

*МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 5 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»*

Сообщение из опыта работы воспитателя

«Лыжная подготовка»

(деятельность по социальному проекту «Лыжи и я – лучшие друзья»)

Воспитатель Павлова Ю.В.

Мончегорск, 2021

ВЫСТУПЛЕНИЕ

Ходьба на лыжах – интересный и полезный вид физических упражнений, а также один из самых доступных видов спорта и в плане двигательных навыков и действий, и в плане финансовой стороны вопроса.

Ходьба на лыжах оказывает большое влияние на физическое развитие и закалку организма ребенка. Она вовлекает в работу почти все мышечные группы, развивая их чувствительность, способствует развитию пространственных ориентировок и координации движений.

Двигательная активность на свежем воздухе обеспечивают интенсивную работу сердца и легких, а также положительно влияет на формирование свода стопы и оказывает благоприятное влияние и на формирование осанки ребенка.

Принимая все это во внимание и глядя на опыт проведения Зимних спартакиад с применением лыж, нам очень захотелось поднять лыжные занятия в нашем саду на более высокий уровень, создать такие условия для занятий лыжами, чтобы у ребят формировались хорошие начальные навыки владения лыжами, стойкий интерес к лыжному спорту в целом, а также максимально способствующие сохранению и приумножению их здоровья. Ведь наши климатические условия идеально подходят для зимних видов спорта.

Но мы с толкнулись с тем, что наш лыжный инвентарь устарел, не отвечает современным требованиям техники безопасности. Для более эффективного и долгосрочного результата необходимо также активно вовлекать в любую деятельность и родителей воспитанников, но не все семьи имеют лыжный инвентарь для всех членов семьи да и не у всех есть такая финансовая возможность (особенно что касается детей, ведь они очень быстро растут и требуется ежегодная смена инвентаря).

Поэтому мы решили принять участие в конкурсе социальных проектов «Мир новых возможностей» при финансовой поддержке и руководства ПАО «ГМК «Норильский никель».

Наше желание и старание были настолько велики, что, разработанный нами проект «Лыжи и я – лучшие друзья» стал победителем этого конкурса в номинации «Полис энергии» в 2020 году.

И с марта 2020 года нами велась работа по организации лыжной базы «Спортник» на территории дошкольного учреждения.

В рамках проекта был обустроен лыжный стадион с тренировочной лыжней, горкой для изучения разновидностей подъемов и спусков на лыжах, а также пространство для проведения подвижных игр, эстафет и соревнований.

Закуплен необходимый инвентарь оборудование, надувные аттракционы для проведения занятий по обучению детей ходьбе на лыжах, для различных физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых мероприятий, а также инструментарий для ухода и обработки лыжного инвентаря, содержания лыжни (в том числе приобретен лыжный инвентарь для взрослых).

На лыжной базе предусмотрены зоны и помещения для обработки, хранения лыж и сопутствующего инвентаря, оборудования. Также создана специально оформленная зона для переодевания детей. Реализована реконструкция спортивного зала ДООУ - появилось новое половое покрытие для максимально безопасных и удобных тренировочных занятий в «сухой сезон» и в период неблагоприятных погодных условиях (т.е. если погодные условия не позволяют заниматься на тренировочной лыжне, то мы занимаемся прямо на лыжах в спортивном зале).

С конца ноября 2020 года лыжная база «Спортик» начала свою работу. Мы набрали четыре группы детей старшего дошкольного возраста – 2 группы занимались на неделе в вечернее время (это воспитанники МАДОУ 5) и две группы по субботам в 11.00 и в 12.15 (дошкольники из других садов).

Планировалось набирать группы с детьми 5-6 лет и 6-7 лет, но так как практически все ребята, записавшиеся к нам не имели опыта ходьбы на лыжах мы их не разделяли, но по мере усвоения детьми двигательных навыков для более сильных и активных ребят усложняли задания и увеличивали время выполнения, т.е. использовали индивидуальный подход к каждому воспитаннику.

За все время реализации проекта «Лыжи и я – лучшие друзья» было проведено 64 занятия.

Из них два занятия были вводными, где ребята (из других дошкольных учреждений) познакомилась со своими инструкторами, с техникой безопасности при проведении занятий (на лыжне, в зале). Изучили способы передвижения на лыжах в движении и на месте. Также был подобран инвентарь каждому ребенку.

Были организованы развлечения и праздники для ребят и их родителей – «Проделки клоуна Злюки» (9 января), «Зарница» (26 февраля), «Весеннее пробуждение» 20 марта, «Лыжи и я – лучшие друзья» 3 апреля. Также для всех воспитанников лыжной базы «Спортик» и их семей была проведена экскурсия в спортивную школу олимпийского резерва по лыжным гонкам, где также были проведены «Семейные старты». Инициаторами и организаторами данного мероприятия выступили наши социальные партнеры МАУ СОШ – тренеры лыжной школы Куузик Светлана Валерьевна и Волкова Елена Валерьевна.

Мероприятие было проведено с целью привлечения ребят к дальнейшим занятиям лыжным спортом на более высоком уровне (с 2020 года школа ведет набор воспитанников с 6 летнего возраста).

Помимо спортивных праздников и развлечений мы провели творческие мероприятия – фотоконкурс «На лыжи всей семьей» и творческую гостиную с оформлением выставки работ всех ее участников.

Все спортивные мероприятия сопровождалась церемониями награждения, а развлечения и творческие программы вручением памятных подарков и сертификатов участников.

Для информирования родителей о предстоящих и проведенных мероприятиях, изменениях в расписании, об организационных вопросах и т.д. нами была создана группа В Контакте с одноименным названием, где помимо родителей все желающие могли и могут ознакомиться с деятельностью по реализации проекта, а также «полистать» фотоальбомы всех событий.

При проведении всех мероприятий для информирования общественности привлекались представители СМИ нашего города (корреспонденты Кп 51, ТВМ), которые внесли большой вклад в «летопись» памятных событий по реализации нашего проекта.

Конечно не обошлось без трудностей. В связи со сложившейся трудной эпидемиологической ситуацией (периоды самоизоляции, работа дошкольных учреждений в дежурном режиме и т.д.) было внесено много корректировок в планируемые мероприятия, а также пришлось ключевые мероприятия переносить в менее масштабный формат.

К сожалению некоторые мероприятия, такие как занятия по общей и специальной физической подготовке в спортивном зале, запланированные на апрель-май 2020, общее организационное собрание родителей в связи со сложившейся ситуацией пришлось полностью отменить.

Но умение команды подстроится под «обстоятельства» и находить выход из всех трудных ситуаций помогли все задачи и достигнуть цели проекта «Лыжи и я – лучшие друзья» - были созданы

условия для сохранения и укрепления здоровья дошкольников города Мончегорска через увеличение двигательной активности детей и время их пребывания на свежем воздухе; организована лыжная база «Спортик» на территории МАДОУ № 5 и сформированы бесплатные группы для дошкольников по обучению ходьбе на лыжах, что способствовало повышению интереса детей и родителей к здоровому образу жизни, занятиям спортом, а в частности лыжным спортом.

В дальнейших перспективах мы планируем продолжить работу лыжной базы «Спортик» как дополнительные образовательные услуги. Также мы будем продолжать вести активную работу по преемственности с нашим социальным партнером – МАУ СОШ по лыжным гонкам и организовывать совместные спортивные и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

А с будущего учебного года в нашем саду будут проводиться занятия по физической культуре с детьми старшего дошкольного возраста на лыжах (примерно с января по март). Для этого мы разрабатываем рабочую программу по обучению дошкольников ходьбе на лыжах.

Мы выражаем огромную благодарность ПАО «Норникель» за такую предоставленную возможность по реализации проекта и советуем всем пробовать и действовать.