



**Министерство образования Новосибирской области
ГАУ ДПО НСО «Новосибирский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования»
Кафедра охраны здоровья, основ безопасности жизнедеятельности, физической культуры и спорта**

**Межрегиональная научно-практическая конференция
«МОДЕРНИЗАЦИЯ СОДЕРЖАНИЯ И ТЕХНОЛОГИЙ ПРЕПОДАВАНИЯ
УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
И «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

5-6 декабря 2024 года, г. Новосибирск



Секция 2. Тема: Физическое воспитание в семье и образовании: опыт, проблемы и пути их решения в образовательных организациях

Тема «О возможностях применения технологии «Полоса препятствий» в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста»

**Ширинкин Алексей Александрович,
инструктор по физической культуре
МБДОУ детский сад № 1 «Родничок»
муниципального образования г. Обь Новосибирской области**

**6 декабря 2024 год
Новосибирск**

В 2023 году в дошкольном образовании заметны изменения:

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее - Стандарт) представляет собой совокупность обязательных требований к дошкольному образованию. ***(Редакция от 17 фев 2023 Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования)*** и учитывает возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации, основные принципы дошкольного образования и другое.

В области физического развития основными задачами образовательной деятельности по ФОП ДО являются:

- продолжать обогащать двигательный опыт,
- развивать умения технично, точно, осознанно, активно, скоординировано, выразительно, выполнять физические упражнения;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, ориентировку в пространстве;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, физической культуре и спорте, спортивных достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Ухудшение здоровья дошкольников, рост заболеваемости, снижение уровня физической подготовленности вызывает озабоченность специалистов различных областей медицины, физической культуры, педагогики.

Актуальность занятий физическими упражнениями в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ) обусловлена рядом факторов:

- 1. *Физическое развитие*:** Занятия физической активностью способствуют гармоничному развитию детей, укрепляют мышцы, улучшают координацию и гибкость, а также формируют правильную осанку.
- 2. *Здоровье*:** Регулярная физическая активность помогает укреплять иммунную систему, снижает риск заболеваний, способствует улучшению обмена веществ и общему оздоровлению детей.
- 3. *Социальные навыки*:** Игры и спортивные занятия развивают командный дух, учат детей работать в группе, уважать друг друга и соблюдать правила.
- 4. *Психоэмоциональное развитие*:** Физические упражнения помогают детям снижать уровень стресса, повышают настроение и способствуют развитию уверенности в себе.
- 5. *Ранняя профилактика проблем с лишним весом*:** В условиях современного мира, где дети часто проводят время за экранами, занятия спортом способствуют профилактике избыточного веса и других связанных заболеваний.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ В ДОО

Таким образом, физическая активность в ДОО не только важна для здоровья, но и способствует всестороннему развитию детей, что делает ее актуальной и необходимой частью образовательного процесса.

Я работаю в детском саду № 1 «Родничок» в городе Обь.

Детский сад состоит из двух корпусов, существует с 1970 года, второй корпус открылся в декабре 2020 года.

В саду 16 групп, из них 4 группы детей с ОВЗ.

Я работаю с подготовительными группами, их 4. по Образовательной программе детского сада в соответствии с Федеральной программой, в занятиях применяю методическую литературу автора Пензулаевой Людмилы Ивановны.

В своей работе активно практикую такую форму работы с детьми, как «полоса препятствий».

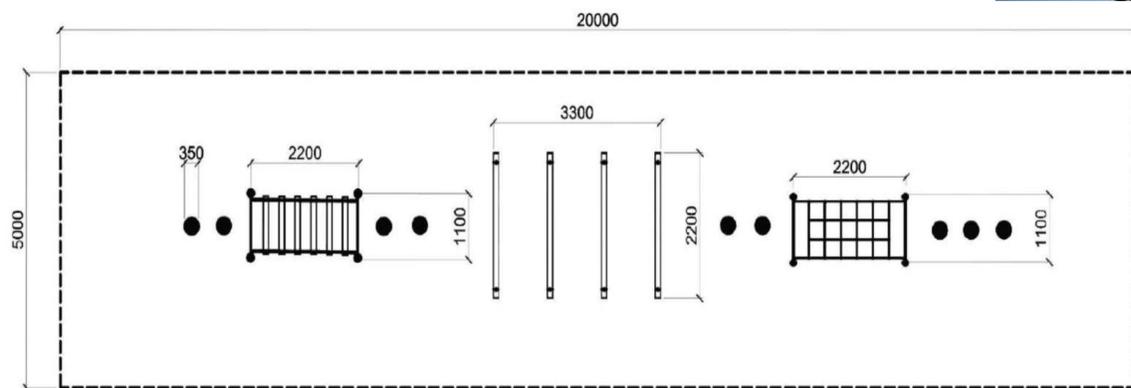




Организация физического воспитания с применением полосы препятствий «Гонка –героев»

Организация физического воспитания с применением полосы препятствий «Гонка –героев» помогает детям развивать координацию, ловкость, силу и выносливость. Преодолевая различные препятствия, дети учатся управлять своим телом и развивают основные двигательные навыки. Во время групповых занятий в полосе препятствий дети учатся работать в команде, поддерживать друг друга, а также соблюдать очередность и правила игры. Это способствует формированию социальных компетенций и межличностных навыков. Двигательная активность также положительно влияет на развитие костно-мышечной системы. Преодоление препятствий требует от детей концентрации, внимательности и быстрой реакции, что способствует развитию когнитивных функций и способности к принятию решений. Использование различных элементов полосы препятствий (лазание, прыжки, бег) может быть интегрировано с обучением новым знаниям о движении, силе и равновесии, что делает процесс обучения более увлекательным и интересным.

Организация физического воспитания с применением полосы препятствий «Гонка –героев»



**Полоса препятствий
ООО «АбсолютСталь»
Сайт: absolut2010.ru**

Экспликация оборудования:

1. Бум «грибки»
2. Препятствие «Бум на цепях»
3. Препятствие «Барьер»
4. Препятствие «Подвесной мост»



**ГОНКА
ГЕРОЕВ**

Гонка героев

это экстремальный забег с препятствиями по пересеченной местности, который в России проводят уже с 2014года. Первая известная гонка с препятствиями состоялась в 1900 году на Олимпийских играх в Париже.

В России до «Гонки героев» забегов с препятствиями никогда не проводили, Впервые такой забег прошел в 2013 году на военном полигоне «Алабино» в Подмосковье. Командам нужно было преодолеть полосу искусственных и естественных препятствий на фоне танковых залпов, автоматных очередей и взрывов. Формат быстро стал популярным и за год собрал около 10 тысяч участников и зрителей. В 2015-м география гонки расширилась до семи городов, а в сумме состоялось около 50 забегов. В 2016-м забеги принимали уже 16 городов.

В Новосибирске гонка героев начали проводить с 2016 года, у меня есть опыт участие в данной Гонке героя. Сейчас этот вид активно развивается в России, давая возможность участвовать в соревнованиях не только спортсменам-разрядникам, но и новичкам.





В результате работы в этом направлении появилась команда среди 4х подготовительных групп в нашем саду, с которой я планирую организовать в городе на базе спортивного комплекса Авиатор полосу препятствий «Гонка героев»

Так же я провожу мастер-классы среди воспитанников «Полоса препятствий» и организовал в городе кружок «Гонка героев», куда приходят и мои воспитанники и воспитанники из других детских садов нашего города

Занятия с детьми 6-7 лет



Занятия проводится во второй половине дня.

Время занятий?

Что выполняют?

Посмотреть видео?

ВЫВОД:

Таким образом организованные занятия с применением полосы препятствий в ДОО являются способом комплексного развития детей, учитывая их физические, социальные и эмоциональные потребности и эффективность которых нам предстоит понять.