



«Игры с нетрадиционным спортивным оборудованием»

(мастер – класс)

Что такое мастер-класс? – это особая форма демонстрации педагогом своего профессионального мастерства - Я УМЕЮ И ВАС НАУЧУ.

Одной из приоритетных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучение и привитие навыков здорового образа жизни. Важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно - пространственная среда, прежде всего это двигательная предметно - развивающая среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной.

Для детей дошкольного возраста игры имеют исключительное значение; игра для них учеба, игра для них - труд, игра для них серьезная форма воспитания. Подвижная игра оказывает всестороннее влияние на физическое развитие и оздоровление организма ребенка.

Для физического развития и личного самосовершенствования и заинтересованности дошкольников необходимы новые интересные игры со специальным спортивным оборудованием, но оно, как правило, стоит дорого и не каждому доступно. Поэтому возникает необходимость использовать для спортивно — оздоровительных занятий оборудование, изготовленное самостоятельно из подручных средств. Материалами для его изготовления служат старые резиновые мячи различных размеров, пластиковые бутылки, разноцветные пробки и прочие материалы. Изготовление подобного оборудования вполне под силу каждому. Организация подвижной игры с использованием нетрадиционного спортивного оборудования выполненного из бросового материала дает огромное преимущество в эмоциональной насыщенности, придает особую привлекательность, мобилизует силы ребенка доставляющей радость и удовлетворение. Игры с нетрадиционным оборудованием воздействуют на организм ребенка, активизируют взаимосвязанные функции органов и систем в том числе и нервной системы, что в свою очередь повышает функциональный уровень всей психической деятельности ребенка.

Задачи: формировать интерес к нетрадиционному оборудованию, приобщать педагогов и родителей к его изготовлению; развивать творчество, фантазию при использовании нетрадиционного оборудования; мотивировать детей на двигательную активность, через использование нетрадиционного оборудования в самостоятельных видах деятельности.

Предлагаю Вашему вниманию игры, сделанные своими руками для пополнения предметно – развивающей среды. На первый взгляд это всего лишь поделки, но в работе они незаменимые помощники. Интерес детей к различным новшествам вызывает положительные эмоции и это тонизирует организм в целом. Совместное изготовление оборудования активизирует родителей, настраивает их на сотрудничество с педагогами.

Минимум затрат и времени! А в результате получаются очень яркие привлекающие к себе внимание игры. Они помогают развивать мышцы рук, ног, координацию движений, меткость, ловкость, внимание.

Игры с нетрадиционным спортивным оборудованием должны быть: безопасными, максимально эффективными, удобными в применении, компактными, универсальными, технологичными и простыми в применении, эстетичными.

Игра "Поймай мячик" – плотная ткань с вырезанными отверстиями. Развивает глазомер, внимание, быстроту реакции, ловкость рук, координацию движений. Можно использовать для бросания и попадания в цель.

Игра тарелка-липучка - 2 пластиковые тарелки с «липкой» основой, которые игроки надевают на руки, и бросают друг другу теннисный мячик (диаметр - 6 см).

Бильбоке - игрушка; представляет собой шарик, прикрепленный к палочке. В процессе игры шарик подбрасывается и ловится в чашечку. Побеждает тот, кто сможет поймать шарик наибольшее количество раз подряд.

Игра «Липкий мячик» - 2 перчатки, которые игроки надевают на руки, и бросают друг другу теннисный мячик с «липкой» основой (диаметр - 6 см).

Игра «Проворные мотальщики» - развивает ловкость и координацию движений. Игра для соревнований, дней рождения, праздников.

Игра «Сказочный боулинг» - сегодня набирает все большую популярность. Цель игры детского боулинга: кинуть мяч таким образом, чтобы он сбил стоящие на определенном расстоянии кегли. Игра развивает меткость, ловкость, тренирует мышцы, дарит радость и веселье. Задача - сбить максимальное количество кеглей. За сбитые кегли начисляются очки, кто набрал больше очков, тот и становится победителем. Играть в боулинг для детей можно командами.

Игра Фруктовый Твистер. - динамичная игра. В этом развлечении игроки смогут проверить свою ловкость и гибкость. Надо дотянуться от одной части “карты” до другой, не упав и не повалив тем самым других участников.

«А у меня для вас сюрприз!». Думаю, что каждый из нас, услышав эту фразу, испытывает массу положительных эмоций. Я, как и многие из Вас, люблю делать сюрпризы и подарки.

И таким подарком для детей нашего детского сада стало новое, яркое пособие «Игровой парашют», которое помогло внести в организацию игр с детьми спектр новых ощущений. Игровой парашют – это яркая ткань, состоящая из нескольких цветных секторов, у которой по кругу расположены ручки. Диаметр парашюта 3 метра. Парашютом можно играть в спортивном зале или в группе, но парашют больше подходит для игр на свежем воздухе. Игры в парашют – не соревновательные: они учат согласованности действий и умению чувствовать движения других игроков. Для детей очень важно ощутить, что именно в движениях они могут ощутить себя частью команды. В играх с парашютом это могут почувствовать даже самые маленькие игроки!

Парашют – яркая и запоминающаяся фигура, которая отлично подходит для праздников и для знакомства, для объединения детей в команду. Ребёнку любого возраста важно научиться согласовывать свои действия с командами ведущего и действиями других игроков. В играх с парашютом это достигается само собой, без особых усилий. Парашют даёт ребёнку богатый спектр новых ощущений: это и яркий зрительный образ, и сильный ветер, и звон натянутого парашюта, и ощущение мягкой ткани, обнимающей ребёнка, сидящего под парашютом.

Парашют настолько привлекателен сам по себе, что обычно детей не приходится долго уговаривать – они сами мчатся к нему со всех ног. Даже очень стеснительные дети, которые с трудом приобщаются к общим играм, любят играть с парашютом. Для тихих и застенчивых детей парашют даёт массу возможностей для постепенного присоединения к компании детей. Ведь в этих играх никто не требует сразу давать руку другим детям, как в хороводе, или сразу входить в круг. Каждый ребёнок может выбрать свою скорость и свою степень активности. Парашют очень полезен как тихим и медлительным детям, так и активным, в том числе и гипер-активным детям, поскольку игры с парашютом дают возможность «растормозить» тихих детей и утихомирить особо шустрых.

Парашют даёт массу возможностей для игр с правилами, игр с границами. Кроме того, игры с парашютом развивают фантазию, умение подражать и показывать пантомимой какие – то характерные движения. Вы можете вообразить, что парашют – это домик, или море, или шляпка гриба... Дети под парашютом, то изображают воробушков, то укладываются спать, то стучатся в теремок. Как и в других подвижных играх, дети учатся соблюдать правила игры, дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом.

В какие игры можно играть с парашютом?

«Затейники»

Цели: развитие слухового и зрительного внимания; активизация двигательных навыков; формирования удерживать красивую статичную позу.

Описание игры. Выбирается «затейник».

Дети идут по кругу, держат парашют (сначала правой, потом левой рукой) и произносят слова:

Ровным кругом друг за другом

Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте, дружно вместе

Сделаем вот так!

По окончании слов дети останавливаются, копируют движение, показанное «затейником», и стараются его «удержать».

«Весёлый мяч»

Цели: развивать ловкость; воспитывать эмоциональную отзывчивость.

Описание игры. Ребята стоят в кругу и держат в руках парашют, на котором лежит резиновый мяч, и, перекачивая мяч от одного к другому в произвольном направлении, произносят:

Ты катись, весёлый мячик,

Парашют не даст упасть,

У кого весёлый мячик,

Нам желание отдаст!

Тот, на ком заканчивается стихотворение, выполняет задание, которое выберут играющие.

«Непослушный мячик»

Цель: Развивать зрительную координацию и умение реагировать в соответствии с ситуацией.

Описание игры Дети стоят по кругу, держась за ручку или за ткань парашюта. Медленно то, поднимая, то опуская парашют, катают мячик, не давая ему упасть на пол.

«Пустое место»

Цель: развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.

Описание игры. Дети, держась правой рукой за парашют, двигаются по часовой стрелке, а ведущий идёт в противоположную сторону со словами:

Вокруг домика хожу

И в окошечко гляжу,

К одному я подойду

И тихонько постучу

Тук-тук-тук...

Все дети останавливаются. Воспитанник, возле которого остановился ведущий, спрашивает: «Кто пришёл?» Ведущий называет имя ребёнка и продолжает:

Ты стоишь ко мне спиной,

Побежим-ка мы с тобой.

Кто из нас молодой,

Прибежит быстрее домой?

Ведущий и ребёнок бегут в противоположные стороны. Выигрывает тот, кто первым займёт пустое место у парашюта.

«Волшебный парашют»

Цель: развивать внимание и память, умение быстро реагировать на словесный сигнал.

Описание игры. Дети стоят по кругу, держась за парашют. По сигналу все играющие закрывают глаза. Инструктор, проходя по кругу, незаметно выбирает одного игрока. По сигналу дети не открывая глаз, делают большую волну парашютом и прижимают его к полу. Игрок, которого выбрал инструктор, старается незаметно спрятаться под парашют. Дети открывают глаза и стараются угадать, кто прячется под парашютом.

«Тюлень»

Цель: Развивать быстроту реакции, ловкость.

Описание игры Дети садятся на пол, вытягивая ноги и пряча их под «парашют». Под «парашютом» ползает ребенок – «тюлень», пытаясь задеть ноги детей. Они не дают ему этого сделать, поджимая ноги

«Перемена мест»

Цель: развивать ориентировку в пространстве и координационные способности, развивать способность реагировать на заданное задание без ошибок; развивать скоростно - силовые способности детей.

Описание игры Дети стоят по кругу, лицом к парашюту, руки хватом за цветовой сектор.

Дети произносят слова:

Скучно, скучно нам стоять

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться.

Воспитатель продолжает и называет любой цветовой сектор – «Красный, беги!» Дети стоящие под этим цветом пробегают под парашютом и меняются местами с другими детьми.

«Карусель» под музыку.

Цель: формировать умение ориентироваться в пространстве, двигаться в разном темпе; развивать эмоциональную сферу и чувство сопричастности общему делу.

Описание игры. Каждый участник берется одной рукой за середину цветного сектора. И вместе с психологом двигаются по кругу под музыку: Направление движения меняется.

После нескольких повторов (3-4) в конце произносятся слова «Вот и кончилась игра», и игра заканчивается

«Художник»

Цель: Развивать скоростные и координационные способности, умение ориентироваться в пространстве. Развивать способность быстро и четко реагировать на сигнал.

Описание игры. Выбирается водящий – художник, остальные игроки становятся по кругу, выбирая цветной сектор парашюта. Играющие, держась за парашют ходят по кругу и произносят слова:

Краски и карандаши,

До чего же хороши!

Жёлтый, красный, голубой,

Выбирай себе любой!

После этих слов играющие останавливаются, а водящий – художник называет любой цвет. Под музыку игроки, стоящие под названным цветом, вместе с водящим начинают бегать вокруг парашюта. Как только музыка выключается дети стараются занять свободные места. Кто остался без места – становится водящим - художником.

«Будь внимателен»

Цель: развивать двигательную активность, мышление, быстроту реакции на словесный сигнал.

Описание игры. Дети стоят по кругу, держась за парашют. Инструктор показывает красный цвет – дети опускают парашют вниз. Инструктор показывает синий цвет – поднимают парашют вверх. Жёлтый цвет- присесть; зеленый цвет – ходьба приставным шагом по кругу, и т.д. Задания можно изменять, усложнять и дополнять новыми двигательными действиями.

«Летающие пёрышки»

Цель: Развивать зрительный глазомер и зрительную фокусировку.

Описание игры. Дети стоят по кругу, держась за ручки или ткань парашюта. На парашюте лежат пёрышки. Плавно поднимать и опускать парашют, не давая перышкам вылететь из парашюта.

Игра «Воробьи»

Цель: Развивать скоростные и координационные способности, умение ориентироваться в пространстве. Развивать способность быстро и четко реагировать на сигнал.

Описание игры. Выбирается водящий. Остальные игроки воробушки, держась за края парашюта, ходят по кругу и произносят слова:

Шустрые воробушки по веткам скакали.

Шустрые воробушки высоко летали.

Один воробей в поле потерялся,

Без гнезда – остался!

Возле кого остановился водящий, тот – «бездомный воробей». Игроки бегут в разные стороны стараясь занять пустое гнездо первым.

Игра «Радуга»

Цель: закрепить знания цвета, умение реагировать на сигнал; развивать внимание, воображение, скорость.

Описание игры. Участники держат парашют двумя руками, встав вокруг парашюта таким образом, что каждому достается сектор определенного цвета. Поднимая и опуская парашют, произносят слова:

Раз, два, три,

Радуга взлети!

Инструктор выбирает два не расположенных рядом цвета и называет их. Участники, резко вскинув руки, поднимают парашют вверх, образуя купол, а стоявшие у сектора названного цвета, быстро пробегают под ним. Так инструктор называет все цвета. Главное – внимательно слушать и быстро реагировать!

Игра «Салют»

Цель: развивать быстроту реакции, активизация двигательных навыков, воспитывать умение действовать в коллективе согласованно.

Описание игры. Набрать как можно больше шариков из сухого бассейна и положить их на парашют. Затем берут двумя руками за края парашюта и медленно поднимают его, говоря слова «раз, два, три!». После слова «три!» бросают шарики вверх. Затем бегут и собирают шарики, снова кладут их на парашют, и игра снова повторяется.

Игра «Орбита»

Цель: на командную сплочённость (инвентарь - большой мяч)

Описание игры. В начале игры положите на парашют большой резиновый мяч. Мяч – это «планета», парашют – «солнечная система», а центр парашюта – «Солнце». Спросите у участников, смогут ли они сделать так, чтобы планета двигалась по орбите у края солнечной системы и при этом не вылетела за ее пределы (упала с парашюта)

«Солнышко и дождик»

Цель: Развивать скоростные способности и реакцию на заданный сигнал; координацию и ориентировку в замкнутом пространстве.

Описание игры. Дети становятся лицом к парашюту, хватом за ручку или за ткань парашюта. Воспитатель произносит «солнышко», все дети под музыку передвигаются приставным шагом в правую, (левую) сторону. Воспитатель произносит, «дождик», все дети прячутся под парашютом.

Правила игры: Игра повторяется несколько раз. Залезая под парашют, нельзя отпускать ручки или ткань парашюта.

«Кто быстрее»

Описание игры. Положите парашют на пол, разделитесь на две группы. Одна группа скатывает парашют с одной стороны к центру, другая – с другой. Кто быстрее свернёт свою часть.

«Мышеловка»

Цель: Развивать у детей скоростные и скоростно-силовые способности.

Описание игры. Группа детей делится на две команды. Первая команда («Мышеловка») встаёт вокруг парашюта, держась рукой за петельку, поднимая парашют вверх. Звучит музыкальное сопровождение. Вторая команда («Мыши») пробегает под поднятым парашютом. По сигналу (выключив музыкальное сопровождение) первая команда детей приседает, накрывая игроков-«мышей»

Правила игры: Игроки, оказавшиеся в «мышеловке» под парашютом, выбывают из игры. После этого игра продолжается с включением музыкального сопровождения.

после, игроки меняются ролями. Игру можно усложнить, меняя виды передвижения игроков под парашютом: в полу-приседе; в глубоком приседе; на четвереньках; парами (держась за руки) и т.д.

«Цветные птички»

Цель: Развивать координационные способности и способность ориентироваться в пространстве.

Описание игры. Выбирается один водящий. Остальные игроки «цветные птички» становятся по кругу, выбирая цветной сектор парашюта. Игроки, держась за петельки парашюта, ходят по кругу, произнося слова:

Мы цветные птички,

Любим мы скакать,

Высоко летать,

Раз, два, три!

После этих слов ребята останавливаются, а водящий называет цветовой сектор - «синяя - лети». Все игроки, которые стоят под названным сектором, начинают вместе с водящим летать вокруг парашюта под музыку.

По сигналу (выключение музыки или свисток) игроки стараются как можно быстрее занять свободное место определённого цветового сектора. Если водящий быстрее займёт свободное место, он становится игроком, а выбывший игрок становится водящим.

Правила игры: Игроков должно быть 1 больше, чем цветовых секторов. Если играющих очень мало, можно исключить один или два сектора.

«Грибок»

Описание игры. Все держатся за ручки парашюта, и плавно поднимают его три раза, и на третий раз все, не отпуская ручки, заходят внутрь парашюта, и он плавно опускается сверху на всех. Скок - скок - скок, Спрячемся все под грибок!

«Утка-Гусь»

Описание игры. В этой игре парашют выступает в роли ровного круга, вокруг которого все игроки сидят на корточках. Водящий ходит по часовой стрелке, и гладит того, кто рядом с ним, по голове, приговаривая: «Утка! Утка! Утка! Гусь!» Как только он выбрал гуся, он должен убежать от выбранного игрока вокруг парашюта. Гусь должен вскочить и побежать вслед за водящим, и попробовать успеть его осалить до того, как водящий добежит и сядет на место Гуся. Если гусь догнал водящего, тот водит ещё раз. Если водящий успел добежать и занять место гуся, то тот становится новым водящим, и теперь он выбирает себе гуся.

«Охота»

Описание игры. Положите под парашют мешочки для метания, скакалки, мячи и т.п. Рассчитайте участников по номерам. В начале игры все участники берутся за парашют обеими руками захватом сверху и высоко поднимают его. Затем ведущий называет номер участника и какой-либо предмет. Участник с этим номером устремляется под парашют, хватая нужный предмет и возвращается обратно до того, как из-под парашюта выйдет воздух.

«Футбол»

Описание игры. Дополнительный инвентарь — Большой мяч. Положите в центр парашюта резиновый мяч. Поднимая и опуская парашют, вы можете подбрасывать и ловить мяч. Когда игроки освоят задание, попробуйте добавить второй мяч.

«Летает - не летает»

Описание игры. Все игроки держатся за край парашюта и идут по кругу. Инструктор называет летающие предметы, такие как, самолет, птица, бабочка, жук и т. д., играющие поднимают руки вверх, раздувая парашют над головой. В других случаях поднимать руки не следует.

«Кто под парашютом?»

Описание игры. Дети идут по кругу, произнося слова, ведущий в центре, под парашютом, узнает того, кто позвал.

«... ты сейчас в лесу, мы зовем тебя – АУ!

... не зевай, кто позвал тебя узнай!»

«Дракон кусает свой хвост»

Цель: развивать быстроту реакции, ловкость.

Описание игры. Парашют сворачивают в жгут. Дети встают друг за другом. Первый ребёнок – «голова», последний – «хвост». Дети держатся за парашют-жгут правой рукой, первый ребёнок пытается дотронуться до последнего, а последний старается увернуться.

«Доброе животное»

Цель: сплочение детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и развивать умение сопереживать.

Описание игры. Педагог-психолог тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох делаем шаг вперёд, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперёд, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперёд. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же чётко и ровно бьётся

его большое доброе сердце. Стук – шаг вперёд, стук – шаг назад и т. д. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе».

«Левая, правая!» Возраст: 4-6 лет.

Цель: Развитие произвольности психических процессов, пространственных представлений.

Описание игры.левой рукой поднимаем парашют, правой опускаем.

«Качели»

Описание игры.Выполняется в положении «сидя». Воспитанники тянут парашют вперед-назад спокойными неторопливыми движениями, подобными раскачиванию на качелях.

«Красный вход, синий выход»

Цель: Развитие ориентировки в пространстве, двигательных умений.

Описание игры.Парашют отлично подходит для активных подвижных игр с простыми правилами. Например, можно объявить, что дети могут заходить только через красный сектор, и выходить напротив, через синий, а обратно бежать снаружи от парашюта, чтобы не было столкновений внутри. Взрослые поднимают и опускают парашют, а дети вбегают со стороны красного входа, и выбегают там, где синий выход, если их не коснулся парашют. Если же парашют уже опустился, то дети останавливаются и ждут нового дня.

«Сугроб»

Цель: Совершенствование умения бегать, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу.

Описание игры.В этой игре все дети должны при слове «сугроб» спрятаться внутри под парашютом. Взрослые поднимают и опускают парашют, немного раскачивая его, а дети бегают вокруг, или забегают внутрь, потом снова выбегают. На слове «сугроб» парашют опускают.

Дует-дует ветер в лоб,

И надул большой сугроб.

«Перебежки»

Цель: Совершенствование умения быстро реагировать на сигнал, увёртливость, быстроту.

Описание игры.Дети держат парашют. «1,2,3, - парашют подними, Петя, Оля – беги!» Дети меняются местами, пробегая под парашютом, который опускается. Надо успеть пробежать, чтобы парашют их не задел.

«Волны»

Описание игры.Дружно держась за парашют, игроки поднимают и опускают его быстрыми, резкими движениями, создавая «волны». Следите за тем, чтобы игроки поднимали парашют, а не натягивали его. Чередуйте спокойное море и бурные волны. Используйте это упражнение, чтобы дать воспитанникам почувствовать себя уверенно в игре с парашютом. Замечайте любые проявления безответственного поведения и вовремя пресекайте их.

«Болото»

Описание игры.Игроки садятся на полу в круг, зажав край парашюта под подбородком и вытянув ноги прямо перед собой. Когда все расселись, каждый начинает повторять название своего любимого овоща. Гвалт, производимый игроками, напоминает шум, который стоит ночью на болоте. Одного игрока выбирают «водяным», и он забирается под парашют. Водяной осторожно втягивает за ноги другого игрока, который исчезает под парашютом и сам становится водяным. Игра заканчивается, когда под парашютом оказываются все участники.

«Подбрось мяч»

Описание игры.Дополнительный инвентарь - Большой мяч. Положите в центр парашюта резиновый мяч. Поднимая и опуская парашют, вы можете подбрасывать и ловить мяч. Когда игроки освоят задание, попробуйте добавить второй мяч.

«Акула в море»

Описание игры.Одного воспитанника выбирают «акулой», все остальные игроки создают волны. Акула гоняется в поисках своих жертв под поверхностью воды (парашюта). Если акула хватается кого-нибудь за ногу, жертва отправляется под парашют и тоже становится

акулой. Игроки, раскачивающие парашют, не могут отпускать парашют до тех пор, пока их не поймают, они не могут также прижимать парашют к земле, преграждая путь акулам. Игра заканчивается, когда вокруг стало слишком много акул и осталось слишком мало людей!

«Под колпаком»

Описание игры. Держась за края парашюта, наполните его воздухом. Продолжая держать край парашюта, пройдите под ним к центру, а затем обратно. Можно также собраться всем в центре и отпустить парашют, чтобы он плавно опустился вниз, спрятав под собой всех игроков.

«Пещера»

Описание игры. Ухватитесь за край парашюта обеими руками захватом сверху и поднимите парашют над головой. Сделайте несколько шагов к центру, наполняя парашют воздухом. Освободите одну руку. Другой рукой тяните парашют вниз через голову и за спиной. Сядьте на землю, удерживая край парашюта у земли. Оставайтесь внутри парашюта, пока из-под него не начнет выходить воздух. Через некоторое время поднимите парашют, встаньте и вынырните из-под парашюта наружу.

«Шампиньон»

Описание игры. Возьмитесь за край парашюта обеими руками захватом сверху и наполните парашют воздухом. Притяните край парашюта к земле, удерживая воздух внутри. Так делается «шампиньон».

«Беги-хватай»

Описание игры. Положите под парашют мешочки для метания, скакалки, мячи и т.п. Рассчитайте участников по номерам. В начале игры все участники берутся за парашют обеими руками захватом сверху и высоко поднимают его. Затем ведущий называет номер участника и какой-либо предмет. Участник с этим номером устремляется под парашют, хватая нужный предмет и возвращается обратно до того, как из-под парашюта выйдет воздух.

«Орбита»

Описание игры. Дополнительный инвентарь -Большой мяч В начале игры положите на парашют большой резиновый мяч. Мяч - это «планета», парашют - «солнечная система», а центр парашюта - «Солнце». Спросите у участников, смогут ли они сделать так, чтобы планета двигалась по орбите у края солнечной системы и при этом не вылетела за ее пределы (упала с парашюта).

«Домик»

Описание игры. Взрослые берутся с разных концов за большое полотнище ткани. И говорят. Домик открывается, Пляска начинается! (взрослые поднимают ткань, дети забегают под нее и свободно танцуют)

Домик закрывается, Дети разбегаются! (ткань опускают, дети выбегают)

"Опускающийся потолок"

Дети под ним бегают туда-сюда, а потом резко опускаем его, кто попался, тот выбывает. Но обычно, они не хотят выбывать, продолжают носиться вместе с другими. Да и пускай бегают. Только много детей лучше им не ловить, т.к. они могут лбами столкнуться и шишки себе набить. И надо им говорить, что сначала все бежим в одну сторону одновременно, а потом разворачиваемся - и бежим обратно.

«Волны» или «Пламя»

Цель: Раскрепощение детей, развитие согласованности движений, внимания, чувства ритма, снятие нервно-психического напряжения.

Описание игры. Эта игра подходит для любого возраста. Она помогает как активизировать группу, так и успокоить. Начинаем с мелких волн/ искорок, потом раскачиваем парашют всё сильнее, устраиваем шторм/огонь. Затем постепенно уменьшаем волны/огонь, приговаривая, что ветер/огонь стал слабее, волны/искорки утихают/ гаснут, и на море штиль. Можно заменить слова музыкой. Громкая или быстрая музыка – сильные волны/огонь. Тихая или медленная музыка – слабые волны/огонь.

«Три шага, прыжок!»

Цель: Развитие произвольности психических процессов, умения слушать инструкции взрослого, развитие координаций движений, ориентировки в пространстве, снятие нервно-психического напряжения, поднятие настроения.

Делаем три шага вправо, прыжок, парашют надувается.

«Волшебный пузырь»

Цель: Эмоциональная разрядка.

Описание игры. Купол парашюта («пузырь») надуть максимально (руки поднимаем вверх), со словом «бах!» (громко кричим) - сдули.

«Ветерок для ... (имя ребенка)»

Цель: Раскрепощение детей, развитие согласованности движений, внимания, чувства ритма, снятие нервно-психического напряжения.

Описание игры. Ведущий называет имя ребенка, который размещается в центре на парашюте, сидя, лежа, как ему нравится. Дети дуют на него, делают волны.

«Космическое путешествие»

Цель: Раскрепощение детей, развитие согласованности движений, внимания, чувства ритма, снятие нервно-психического напряжения.

Описание игры. Ведущий знакомит детей с двумя персонажами, которых необходимо запустить ракете в космос. Парашют опущен, дети ждут команды взрослого. «3-2-1-пуск!» (громко, все вместе произносим команду). Купол поднимаем резко вверх - герой летит в космос! Эта игра вызывает бурный всплеск эмоций у детей.

«Букашки»

Цель: Релаксация, психологический этюд.

Описание игры. Подгруппа детей (мальчики) держат парашют, девочки в это время лежат «ромашкой». Парашют поднимается, дети - «букашечки» хаотично двигают ногами и руками, парашют опускается «букашки» замирают. Затем подгруппы меняются местами.

«Спокойной ночи, малыши»

Цель: Снятие мышечного напряжения.

Описание игры. Взрослые 3-4 человека надувают парашют, дети в это время лежат «ромашкой». Взрослый предлагает детям почувствовать себя перышком, ощутить дуновение ветерка.

«Каравай»

Цель: Сплочение коллектива, поздравление именинника с Днем рождения.

Описание игры. Именинник располагается в центр парашюта, остальные дети приговаривают «Как на Олины именины испекли мы каравай..., Каравай-каравай, кого хочешь выбирай!»

«Кого не хватает?»

Цель: Развитие внимания, памяти.

Описание игры. Все дети стоят в кругу, держатся за парашют (с закрытыми глазами), ведущий прячет одного ребенка под парашют. Задача детей найти того, кто спрятался.

«Перекасти – поле»

Цель: Развитие ловкости, внимания, координации движений, смекалки, взаимодействия.

Описание игры. Ведущий выбирает 3 игроков (они находятся около парашюта). Другие дети максимально надувают купол, задача 3-х игроков пробежать пока опускается парашют. Если купол их коснется, участник выбывает из игры. Ребёнок, победивший в игре, получает приз.

«Танец с парашютом».

Цель: Развитие произвольности, двигательного творчества.

Описание игры. Примерный рисунок танца: взяли за ручку парашюта, 3 подскока вправо, положили парашют, сделали хлопки «Ти-та-та-та», покружились, взяли купол и т.д. Вы можете придумать свой рисунок танца.

«Круг»

Цель: Развитие умения сотрудничать, взаимопонимание и доверие между детьми, сплоченности.

Описание игры. Ведущий: Ребята, возьмитесь за ручки парашюта, натяните ровный круг. Круг – это символ единства, силы, дружбы. Сейчас я предлагаю выполнить вам ряд заданий, которые нужно выполнить одновременно и чтобы целостность круга была не нарушена. Перед выполнением задания у вас есть несколько секунд, чтобы попробовать договориться без слов. Всем присесть, а потом встать. Опустить одну руку и сделать круг по часовой стрелке. Сделать волнообразные движения. Вопросы: От кого и от чего зависел результат при выполнении заданий?

«Радужная страна»

Цель: Соотнесение цвета с психическими характеристиками, создание в группе дружеской атмосферы, взаимопомощи, доверия.

Описание игры. Расстилаем парашют на пол и предлагаем расселить «жильцов» (мелкие игрушки, картинки с изображением сказочных героев разных по характеру, выражающих разные эмоции). Участникам предлагается рассказать, почему расселили игрушки именно так, придумать про них историю. Т.е. работая с цветом, обязательно уточняются его психологические характеристики. Можно использовать парашют как «Коврик настроений». Перед завтраком дети собираются на парашют, рассказывают о своём настроении, выбирает сектор определённого цвета и садится в свой сектор. А вечером перед уходом домой дети также собираются вместе на парашюте и беседуют о прошедшем дне и о переменах в настроении, почему они произошли.

«Волшебный сон»

Описание игры.

Реснички опускаются...

Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем...

Мы спокойно отдыхаем...

Сном волшебным засыпаем...

Дышится легко... ровно...глубоко...

Наши руки отдыхают...

Отдыхают... засыпают...

Отдыхают... засыпают...

Шея не напряжена и расслаблена...

Губы чуть открываются...

Все чудесно расслабляется...

Все чудесно расслабляется...

Дышится легко... ровно... глубоко

(Длинная пауза. Дети выходят из "Волшебного сна")

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали...

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем.

Их повыше поднимаем

Потянуться! улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

«Весёлая полянка»

Цель: Развивать координационные способности и ориентировку в ограниченном пространстве. Развивать чувство товарищества и приобщать к соблюдению техники безопасности, при выполнении коллективных действий.

Описание игры. Участники игры встают вокруг расстеленного на полу парашюта. На слова ведущего: «на жёлтой полянке резвятся обезьянки» игроки представляют себя обезьянками, встают на жёлтый сектор и «резвятся как обезьянки». По условному сигналу, например, хлопку, игроки занимают исходное место. На слова «на красной полянке прыгают зайки» - встают на красный сектор и «прыгают, как зайки». На слова «В зелёном лесу мы встретили лису» - игроки встают на красный сектор и виляют «хвостиком, как лисички». На слова «В голубом болоте сидят бегемоты» - игроки встают на голубой сектор и присаживаются. Игра повторяется 2-3 раза.

«Заблудились мы в лесу»

Цель: Развивать чувство товарищества и приобщать к соблюдению техники безопасности, при выполнении коллективных действий.

Описание игры. Один игрок прячется под парашютом (заблудился в лесу), остальные игроки растягивают парашют и идут по кругу со словами: «Полина(имя ребёнка, спрятавшегося под парашютом, «заблудившегося»), мы сейчас в лесу, мы зовём тебя: «Ау!»». Игрок, на которого укажет ведущий, говорит: «Полина (Марина Ваня и т. д.), ау!» Тот, кто прячется под парашютом, должен назвать имя того, кто его позвал. Если угадал того, кто его позвал, то меняется с ним местами.

«Медуза»

Цель: Развивать скоростные способности и реакцию на заданный сигнал. Развивать координационные способности и ориентировку в ограниченном пространстве. Развивать чувство товарищества и приобщать к соблюдению техники безопасности, при выполнении коллективных действий.

Описание игры. Дети сидят на полу, вытянув ноги под парашютом, «Медуза» прячется под парашютом (в центре). Задача «Медузы», подползти и приклеится к ноге одного из игроков, а задача игроков – успеть вовремя поджать ноги (согнуть в коленях). К кому медуза успеет приклеиться, тот становится «Медузой».

«У пруда»

Описание игры. Растянули парашют и сделали маленький ветерок.

- Ш-ш-ш, тишина у пруда, не колыхнется вода!

- Ветерок поднимается – колыхнется вода. Ветерок сильнее подул, нашу воду всколыхнул, сильный ветер набежал, сильно воду закачал, ещё сильнее! Отлично, молодцы! (Дети выполняют движения по тексту)

«Прятки»

Описание игры. Поднимаем руки вверх, раздувая парашют. По команде воспитателя: «Под парашютом спрячутся только девочки!», девочки подлезают под парашют. Затем под парашют спрячутся только мальчики, затем – все вместе.

Усложнение: под парашютом спрячутся те, чьё имя начинается со звука [А] ([В], [И], [П] и т.д.)

«Ромашки и Розы»

Описание игры. Игра проводится по тому же принципу, что и предыдущая. По команде под парашют спрячутся только «Розы», потом только «Ромашки», потом «Розы» и «Ромашки».

«Числа»

Цель: Развивать чувство товарищества и приобщать к соблюдению техники безопасности, при выполнении коллективных действий.

Описание игры. Игра проводится по тому же принципу, что и предыдущие, только вместо имён у детей числа. Например, Ваня – число 1, Аня- число два и т.д.(от 1 до 6). Можно усложнить, например, под парашютом спрячутся 1 и 3, 2 и 4, 3 и 5 и т.д.

«Повернись через плечо»

Цель: Развивать скоростные способности и реакцию на заданный сигнал

Описание игры. Растянули парашют, подняли его высоко вверх и по команде воспитателя повернулись через правое плечо. Затем, по команде воспитателя, повернулись через левое плечо. Как усложнение, сделали по команде по два оборота через плечо.

«Соберём воздушные шары»

Описание игры. Парашют расстелить на полу. Вокруг него распределить воздушные шары разных цветов. По сигналу воспитателя, дети садятся на пол и делая упор руками за спиной, при помощи ног собирают шары и опускают их на парашют. Когда все шары окажутся на парашюте, встают, аккуратно поднимают парашют. Затем начинают подбрасывать воздушные шары вверх, устраивая салют.

Усложнение игры: каждый ребёнок собирает воздушные шары определённого цвета.

«Поймай только зелёные (красные) шарики (кубики)»

Описание игры. Дети растягивают парашют. В руках воспитателя корзина с шариками разного цвета. Он бросает шарик сначала зелёного цвета, называя цвет. Потом бросает, например, синий шар, а называет его зелёным (путает детей). Дети должны ловить шарики только заданного цвета.

«Клоун»

Описание игры. Один из игроков – «клоун» прячется под парашютом. Остальные игроки берутся за парашют (так, чтобы большие пальцы оказались сверху, а остальные внизу), растягивают его и одновременно поднимают руки вверх. Игрок, находящийся под парашютом, должен успеть встать так, чтобы его голова прошла в отверстие, находящееся в центре парашюта.

«Море волнуется...»

Описание игры. Дети держатся за парашют (большой палец сверху, остальные внизу) и растягивают его. На слова водящего: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три...» - делают движения руками, изображая волны. После слов «Морская фигура замри...» - делают какую-нибудь фигуру, не отпуская парашют. Усложнение: делают фигуру, стоя на одной ноге.

«Парашютисты»

Описание игры. Дети ложатся на пол на живот, берутся за ручки парашюта, ноги широко расставлены. По команде воспитателя дети сначала поднимают руки и раскачивают парашют, затем руки опускают и поднимают ноги вверх. Так повторяют 2 раза, а затем одновременно поднимают руки, и ноги (счёт для старшей группы до 3-х, а для подготовительной до 4-х). Делаем отдых на каждый счёт.

Дети садятся на четвереньки. Затем сворачиваются клубочком, носом уткнувшись в колени и сидят 10 с.

«Медуза и дельфин»

Описание игры. Дети ложатся на живот, обеими руками берутся за ручку парашюта, ноги вытянуты, прижаты друг к другу. По команде воспитателя «Медузы» - дети делают поворот через правое плечо, по команде «Дельфины» - делают поворот через левое плечо. После каждого поворота поправляем парашют.

Усложнение: делают по два поворота.

«Воробушки, домой!»

Описание игры. Взрослые поднимают и опускают парашют, а под ним прыгают на двух ногах дети-воробушки, которые машут крылышками. Когда звучит команда «вылетай поскорей!», все дети выбегают из под парашюта, а потом по команде «воробушки, домой!» все летят обратно.

Среди белых голубей

Скачет серый воробей.

Воробушек-пташка,

Серая рубашка,

Вылетай поскорей!

Выбегай, не робей!

Полетали, покружились

И обратно воротились.

Воробушки, домой!

«Каждый к своему цвету»

Описание игры. Парашют расстелен на середине зала. Дети стоят свободно, в руках у каждого ленточка. По команде воспитателя, дети бегают врассыпную по залу. По команде, - «Каждый к своему цвету». Дети бегут к сектору парашюта соответствующего цвету ленточки. Кто не узнал свой цвет – проигравший.

«Попади туда, куда наметил»

Описание игры. Парашют расстелен на середине зала. Дети стоят в 2-3 м. от парашюта, в руках маленький мяч. По команде воспитателя дети по очереди бросают мячи на парашют, но вначале называют цвет, в который они хотят попасть. Выигрывает тот, кто попадет в названный им цвет.

«Юрта»

Описание игры. Парашют расстелен на середине зала. Дети стоят свободно. Дети ходят врассыпную со словами:

Мы веселые ребята

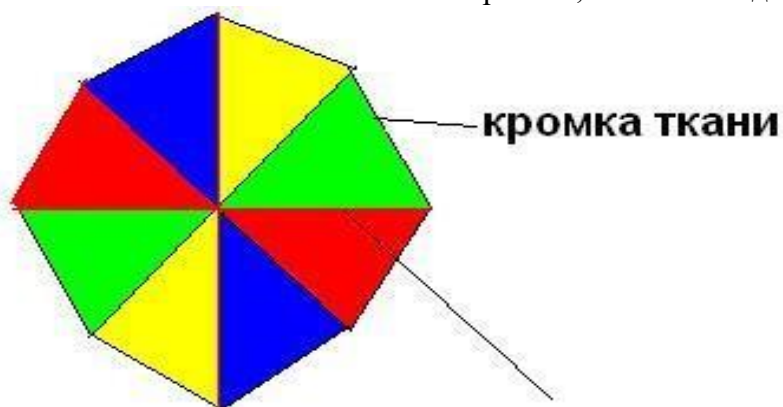
Соберемся все в кружок,

Поиграем и попляшем,

И помчимся на лужок.

По окончании слов дети быстро бегут к парашюту и образуют юрту.

Работа на мастер-классе проходит под девизом: «Знаешь сам – научи другого». Сейчас у нас нет возможности сшить такой парашют, но как его сделать я подробно вам объясню.



ширина ткани

Для того, чтобы сшить парашют нужно 4 отреза яркой ткани. (желтый, красный, синий, зеленый) Подкладочная ткань вполне подошла. Я купила 4 куса подкладочной ткани шириной 1,5 метра (диаметр моего парашюта 3 метра). В готовом виде парашют представляет собой «плоский зонтик» с восемью секторами.

Предлагаю поиграть в парашют и поделиться с коллегами своими впечатлениями о мастер-классе.

Спасибо за внимание!

Методические материалы:

1. Интернет

Комментарии и отзывы: Данное пособие дает возможность эффективно организовать педагогический процесс: позволяет успешно решать задачи дидактического оздоровительного и развивающего характера; способствует формированию двигательных навыков в основных видах движений и развитию физических качеств; предупреждает нарушение опорно-двигательного аппарата; воспитывает положительные, нравственно-волевые черты личности: создавать благоприятные условия для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх, развлечениях, занятиях.

Отчет о реализации:

