работы над проектом:

- 96 % детей группы умеют прыгать через короткую скакалку, вращая её вперед, на двух ногах.
- Дети освоили технику прыжков через короткую скакалку, самостоятельно выполняют физические упражнения и играют со сверстниками в подвижные игры со скакалками.
- Провели спортивный досуг « Мы, веселые ребята, любим, бегать и скакать...»
- Сделали картотеку игр, игровых упражнений, комплексов упражнений с короткой скакалкой.

### **Дальнейшие планы**

- Совершенствовать технику прыжков с короткой скакалкой.
- Разучивать технику прыжков через длинную скакалку.
- Участие в спортивных соревнованиях «Веселые старты» вместе с родителями.

### **Прогноз возможных негативных последствий и способы их коррекции.**

Негативные последствия	Способы коррекции
Один ребёнок из группы принял участие только в начале проекта, а потом не посещал детский сад в связи с отпуском родителей.	Планирование индивидуальной работы с ребёнком.

**Бюджет проекта – 780 рублей.**

## **Список литературы и интернет - ресурсов**

1. Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя детского сада. М.: Просвещение, 1983
2. Кильпио Н. Н. 80 игр для детского сада. М.: Просвещение, 1973
3. Парамонова Л. А. Истоки: Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. М.: ТЦ Сфера, 2015
4. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста(3-7 лет).- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2004
5. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014

Приложение 1.

**План основных мероприятий по реализации проекта.**

Этапы	Мероприятия	Задачи	Сроки реализации	Ответственные
Подготовительный 6 дней	1. Проведение педагогической диагностики по физическому развитию.	Оценить успешность усвоения программного материала.	01.10-03.10.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
	2. Поиск информации по теме проекта в интернете. Подбор и изучение методической литературы по физическому воспитанию, методики обучения дошкольников прыжкам со скакалкой.	Подобрать комплексы упражнений с короткой скакалкой для гимнастики, игры, игровые упражнения и сценарий физкультурного досуга со скакалкой.	02.10-05.10	Воспитатели, инструктор по физической культуре
	3. Приобрести скакалки по количеству детей в группе. Подобрать скакалки в соответствии с ростом ребёнка. Маркировка скакалок. Повесить скакалки в спортивном центре группы.	Уменьшить длину скакалок в соответствии с ростом ребенка и сделать маркировку.	02.10-05.10	Родители Воспитатели
	4. Чтение сказки о маленькой скакалочке.	Развивать слуховое восприятие, эмоциональную отзывчивость.	05.10	Воспитатели

		Мотивация на деятельность со скакалками.		
Основной 14 дней	1. Показ иллюстраций и рассказ, как спортсмены (борцы, боксёры, легкоатлеты, гимнасты и др.) – используют в тренировках прыжки со скакалкой.	Расширение представлений детей о пользе прыжков со скакалкой	08.10	Воспитатели
	2. Утренняя гимнастика со скакалками.	Оздоровление организма через упражнения с короткой скакалкой	С 08.10-19.10	Инструктор по физической культуре, воспитатели
	3. Занятия по физическому развитию. Занятия по физическому развитию (на прогулке)	Разучивать технику прыжков через короткую скакалку на двух ногах. Закреплять технику прыжков через короткую скакалку на двух ногах и с продвижением вперёд; развивать быстроту и ловкость.	10.10-15.10 17.10-24.10	Инструктор по физической культуре
	4. Индивидуальная	Закреплять		

	работа с детьми (в группе, дома).	навыки прыжков через короткую скакалку на двух ногах.	15.10-25.10	Воспитатели, родители
	5. Подвижные игры и игровые упражнения со скакалкой в свободное время в группе и на прогулке. (Приложение 2)	Повышать двигательную активность, обогащать игровой опыт детей, воспитывать волевые качества.	09.10-25.10	Воспитатели
	6. Консультация для родителей «Детская скакалка спортивный тренажёр». 7. Информация в уголке «Медицинская страничка» «Скакалка – лучший друг ребят».	Ознакомление родителей с информацией о пользе игровых упражнений со скакалкой.	10.10	Воспитатели
Заключительный 4 дня	1. Проведение физкультурного досуга «Мы, весёлые ребята, любим, бегать и скакать...».	Совершенствовать физические качества и двигательные навыки, воспитывать волевые качества.	26.10	Инструктор по физической культуре, воспитатели
	2. Педагогическая диагностика детей по физическому развитию на конец работы по проекту. Оформление таблицы	Занесение данных педагогической диагностики по физическому развитию в таблицу. Сравнить результаты	26.10, 29.10	Воспитатели

	педагогической диагностики детей старшей группы.	диагностики на начало и конец работы над проектом.		
	3. Создание картотеки игр, игровых упражнений, комплексов упражнений с короткой скакалкой и презентация на педагогическом совете для воспитателей групп.	Собрать подвижные игры, игровые упражнения со скакалкой, комплексы оздоровительной гимнастики для детей 5-6 лет используемые в работе над проектом.	29.10-30.10	Воспитатели
	4. Презентация проекта «На скакалках прыг да скак».		30.10-31.10	Воспитатели