

Индивидуальный маршрут развития одаренного ребенка на 2022/2023

Карта индивидуального маршрута ребёнка.

Наименование учреждения

Адрес:

1. Сведения о ребёнке

- Ф.И.О.
- Дата рождения
- Адрес
- Краткая характеристика ребёнка, сильные стороны ребёнка
Мальчик хорошо развит в физической области, активен, очень подвижен, самостоятельный, любит подвижные игры, физические упражнения, бег. Любимые игры с мячом, с бегом, салки. Так же умеет и любит придумывать игры самостоятельно. Старается всегда выполнять упражнения в полную силу, любит выигрывать и быть первым всегда старается быть впереди. Адекватно реагирует на замечания взрослого, старается исправить ошибки.

2. Социальная характеристика семьи.

- Мать –
 - Отец –
 - Степень участия в воспитании
 - Условия проживания, условия быта
3. **Запрос родителей** *Физическое развитие ребёнка. Дополнительные занятия ребёнка в кружках спортивной направленности*

4. Долгосрочная цель сопровождения

1. Развитие физических способностей в области лыжных гонок
3. Повышение самооценки, уверенности в своих силах.

5. Возможные риски

Высокая загруженность.

6. Группа сопровождения

Родители: мама, папа

Педагоги: воспитатели,

Координатор (Ф.И.О)

Воспитатель: Опрышко Н.А.

7. Мероприятия (примерный перечень мероприятий с указанием конкретных сроков и распределением обязанностей)

- Получение образования по программе «Лыжный патруль»
- Психолого – педагогическая работа:

Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные	Отметка о выполнении
Проведение мониторинга	2 раза в год	Воспитатели	
Психолого-педагогическое просвещение родителей:		Воспитатели, родители	

1. Информирование о результатах диагностических исследований 2. О формировании у ребенка дошкольного возраста умения доводить начатое дело до конца 3. Совместные выездные прогулки на лыжах родителей и ребенка 4. Консультация «Организация условий для совместной физической деятельности»	Сентябрь, май Январь 1 раз в месяц Ноябрь		
Индивидуальная работа по программе «Лыжный патруль» <ul style="list-style-type: none"> • Особенности техники Классического лыжного хода • Особенности техники Классического лыжного хода в сложных погодных условиях • Анализ ошибок в технике, • Отработка техники в спортзале перед зеркалом • Отработка техники в практических условиях 	2 раза в месяц	Воспитатель	
Посещение кружка	1 раз в неделю	Родители	
1. Посещение мастер-классов тренера по лыжным гонкам 2. Проведение открытых мероприятий 3. Посещение соревнований по лыжным гонкам	В течении года	Воспитатели, родители,	
Участие в соревнованиях различного уровня.	Раз в квартал	Воспитатель	

8. Использование ресурсов других учреждений (привлечение специалистов центров и учреждений дополнительного образования)

9. Оценка промежуточных результатов:

Наименование мероприятий	Сроки	Оценка	Постановка дальнейших целей и задач
Занятия по программе «Лыжный патруль»	2022 -2023		

10. Срок реализации индивидуального маршрута

2022 – 2023 уч.год

11. Подпись родителей _____

12. Планирование индивидуальной работы.

Месяц	Используемые приемы:	Цель:	Применение детских навыков:	Взаимодействие с родителями
Сентябрь	<p>1. Беседа «Краткая справка о лыжных гонках»</p> <p>2. Беседа «Правила безопасности на занятиях»</p> <p>3. Практические занятия на развитие силы мышц рук и ног, растяжка</p>	<p>1. Рассказать об истории создания лыж и развитии лыжного спорта; расширять кругозор, прививать интерес к лыжам и лыжному спорту.</p> <p>2. Познакомить с инвентарем, рассказать правила пользования им, технику безопасности при использовании.</p> <p>3. Повышение эластичности гладкой мускулатуры. Укрепление связок, сухожилий и суставов. Увеличение амплитуды движений.</p>	<p>Викторина «Зимние виды спорта»</p>	<p>Посмотреть совместно документальный фильм про историю лыжных гонок</p>
Октябрь	<p>1. Упражнения на выносливость</p> <p>2. Упражнения на координацию</p> <p>3. Скандинавская ходьба</p>	<p>1. Развивать общую выносливость, для дальнейшего достижения спортивных целей и выступления на соревнованиях</p> <p>2. Развитие координации в выполнении упражнений, равновесия, вестибулярного аппарата</p> <p>3. Развивать двигательные качества: быстроту, гибкость, силу, выносливость, скоростно-силовые и координационные</p>	<p>Сдача нормативов по гибкости, челночный бег</p>	<p>Предложить родителям закрепить дома упражнения на равновесие, совместно всей семье пройти маршрут скандинавской ходьбой с лыжными палочками</p>
Ноябрь	<p>1. Повороты на лыжах</p>	<p>1. Обучение детей элементам техники передвижения на лыжах, совершенствование ее, развитие ловкости,</p>	<p>Праздник эстафета «Пройди полосу препятствий»</p>	<p>Самостоятельно с родителями повторить упражнения с поворотами на</p>

	2. Ходьба на лыжах (ступаящий шаг, скользящий шаг)	<p>решительности, смелости</p> <p>2. Ознакомление с ходьбой на лыжах двумя способами, развивать и усовершенствовать навыки ходьбы на лыжах</p>		<p>лыжах</p> <p>Посетить совместно с родителями «Долину ручьев» для закрепления скользящего шага по лыжне</p>
Декабрь	<p>1. Скользящий шаг с палками</p> <p>2. Работа в спортивном зале над ОФП</p>	<p>1. Продолжать закреплять навык использования скользящего шага с использованием лыжных палок</p> <p>2. ОФП помогает детям развить координацию движений, баланс, гибкость, силу и выносливость. Эти навыки очень важны для успешного участия в разных видах спорта.</p>	Флэш-моб на лыжах «Лыжный патруль»	<p>Посетить совместно с родителями «Долину ручьев» для закрепления скользящего шага по лыжне Дома работа над ОФП</p>
Январь	<p>1. Практическое занятие на лыжах</p> <p>2. Работа в спортивном зале над</p>	1. Упражнять в ходьбе на лыжах скользящим шагом, согласовывать движения рук и ног при ходьбе на лыжах без палок и с палками	Соревнования между детьми ДОУ I этап «Лучший лыжник»	Посетить совместно с родителями «Долину ручьев» для закрепления скользящего шага по лыжне

	ОФП	2. ОФП помогает детям развить координацию движений, баланс, гибкость, силу и выносливость. Эти навыки очень важны для успешного участия в разных видах спорта.		Дома работа над ОФП
Февраль	1. Практическое занятие на лыжах 2. Занятие-соревнование	1. Упражнять и закреплять навык в ходьбе на лыжах скользящим шагом, согласовывать движения рук и ног при ходьбе на лыжах без палок и с палками 2. Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы. формирование таких физических качеств, как выносливость, сила, быстрота. Совершенствование ранее полученных навыков в способах передвижения на лыжах путем устранения излишних движений и многократных повторений ранее изученного, доведение этих навыков до автоматизма.	Праздник «День лыжника»	Совместное посещение соревнований по лыжным гонкам в «Долине ручьев» или соревнований по биатлону в биатлонном центре
Март	1. Спуск и подъем на пологом склоне	1. Учить спуску со склона в низкой стойке и подъему на него «лесенкой»; - закреплять навыки широкого скользящего шага; - развивать умение	Соревнования между детьми победителей I этапа «Лучший лыжник» д/с «Страна чудес»	Посетить совместно с родителями «Долину ручьев» закрепить приобретенный навык спуска и подъема на склоне

	2. Работа в спортивном зале над ОФП	<p>передвигаться в определенном направлении, не мешая друг другу</p> <p>2. ОФП помогает детям развить координацию движений, баланс, гибкость, силу и выносливость. Эти навыки очень важны для успешного участия в разных видах спорта.</p>		Продолжать дома работу над ОФП
Апрель	<p>1. Спринтерские дистанции</p> <p>2. Спринтерские дистанции занятие-соревнование</p>	<p>1. Формирование умений применять полученные навыки и использовать их для достижения поставленных задач. Развитие скорости, быстроты выполнения этих задач</p> <p>2. Закрепить быстроту, скорость выполнения передвижения на лыжах из точки А в точку Б, на время, посредством соревновательного занятия между ребятами ДОУ</p>	Участие в городских соревнованиях по лыжным гонкам	Посетить «Долину ручьев» для закрепления и усовершенствования навыков быстроты, скорости выполнения перемещения на лыжах от точки А в точку Б на время Посетить мероприятие «Лыжня России»
Май	<p>1. Закрепление полученных двигательных навыков на лыжах в практическом занятии в зале</p> <p>2. Работа над ОФП</p>	<p>1. Закрепление навыков ходьбы на лыжах в спортивном зале, с различными перемещениями и препятствиями, повороты, упражнение на равновесие.</p> <p>2. ОФП помогает детям развить координацию движений, баланс, гибкость, силу и выносливость. Эти навыки очень важны для успешного участия в разных видах спорта.</p>		Продолжать дома работу над ОФП

--	--	--	--	--

13. Ожидаемые результаты:

1. Переносить лыжи в руке, носками вверх;
2. Выполнять повороты на месте переступанием вправо и влево;
3. Ходить на лыжах переменным скользящим шагом (поочередно скользя на правой и левой ноге);
4. Подниматься на горку ступающим шагом, «лесенкой», спускаться с нее в основной и низкой стойке, тормозить «плугом»;
5. Проходить на лыжах в медленном и быстром темпе дистанцию от 1 до 2 км.