***Проект на тему «Применение метода игрового стретчинга на музыкально-ритмических занятиях в ДОУ»***

**Актуальность**: все знают, что заставить ребенка заниматься физическими упражнениями очень трудно. Но это необходимо, поскольку наши дети постоянно испытывают дефицит движения. Заболеваемость растет с каждым годом и молодеет. Уже среди воспитанников детских садов многие страдают хроническими заболеваниями, имеют патологическую осанку, нарушение опорно-двигательного аппарата. В настоящее время появилось много разных форм оздоровительной работы. Как научить детей на музыкально- ритмических занятиях правильно и с удовольствием выполнять упражнения, такие полезные для их организма, как помочь детям правильно та? Мое внимание привлекла методика игрового стретчинга.

Стретчинг представляет собой большой комплекс определенных упражнений, позволяющих великолепно растянуть мышцы и развить во всем теле небывалую гибкость. **Стретчинг** включает в себя динамические и статические нагрузки.

Именно игровой стретчинг дает возможность поддерживать живой интерес ребенка к занятию. Самым главным элементом стретчинга для детей является сказка. Сказка позволяет сделать занятия в увлекательной и задорной форме. Поэтому очень важно к каждому занятию найти или придумать «правильную» сказку, чтобы упражнения стретчинга для детей имели наибольшую эффективность. Сказка обязательно должна содержать сюжет, на основе которого дети могли бы выполнять различные движения.

Упражнения стретчинга носят имитационных характер и выполняются по ходу сюжета игры, состоящей из взаимосвязанных игровых ситуаций, заданий, упражнений, подобранных таким образом, чтобы содействовать решению развивающих задач. С подражания образу начинается познание ребенком техники движений спортивных и танцевальных упражнений, игр, театрализованной деятельности и т.д. Образно-подражательные движения развивают творческую, двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание и т.д. При регулярных занятиях **игровым стретчингом** развиваются: музыкальный слух, музыкальная память, слуховое внимание, ритмичность, пластичность, мышечная свобода, снимается закомплексованность.

**Цель проекта**: внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс на музыкально - ритмических занятиях.

**Задачи:**

**-** учить детей различным видам имитационных движений игрового стретчинга;

-повышать двигательную активность, выносливость;

-развивать психические качества: внимание, память, воображение, умственные способности;

-развивать чувство ритма, музыкальный слух;

-формировать выразительность движений, умение раскованно владеть своим телом;

-воспитывать нравственные качества, коммуникабельность;

-поддерживать интерес детей к музыкальным занятиям.

**Ожидаемые результаты:**

-приобретение запаса двигательных навыков, которые позволят в дальнейшем ребенку чувствовать себя сильным, красивым, уверенным в себе;

-повышение эластичности мышц, подвижности, динамичности и пластичности тела;

-развитие внимания и двигательной памяти;

-проявление самостоятельности в свободной деятельности - разыгрывать сказки и придумывать свои упражнения игрового стретчинга, тем самым развивать свои творческие потребности;

-формирование нравственных качеств, коммуникабельности, раскрепощенности и творчества в движении.

**Сроки реализации проекта:** 25.02.2014г. – 01.04.2014г.

**Этапы реализации проекта.**

**1этап. Подготовительный.**

-изучение методической литературы;

-разработка проекта;

-выявление физической подготовки детей к игровому стретчингу;

-составление плана занятий с элементами игрового стретчинга.

-проведение мониторинга уровня развития музыкально – ритмических навыков детей на начало проекта:

-высокий уровень- 5%; -средний уровень – 74%; - низкий уровень – 21%.

***Ожидаемые результаты***: разработка проекта на тему «Применение метода игрового стретчинга на музыкальных занятиях в ДОУ»

**2 этап. Практический.**

-внедрение проекта игрового стретчинга посредством музыкальных занятий;

-обучение детей методу игрового стретчинга;

-изготовление картотеки упражнений игрового стретчинга;

-сотрудничество с семьей в работе над проектом (консультации для родителей о методе игрового стретчинга)

***Ожидаемые результаты*:**

-повышение двигательной активности, выносливости, координации;

-формирование выразительности движений, умения раскованно владеть своим телом;

-развитие внимания, двигательной памяти, творческого воображения, умственных способностей;

-развитие чувства ритма;

-воспитание нравственных качеств, коммуникабельности.

**3 этап. Обобщающий.**

-Создана презентация результатов работы над проектом для педагогов ДОУ;

-показ открытого занятия для педагогов ДОУ и родителей детей;

-создание фотоальбома с фотографиями детей на занятиях;

-проведен мониторинг уровня развития музыкально - ритмических навыков детей на конец проекта:

-высокий уровень- 8%; -средний уровень – 81%; - низкий уровень – 11%.

**Выводы**

**Воспитанники:**

- приобрели запас двигательных навыков, которые позволят в дальнейшем им чувствовать себя сильными, красивыми, уверенными в себе;

-повысили уровень внимания и двигательной памяти;

-повысили эластичность мышц, подвижность, динамичность и пластичность тела, выносливость и координацию, чувство ритма;

-повысили нравственные качества, коммуникабельность, раскрепощенность;

-проявляют самостоятельность в свободной деятельности, разыгрывают сказки и придумывают свои упражнения игрового стретчинга, тем самым развивают свои творческие потребности.

**Таким образом**, игровой стретчинг является новым подходом к организации воспитательно-образовательного процесса при развитии у детей музыкально ритмических навыков, с помощью которого педагог сможет решить многие образовательные задачи, а так же повысить уровень здоровья детей.