

МАДОУ НТГО детский сад «Ёлочка»

Отчёт

по мини - проекту

«Лёгкая атлетика-

Королева спорта»

Подготовила
инструктор по физической культуре
Бородина К.В.

Актуальность.

Легкая атлетика – это вид спорта, объединяющий упражнения в беге, в прыжках и в метании

Упражнения в различных видах бега, прыжков и метания развивают детей, а использование этих видов движений в играх и соревнованиях делает их интереснее. Так, незаметно направляя двигательную активность детей, мы их развиваем, и укрепляем их здоровье.



Цель и задачи проекта

Цель: создание условий для полноценного развития двигательных и физических способностей детей

Задачи:

1. Развивать физические качества детей: выносливость, силу, ловкость
2. Обучать детей правильной технике выполнения основных видов движений (бег, прыжки, метание); самоконтролю за своими действиями
3. Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью; побуждать детей к активности и к проявлению волевых качеств (выдержки, самостоятельности, ответственности)
4. Повышать эмоциональный тонус каждого ребенка

Знакомство с лёгкой атлетикой



Просмотр презентации
«Виды лёгкой атлетики»



Спортивные снаряды

Овладение техникой



Освоение техники низкого старта
(бег на короткие дистанции)



Бег с препятствием
(барьерный бег)



Тройной прыжок с разбега

Троеборье



Челночный бег



Прыжок в длину с
места



Метание мешочка

Кросс наций-2021



Вывод:



МАДОУ НТГО детский сад «Ёлочка»

Физкультурно-оздоровительный
мини-проект
«Страна Гимнастики»

Подготовила
инструктор по физической
культуре
Бородина К.В.

Актуальность проекта

Ритмическая гимнастика – одна из эффективных форм повышения двигательной активности.

Детям очень нравится двигаться под музыку, а для этого их нужно научить выполнять различные танцевальные движения. Это возможно сделать с помощью различных нетрадиционных видов упражнений ритмической гимнастики, таких, как игропластика, игроритмика, игрогимнастика, игровой самомассаж.

Цель и задачи проекта

Цель: укрепление здоровья и развитие двигательных навыков у детей дошкольного возраста с помощью ритмической гимнастики

Задачи:

1. Развивать двигательные способности и физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, координацию движений, музыкально-ритмическое чувство, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой
2. Укреплять дыхательную и сердечно – сосудистую систему организма, систему, способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; формировать навык правильной осанки через ритмическую гимнастику
3. Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощённости, творчества в движениях
4. Разработать картотеку и комплексы музыкально-ритмических композиций для детей дошкольного возраста



Знакомство с гимнастикой



Видеофильм
«Гимнастический танец»

Упражнения с разным спортивным оборудованием



Знакомство
с гимнастическими лентами



Гимнастическое упражнение с
мячом

Упражнения с разным спортивным оборудованием



Индивидуальная работа на координацию движения с малым мячом



Физкультурное занятие с обручем

Ритмическая гимнастика под музыку



Гимнастические упражнения под музыку



Разучивание комплекса упражнений (к празднику гимнастика)

Выступление «Праздник Гимнастики»



Вывод:

Спасибо за внимание