***,,WYGINAM ŚMIAŁO CIAŁO-***

***Z GIMNASTYKĄ NA TY”***

***INNOWACJA PEDAGOGICZNA***



***ROK SZKOLNY 2023/2024***

*Opracowanie:*

*mgr Anna Mochnaczewska*

SPIS TREŚCI

I. WSTĘP

II. OPIS INNOWACJI

III. CELE INNOWACJI

IV. METODY PRACY

V. MIEJSCE I TERMIN INNOWACJI

VI. ŹRODŁA FINANSOWANIA I DOKUMENTACJA INNOWACJI

VII. PROGRAM INNOWACJI

***I. WSTĘP***

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. Aktywność ruchowa ma ogromny wpływ na rozwój psychofizyczny dziecka. Każda aktywność ruchowa daje dzieciom widoczną satysfakcję, motywuje do działania i samorealizacji. Rozwój ruchowy dziecka jest także źródłem poznawania otaczającego świata oraz prawidłowego rozwoju funkcji poznawczych   
i orientacji w przestrzeni.

Wykorzystując naturalną potrzebę ruchu u dzieci w wieku przedszkolnym chciałabym w nich zaszczepić potrzebę uprawiania różnych aktywności fizycznych. Dla prawidłowego rozwoju dziecka szczególnie dużo uwagi należy poświęcić wyzwalaniu aktywności i ekspresji ruchowej tj. zabawom i ćwiczeniom muzyczno-rytmicznym.

Mając na uwadze zapewnienie dzieciom właściwych warunków do osiągnięcia dojrzałości fizycznej, opracowałam innowację pedagogiczną „Wyginam śmiało ciało -   
z gimnastyką na Ty”.

***II. OPIS INNOWACJI***

Gimnastyka jest w programie wychowania przedszkolnego integralnie związana   
z wychowaniem zdrowotnym. To 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. Powinna zatem być w stałej korelacji z rozwojem dziecka. Ćwiczenia ruchowe stały się formą zabawy. W subtelny 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 będąc świadomą, ile pozytywnych odczuć daje dzieciom aktywne spędzanie czasu, w roku szkolnym 2023/2024, w grupach wiekowych: 5 i 6 latki, będę realizować Innowację Pedagogiczną „Wyginam śmiało ciało- z gimnastyką na Ty”. Podczas zajęć razem będziemy ćwiczyć, bawić się, tańczyć, dzielić każdą dobrą chwilą i angażować rodziców do wspólnej aktywności. Poprzez organizowane przeze mnie różnorodne formy 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 przeświadczenia o potrzebie ruchu i wyzwalania radości z czynnego uprawiania sportu. Wpojone teraz nawyki na pewno zaprocentują w dalszym życiu każdego z nich.

***III. CELE INNOWACJI***

***Cel główny:***

Propagowanie zdrowego stylu życia i rozwijanie sprawności ruchowej, podnoszenie wydolności organizmu, a także obcowanie dzieci z muzyką i tańcem.

***Cele szczegółowe:***

• upowszechnienie sportu, rekreacji i aktywności fizycznej wśród dzieci w wieku przedszkolnym,

• budowanie wśród dzieci pewności siebie i wiary we własne możliwości,

• stwarzanie okazji edukacyjnych, umożliwiających wspieranie i wspomaganie indywidualnego rozwoju dziecka,

***IV. METODY PRACY***

1. Zestawy ćwiczeń gimnastycznych i ćwiczeń porannych

a) Metody odtwórcze:

• Metoda zabawowo – naśladowcza

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,

• Kinezjologia Edukacyjna,

2. Taniec:

• tańce ludowe,

• taniec nowoczesny

3. Zajęcia w terenie:

• Tory przeszkód.

***V. MIEJSCE I TERMIN INNOWACJI***

Innowacja będzie realizowana w Miejskim Przedszkolu nr 2 w Hrubieszowie, w grupie 5 i 6-letniej, w roku szkolnym 2023/2024.

***VI. ŹRODŁA FINANSOWANIA I DOKUMENTACJA INNOWACJI***

Przedszkole posiada wszelkie zasoby umożliwiające realizację innowacji.

Przebieg innowacji zostanie zapisany w dzienniku zajęć przedszkolnych w rubryce *UWAGI.* Zamieszczanie zdjęć z realizacji na aplikacji KidsUp.

***VII. PROGRAM INNOWACJI***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***ZADANIE*** | ***FORMA REALIZACJI*** | ***TERMIN REALIZACJI*** | ***CELE SZCZEGÓŁOWE*** |
| I.Organi-zowanie systematy-cznych zabaw i ćwiczeń fizycznych | • ćwiczenia poranne  - zestawy ćwiczeń  - zabawy ruchowe  • ćwiczenia gimnastyczne  z wykorzystaniem metod twórczych  i odtwórczych:  - metoda zabawowo- naśladowcza  - 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. Kinezjologii Edukacyjnej,  • Ćwiczenia z nietypowym przyborem | cały rok  Okazjonalnie | ✓ czuwanie nad harmonijnym rozwojem ciała  i korygowanie dysproporcji rozwojowych ✓ wyrabianie poprawności ruchów  ✓ rozwijanie naturalnych czynności ruchowych  ✓ rozwijanie kreatywności w ruchu i koordynacji ruchowej |
| 2.Zabawy i ćwiczenia ruchowe w terenie. | - zabawy ruchowe w ogrodzie  z wykorzystaniem przyborów  - tory przeszkód  - „My się zimy nie boimy” -zabawy na śniegu (XII – II) | cały rok  okres zimowy | ✓ rozwijanie sprawności ruchowej i koordynacji  ✓ rozwijanie orientacji  w przestrzeni  ✓przestrzega-nie zasad warunkujących bezpieczeństwo podczas ćwiczeń |
| 3.Zabawy przy muzyce. | - zabawy rytmiczne przy muzyce  i piosenkach  - zabawy taneczne i inscenizowane  - taniec nowoczesny i ludowy  - Zumba Kids | cały rok | ✓ rozwijanie sprawności ruchowej i koordynacji  ✓ rozwijanie orientacji  w przestrzeni |
| 4.Aktyw-ność w czasie wolnym | - informacje dla rodziców nt. znaczenia aktywności ruchowej u dzieci,  - konkurs fotograficzny dla rodziców  i dzieci „Razem na sportowo” | w trakcie trwania roku szkolnego | ✓uświadomienie rodzicom znaczenia ruchu dla zdrowia dziecka  ✓ rozwijanie kreatywności  ✓ stwarzanie okazji do aktywnego spędzania czasu  z dzieckiem |