

„Aktywność sportowa, ruch i zabawa to świetna sprawa”

INNOWACJA PEDAGOGICZNA



ROK SZKOLNY 2023/2024

Opracowanie:

Marlena Małecka

SPIS TREŚCI

I. WSTĘP

II. OPIS INNOWACJI

III. CELE INNOWACJI

IV. METODY PRACY

V. MIEJSCE I TERMIN INNOWACJI

VI. PROGRAM INNOWACJI

I. WSTĘP

*„Celem nie jest wychowanie mistrza.
Celem jest wychowanie ludzi kochających sport
i aktywnie spędzanie czasu”
Marta Gapińska*

Ruch jest jedną z najważniejszych potrzeb rozwojowych dziecka. Jest nieodzownym elementem poprawiania zdrowia, rozwijania sprawności, postaw i umiejętności, a także kształtowania nawyków w przyszłości. Jak powszechnie wiadomo współczesny człowiek coraz bardziej ogranicza swoją aktywność ruchową. Prowadzi to do obniżenia wydolności fizycznej i powstawania wielu wad postawy. Wykorzystując naturalną potrzebę ruchu u dzieci w wieku przedszkolnym chciałabym w nich zaszczerpić potrzebę uprawiania sportów. Poprzez prowadzenie ciekawych i urozmaiconych zestawów ćwiczeń i zabaw gimnastycznych, powoli, ale systematycznie wprowadzać dzieci w nieskończony skarbiec ruchów. Mając na uwadze zapewnienie dzieciom właściwych warunków do osiągnięcia dojrzałości fizycznej, opracowałam innowację pedagogiczną „Aktywność sportowa i zabawa to świetna sprawa”.

II. OPIS INNOWACJI

Gimnastyka jest w programie wychowania przedszkolnego integralnie związana z wychowaniem zdrowotnym. Jest to słuszne stwierdzenie, gdyż właśnie przez działalność ruchową można wykształcić pożądane postawy i nawyki do podtrzymania dobrego stanu zdrowia psychofizycznego człowieka. Gimnastyka pomaga w adaptacji organizmu do coraz bardziej zmieniających się warunków życia (hałas, zatrucie powietrza, napięcia nerwowe). Powinna zatem być w stałej korelacji z rozwojem dziecka. Ćwiczenia ruchowe stały się formą zabawy. W nienarzucający, delikatny sposób kształtują prawidłowy rozwój, współdziałają z rozwojem wrażeń i spostrzeżeń, uczą spostrzegać otaczające przedmioty i zjawiska we wzajemnych powiązaniach, kształtują logiczne myślenie, uczą określania ciężaru przedmiotów oraz określania ich położenia w przestrzeni. Zabawy ruchowe rozwijają pamięć i wyobraźnię twórczą, kształtują osobowość dziecka i takie cechy charakteru jak: samodzielność, zdyscyplinowanie, dokładność, uczą współpracy w zespole, rozwijają społecznie. Idąc za potrzebą ruchu i mając świadomość ile pozytywnych odczuć daje dzieciom i nam prowadzącym, aktywne spędzanie czasu, w roku szkolnym 2023/2024, we wszystkich grupach wiekowych, będzie realizowana Innowacja Pedagogiczna „Aktywność sportowa, ruch i zabawa to świetna sprawa”. Podczas zajęć razem będziemy ćwiczyć, bawić się, dzielić każdą dobrą chwilą i angażować rodziców do wspólnej

aktywności. Poprzez organizowane różnorodnych form aktywności ruchowej, dzieci będą miały okazję do gromadzenia wielu doświadczeń psychoruchowych, do podniesienia ogólnej sprawności ruchowej, rozwijania twórczej inwencji za pomocą ruchu a przede wszystkim nabywania przeświadczenie o potrzebie ruchu i wyzwalania radości z czynnego uprawiania sportu. Wpojone w dzieciństwie nawyki na pewno zaprocentują w dalszym życiu każdego z nich.

III. CELE INNOWACJI

Cel główny:

- Propagowanie zdrowego stylu życia i rozwijanie sprawności ruchowej oraz podnoszenie wydolności organizmu

Cele szczegółowe:

- upowszechnienie sportu, rekreacji i aktywności fizycznej wśród jak najszerszej grupy dzieci w wieku przedszkolnym,
- stwarzanie okazji edukacyjnych, umożliwiających wpieranie i wspomaganie indywidualnego rozwoju dziecka,
- kształtowanie postaw i nawyków higieniczno – zdrowotnych, wdrażanie do zdrowego stylu życia oraz umiejętnego korzystania z takich czynników jak ruch, powietrze, słońce, przestrzeń.

IV. METODY PRACY

1. Zestawy ćwiczeń gimnastycznych i ćwiczeń porannych

a) Metody odtwórcze:

- Metoda zabawowo – naśladowcza
- Metoda bezpośredniej celowości ruchu (zadaniowa)

b) Elementy metod twórczych:

- metoda opowieści ruchowej
- gimnastyka twórcza R. Labana
- gimnastyka twórcza K. Orffa
- gimnastyka rytmiczna A. i M. Kniessów

- Ruch Rozwijający W. Sherborne

- Kinezylogia Edukacyjna

2. Taniec:

- Tańce regionalne

- Taniec nowoczesny

3. Zajęcia w terenie:

- Tory przeszkód

V. MIEJSCE I TERMIN INNOWACJI

Innowacja będzie realizowana w Publicznym Przedszkolu w Lubichowie we wszystkich grupach wiekowych, w roku szkolnym 2023/2024.

IV. PROGRAM INNOWACJI

ZADANIE	FORMA REALIZACJI	TERMIN REALIZACJI	CELE SZCZEGÓŁOWE
<p>I. Organizowanie systematycznych zabaw i ćwiczeń fizycznych</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ćwiczenia poranne - zestawy ćwiczeń - zabawy ruchowe • ćwiczenia gimnastyczne z wykorzystaniem metod twórczych i odtwórczych - metoda zabawowo – naśladowcza - metoda bezpośredniej celowości ruchu (zadaniowa) - metoda ścisła - metoda opowieści ruchowej, - el. gimnastyka twórcza R. Labana, - el. gimnastyka twórcza K. Orffa, -el. gimnastyka rytmiczna A. i M. Kniessów, - el. Ruchu Rozwijającego W. Sherborne, - el. Kinezylogii Edukacyjnej, • ćwiczenia z nietypowym przyborem 	<p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>Okazjonalnie</p>	<p>✓ dostarczanie strojowi dziecięcemu bodźca rozwojowego</p> <p>✓ czuwanie nad harmonijnym rozwojem ciała i korygowanie dysproporcji rozwojowych</p> <p>✓ wyrabianie poprawności ruchów</p> <p>✓ rozwijanie naturalnych czynności ruchowych</p> <p>✓ rozwijanie kreatywności w ruchu i koordynacji ruchowej</p>

ZADANIE	FORMA REALIZACJI	TERMIN REALIZACJI	CELE SZCZEGÓŁOWE
I. Organizowanie systematycznych zabaw i ćwiczeń fizycznych	<ul style="list-style-type: none"> • Organizacja dni dyscypliny sportowej: <ul style="list-style-type: none"> - koszykówka, - boule, - siatkówka, - gimnastyka, - dzień skakanki, - piłka nożna, - lekkoatletyka, 	Wrzesień Październik Listopad Styczeń Luty Kwiecień Maj	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Poznanie różnorodnych dyscyplin sportowych ✓ Rozwijanie zainteresowania sportem

<p style="text-align: center;">II. Zabawy i ćwiczenia ruchowe w terenie</p>	<p>- zabawy ruchowe w ogrodzie z wykorzystaniem przyborów</p> <p>- tory przeszkód</p> <p>- „My się zimy nie boimy” – saneczkowanie i zabawy na śniegu (XII – II)</p>	<p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>styczeń/luty</p>	<p>✓ rozwijanie sprawności ruchowej i koordynacji</p> <p>✓ rozwijanie orientacji w przestrzeni</p> <p>✓ przestrzeganie zasad warunkujących bezpieczeństwo podczas ćwiczeń</p> <p>✓ kształtowanie postawy fair play</p> <p>✓ przygotowanie mentalne do współpracy w grupie, umiejętności pogodzenia się z przegraną oraz szacunku do przeciwnika</p>
--	--	---	---

<p style="text-align: center;">III. Ruch przy muzyce</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zabawy rytmiczne przy muzyce i piosenkach - zabawy taneczne i inscenizowane - taniec nowoczesny i regionalny - Zumba Kids - Aerobic 	<p>cały rok</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ rozwijanie sprawności ruchowej i koordynacji ✓ rozwijanie orientacji w przestrzeni
---	---	-----------------	---

<p>IV. Aktywność w czasie wolnym</p>	<p>- informacje dla rodziców nt. znaczenia aktywności ruchowej u dzieci na gazetce dla rodziców, stronie Internetowej i Facebooku</p>	<p>okazjonalnie</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ uświadomienie rodzicom znaczenia ruchu dla zdrowia dziecka ✓ rozwijanie kreatywności ✓ stwarzanie okazji do aktywnego spędzania czasu z dzieckiem
---	---	---------------------	---