

Петрова Галина Петровна

Белякова Ульяна Николаевна

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 5 «Незабудка»*

Бурмагина Наталья Николаевна

*Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
детей детско – юношеская спортивная школа «Богатырь»*

РЕАЛИЗАЦИЯ СОЦИОКУЛЬТУРНОГО ПРОЕКТА «БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ ХОТИМ!»

Здоровье – самая большая ценность, которая дается человеку природой. Чаще всего взрослый человек задумывается о состоянии своего здоровья или здоровья своих детей, когда уже приходится обращаться к врачу.

Как же научиться не болеть? Этот вопрос мы задали воспитанникам нашего детского сада. Ответы детей нас порадовали: надо делать зарядку, заниматься физкультурой и спортом. Оказывается, дети теоретически знают, как же нужно беречь свое здоровье. Что же происходит в повседневной жизни? На просьбу рассказать о том, как и где они занимаются физкультурой, дети задумались и назвали только зарядку и занятия физкультурой в детском саду.

Народная пословица гласит: «Отдай спорту время, а взамен получишь здоровье». Заниматься физкультурой и спортом – значит, вести здоровый образ жизни. Мы работаем с детьми с ОВЗ (нарушение речи), многие дети часто болеют, а это затрудняет нашу работу по преодолению проблем с речью детей, поэтому научить детей вести здоровый образ жизни стало для нас одной из основных задач.



В нашем городе Тихвин, есть отличный современный спортивный стадион «Кировец», где имеется футбольное поле с искусственным покрытием, легкоатлетические дорожки, прыжковая яма, естественный каток, тренажерный зал, теплые раздевалки, спортивный зал, то есть все условия для полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья детей, приобщения их к здоровому образу жизни. Администрация стадиона во главе с директором Быстровым Антоном Александровичем и тренер по фигурному катанию Бурмагина Наталья Николаевна с удовольствием откликнулась на наше предложение о проведении совместного социокультурного проекта «Быть здоровыми хотим!»

Почему мы решили заниматься именно катанием на коньках? Дело в том, что занятия фигурным катанием на коньках на улице благотворно влияют на развитие органов дыхания и дыхательной мускулатуры, что способствует развитию речевого дыхания, улучшают терморегуляторные процессы, следовательно, происходит закаливание организма, повышается устойчивость вестибулярного аппарата. Речь детей обогащается новыми понятиями. Ребята, занимаясь в летне-осенний период на дорожках стадиона, в прыжковой яме, в тренажерном зале, на площадке для игры в «Городки» очень ждали, когда же будет лед. Они сами заметили, как покрыл асфальтированную поверхность будущего катка снег, затем смотрели, как заснеженную поверхность заливают в морозный день водой – образуется лед. Дети стали различать, когда лед тонкий и на нем нельзя кататься, потому что он трескается, сколько его надо заливать водой, чтобы он стал прочным. Приходя на каток в теплые зимние дни, дети видели, что лед стал мягким, во время катания на коньках остается более глубокий след от лезвия конька, чем на льду в морозный день, поэтому скользить становится сложнее, надо проявить больше усилий при отталкивании, чтобы не снизить скорость движения. Иногда во время катания шел снег, он засыпал всю поверхность льда и четко были видны узоры, которые «рисовали» коньками



дети. Такое «рисование» не только забавляло их, но еще по рисунку на льду ребята сравнивали, кто лучше выполнил «Фонарики», «Саночки», «Дуги». Дети постепенно учились не только кататься на коньках, но и получали знания о свойствах льда, снега, любовались красотой природы. Они делились своими эмоциями с друзьями, обсуждали, какие фигуры выполнять легче, какие труднее. Таким образом, развивалась и связная речь, а это немаловажно для работы с детьми с проблемами в речи.

Катание на коньках вызывало у детей массу положительных эмоций. Они с нетерпением ждали, когда же снова пойдут на стадион.

Почти все родители приобрели для детей коньки, кто не смог, администрация стадиона разрешила бесплатно пользоваться коньками в прокате. Нам было очень приятно видеть, что взрослые с большим вниманием и теплотой относятся к нашим начинаниям и ребятишкам.

Для родителей и детьми мы давали мастер – классы в зале и на катке. Дети здесь были в роли тренеров: они показывали упражнения, делали замечания родителям по технике выполнения.

В выходной день родители тоже приходили на стадион порадоваться за своих юных фигуристов, катались сами, вспоминая детство. В Тихвине в каждом микрорайоне есть каток, поэтому дети, возвращаясь из детского сада вечером, катались с родителями во дворе.

Весной наш каток растаял, и ребята вновь возвращались на беговую дорожку, в прыжковую яму, на футбольное поле, в спортивный зал. Самое главное, что мы увидели и почувствовали – это то, что дети на прогулке на участке детского сада самостоятельно придумывали игру в соревнованиях фигуристов, устраивали эстафеты, играли в футбол. Они «переносили» опыт занятий физкультурой и спортом на стадионе в свою жизнь вне стадиона. Есть хорошая поговорка: «Посеешь поступок – пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу. Поговорка



говорит о том, что все, что мы делаем в жизни – имеет значение для жизни в целом. Жизнь – это цепь причин и следствий. Если мы хотим, чтобы наши дети вели здоровый образ жизни, мы, педагоги и родители, на собственном примере должны показать им, как это делать. Есть ли в городе стадион, каток, любая спортивная площадка, река, озеро – все можно использовать для того, чтобы научиться вести здоровый образ жизни и научить этому своих детей.

Наши дети называли коньки волшебными. Действительно, они немного волшебные! Катание на коньках дало возможность детям и родителям заниматься физкультурой на открытом стадионе в любое время года, «открыло глаза» на возможность использовать естественные катки во дворе для игры в футбол, бадминтон, городки в теплое время года, сблизило детей и родителей.

«Волшебные» коньки сделали наших детей волшебниками – они научились делать мир вокруг ярче.

Литература:

Пустынникова Л.Н. «Коньки в детском саду», Москва «Просвещение» 1988 г.

http://www.liveinternet.ru/users/de_bagira/post143452913/

