

*Игровое пособие
«Дорожка – классики - островки»
(Развитие координационных способностей
детей 4-5 лет)*



«Движение — это жизнь, а жизнь — это движение!»

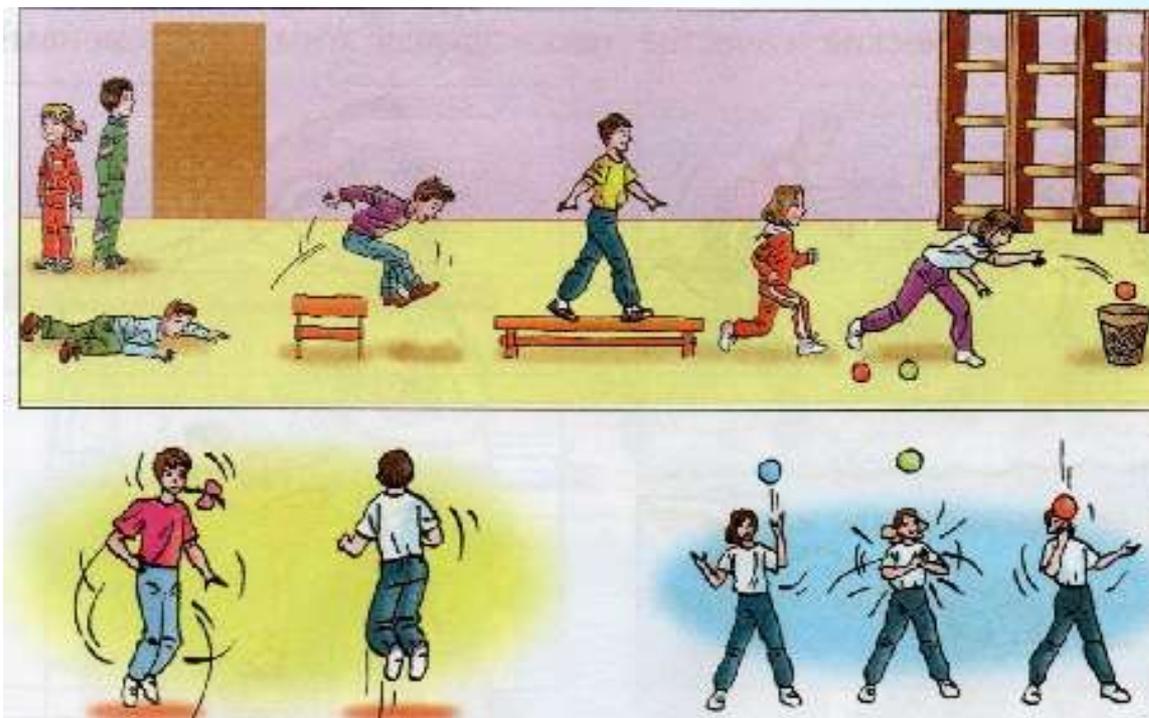
Аристотель

*Движение - жизнь! Для детей - особенно.
В том, что физическая активность влияет на здоровье, нет никаких сомнений. Еще древнегреческий философ Аристотель сказал:
«Движение — это жизнь, а жизнь — это движение!»*



Развитие координации движения у детей имеет огромное значение, так как согласованная работа мышц тела является условием его нормального роста и развития.

Координация напрямую связана с движением и включает в себя способность к ориентированию в пространстве, сохранению равновесия и чувству ритма



Игровое пособие «Дорожка – классики - островки»

Дети 4-5 лет становятся более сильными и ловкими в физическом плане

Развитие координации у детей в этом возрасте направлены на совершенствование прежних навыков, но дети с удовольствием осваивают и новые навыки.

Поэтому мы включили в занятия с детьми игры с применением игрового пособия «Дорожка – классики - островки»



Игровое пособие «Дорожка – классики - островки», предназначено для игр в помещении.

Это мягкий коврик и прыгать на коврике не только интересно, но и полезно для развития координации движений и укрепления разных групп мышц. В меру мягкий коврик помогает детям лучше ощутить своё тело в пространстве и развивать ловкость.

На этом коврике дети играют в «Классики», и тренируют поворотные прыжки в обе стороны – на обратной стороне нанесен второй рисунок с изображением расположения и направления стоп (островки).

Коврик дарит детям не только радость, но и тренирует ловкость.

Коврик для прыжков - это отличная аэробная нагрузка на организм

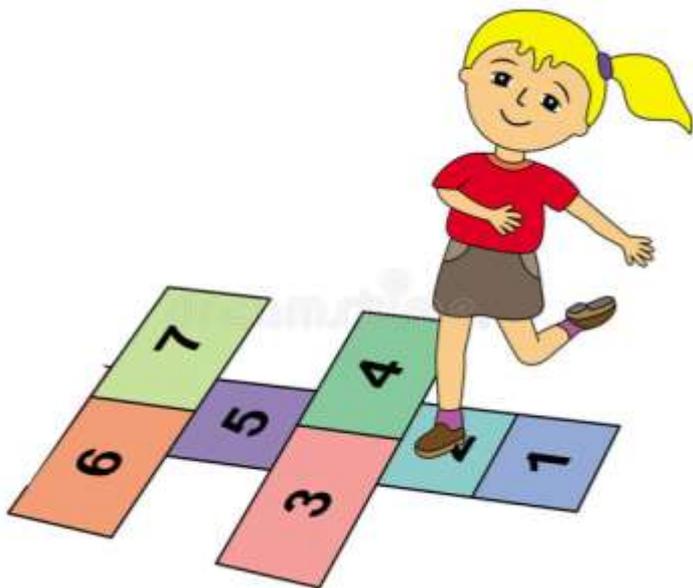


Прыжки улучшают кровообращение, повышают выносливость, тренируют дыхательную систему, укрепляют иммунитет человека.

Данный тренажер тренирует вестибулярный аппарат ребёнка. В момент прыжка малыш рефлекторно пытается принять положение, которое позволит удержать равновесие и удачно приземлиться. А значит, такие занятия тренируют его, развивают, делают более совершенным и улучшают координацию движений.

Так как это напольная игра, она мобильна и дети самостоятельно могут выбирать место на полу для организации выбранной ими игры.

Напольные игры - это малобюджетный, но высокоэффективный инструмент работы с детьми дошкольного возраста



Данный вид игр вариативные, трансформируемые, доступные, безопасные, отвечают всем требованиям развивающей предметно-пространственной среды.

Для изготовления пособия были использованы следующие материалы: коврик для фитнеса, распечатанные на цветном принтере островки-следы, двусторонний скотч, самоклеющаяся разноцветная пленка для цифр



Игра «Островки»

Цель игры:

Закрепить умение в прыжках из «островка» (следов) на «островок» сочетать направление, силу толчка и правильное приземление.

Описание:

Играть можно как индивидуально, так и всей группой по очереди.

На коврике островки – следы 25см, по которым нужно допрыгать до конца дорожки.

Играющие выстраиваются в колонну, первый ребенок подходит к «островку» и начинает прыгать на двух ногах из одного в другой, продвигаясь вперед и меняя направление. Как только первый игрок прыгнет из последнего островка, прыжки начинает второй игрок колонны и т.д. Перебравшись таким образом на другой конец коврика, игрок шагом возвращается обратно



С каждым подпрыгиванием они делают поворот в одну сторону (влево или вправо, кругом) так, чтобы через несколько подпрыгиваний снова стать в исходное положение.

У детей среднего дошкольного возраста еще нет понимания взаимозависимости двигательных действий, не сформирована стопа. Поэтому важно учить детей сочетать отталкивание с резким взмахом рук, учить поддерживать равновесие при приземлении, вынося руки вперед.

Обращать внимание на глубину приседа – он не должен быть глубоким.

Обращать внимание на сильный толчок и резкий взмах руками



Игра «Классики»

Классики — традиционная игра, в которую дети всех народов играют на протяжении многих веков.

Очень жаль, что классики — игра с многолетней историей — исчезли с наших дворов, дав дорогу современным гаджетам. Но, как говорится, все в наших руках! И мы решили вернуть чудесное развлечение, предложив детям игровое пособие, установив правила игры для детей среднего возраста.

Правила игры в «классики» на коврике просты. Каждый участник берет битку (главный атрибут «классиков»). Водящий определяется по считалке. Он бросает битку и скачет



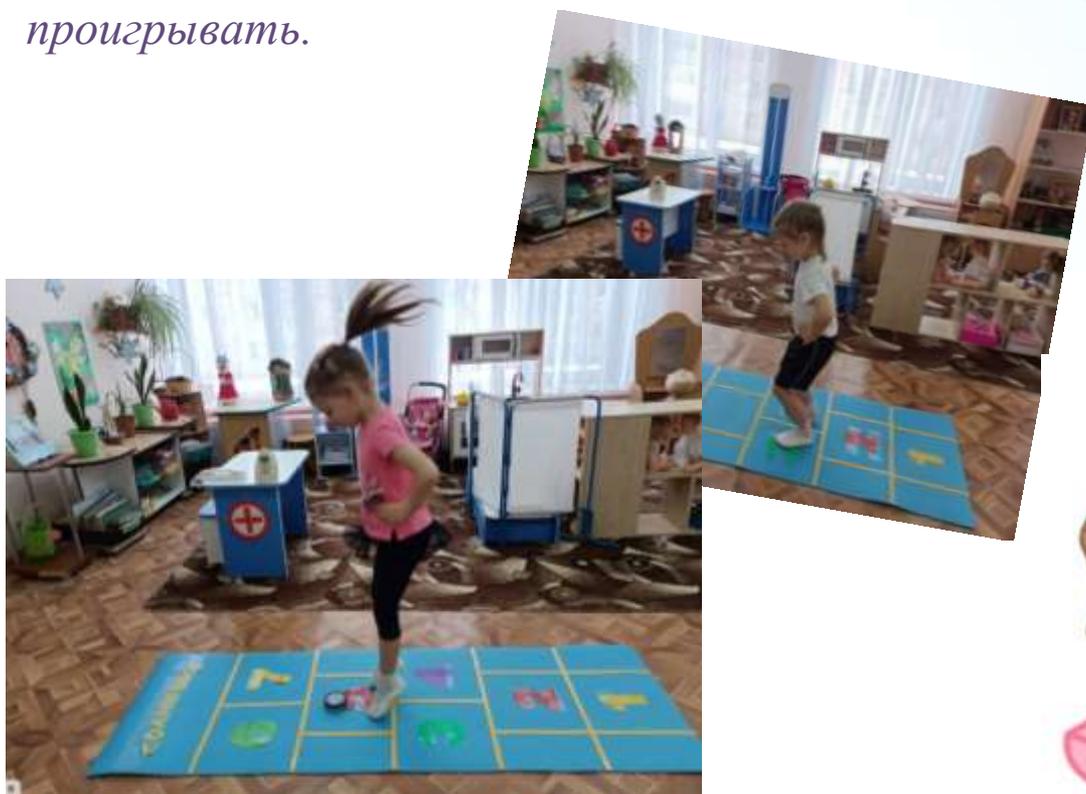
Правила игры:

- *Бросаем битку на цифру «1».*
- *На одной ноге впрыгиваем в клетку 1, на одной ноге в клетку 2, затем двумя ногами в клетки 3,4 и так далее.*
- *В клетки 6, 7 (клетки сократили, т.к. средний возраст) впрыгиваем на двух ногах и переворачиваемся.*
- *В клетку «Солнышко» попасть биткой и впрыгивать нельзя.*
- *Перевернувшись, игрок прыгает в обратном направлении и забирает свою битку.*
- *Если игрок не совершил ошибки (не наступил на черту, не попал в «солнышко», попал биткой в нужную клетку), то он кидает битку снова — уже на цифру «2» (переходит во второй класс). И так далее.*
- *В случае ошибки ход переходит к следующему игроку.*
- *Первый игрок вновь начинает игру с того класса, на котором ошибся.*



Важно проследить за правильным положением ног во время прыжка: они слегка согнуты и касаются пола (коврика) сначала носками ступней, что смягчает силу сотрясения от прыжка.

Прыжок на всю ступню на прямых ногах (а это часто бывает) – вреден. «Классики» - не просто занимательная игра. Это еще и превосходный способ развития глазомера и чувства равновесия. А еще, как и любая другая игра с правилами, естественно и непринужденно учит ребенка управлять своим поведением в соответствии с правилами. И здесь у ребенка нет протеста, т.к. правила диктуются не взрослым, а самой игрой. Дети учатся управлять своим поведением в соответствии с правилами, умением не только побеждать, но и проигрывать.



Прыжки оказывают положительное воздействие на весь организм ребёнка.

Прыжок, как один из видов основных движений имеют большое значение для развития у детей прыгучести, подвижности, ловкости, смелости. Развитие равновесия, координации движений, соответствует требованиям ФГОС, одной из задач ФГОС является:

«Формирование общей культуры личности, в этом числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств. Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений направленных на развитие таких качеств, как координация и гибкость....»



Спасибо за внимание!

Всем творческих успехов!

