

Структура описания практик

Название практики	Повышение двигательной активности детей старшего дошкольного возраста посредством элементов степ-аэробики.
Разработчики (ФИО, должность, ОУ)	Елена Владимировна Рейш, инструктор по физической культуре, МАДОУ ДСКН №1 г. Сосновоборска
Тип практики (педагогическая, методическая, управленческая)	Педагогическая
Уровень практики	Начальный
Актуальность практики	<p>Национальный проект «Образования» ставит перед обществом задачу формирования здорового образа жизни, требования ФГОС ДО к решению образовательных задач в области физического развития ориентирует нас на гармоничное развитие воспитанников физического и психического здоровья, а также подготовка детей к освоению основной образовательной программы начального общего образования требует от детей больших психофизиологических усилий, совершенствование двигательной активности. Но в современном обществе наблюдается распространённость гиподинамии и детей, одной из причин которой является увеличение времени использования ребенком средств коммуникации, а именно: гаджетов, телефонов, планшетов, компьютеров, что является актуальной проблемой для воспитанников нашего учреждения. Для решения данной проблемы с целью совершенствования двигательного режима воспитанников учреждения и их заинтересованности к спорту применяю элементы степ-аэробики.</p>
Идея/уникальность/базовы	Идея заключается во внедрении элементов

<p>й принцип Вашей практики?</p>	<p>степ-аэробики на занятиях по физической культуре с детьми старшего дошкольного возраста, направленных на развитие двигательной координации, способствующих формированию у детей интереса к двигательной активности и повышению здоровьесберегающих ресурсов организма дошкольников, более эффективной физической подготовке к обучению в школе.</p>
<p>Нормативно - правовая база практики</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; - Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ ДСКН №1 г.Сосновоборска; - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных норм и правил СанПиН
<p>На какую группу участников образовательной деятельности направлена Ваша практика (выбор одного или нескольких вариантов)</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучающиеся; - родители; - педагоги - узкие специалисты (психологи, логопеды, дефектологи, социальные педагоги и т.д.); - методисты; - администрация; 	<p>Воспитанники.</p>

- другое: _____	
Цель, ключевые задачи, на решение которых направлена практика	<p>Цель: создание условий для повышения двигательной активности детей старшего дошкольного возраста посредством элементов степ-аэробики.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать двигательные способности детей и физические качества. 2. Формировать навыки правильной осанки. 3. Развивать мышечную систему через упражнения на степ – платформах. 4. Формировать умения ритмически согласованно выполнять простые движения под музыку во взаимосвязи с речью. 5. Воспитывать эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.
Средства реализации практики (технологии, методы, формы, способы).	<p>Средства:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физкультурный зал; - степ-платформы; - аудиозаписи для музыкального сопровождения занятий, - игровые атрибуты; - картотека стихотворений и загадок.
Дорожная карта внедрения практики	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изучила технологию степ – аэробики. 2. Приобретение учреждением степ-платформ. 3. Придумала композиции по темам, разбила их на блоки и связки. 4. Распределила количество занятий для разучивания связок и соединения их в блоки. 5. Подобрала музыкальное сопровождение согласно теме композиции. 6. Показала детям всю композицию. 7. Отработка выразительности движений по блокам и связкам.

<p>Какие результаты обеспечивает практика? Ваша</p>	<p>Целенаправленная работа с использованием степ - платформ позволяет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -развить двигательные качества: силу, выносливость, быстроту, гибкость и координационные способности; -сформировать правильную осанку, свод стопы; -укрепить костно-мышечную систему дошкольника; -развить чувство ритма, музыкальный слух, умение согласовывать свои движения с речью; -повысить интерес к физической культуре и спорту.
<p>Условия, обеспечивающие устойчивость практики, ограничения для применения опыта, риски, возникающие при внедрении и механизмы их минимизации</p>	<p>Условия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -овладение инструктором методикой проведения занятий с использованием степ – аэробики; -наличие степ-платформ на каждого ребенка, наглядного материала и музыкального сопровождения. <p>Риски:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие навыков работы; -отсутствие степ-платформ.
<p>Роль партнеров (при наличии) при реализации практики</p>	
<p>Способы тиражирования практики</p>	<p>На сайте МАДОУ ДСКН №1; личная страничка на nsportal.ru; среди коллег ДОУ.</p>
<p>Рекомендательные письма/экспертные заключения/ сертификаты, подтверждающие значимость практики (перечислить документы и указать ссылку размещения на сайте образовательной организации)</p>	<p>Не имею</p>
<p>Ссылки на приложения к практике</p>	<p>приложение</p>

Ссылка на **видео -анонс практики** (видеофильм, интервью с носителем практики, представление с комментариями и т.д.).
Не более 3х минут.

[видео - анонс практики](#)