

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №17»

ЛУЧШАЯ МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

«Картотека пространств для двигательной активности»

Целоусова Юлия Андреевна,
старший воспитатель;
Тубаева Елена Александровна,
инструктор по физической культуре

г. Ижевск, 2022 г.

Актуальность: Растущий организм ребенка нуждается в движении и удовлетворение этой потребности является важнейшим условием его жизнедеятельности и развития. Предметно-пространственная среда в дошкольном учреждении должна служить основой для двигательной деятельности детей, своеобразной формой их самообразования в области физического развития и здоровья.

Цель: Создание спортивно-игровой среды в ДООУ с учетом потребностей и интересов детей, побуждающую их к двигательной активности и позволяющую осуществлять физкультурно-оздоровительную и профилактическую работу с детьми.

Задачи:

- 1.Повысить уровень профессионального мастерства педагогов в проектировании пространств для двигательной активности.
- 2.Расширить двигательное пространство ДООУ для увеличения двигательной активности дошкольников.
3. Побуждать дошкольников к спортивным играм и занятиям.
- 4.Сформировать положительное отношение у дошкольников к физической культуре и спорту.

Методологические основы: деятельностный подход.

Полученные или планируемые результаты:

1. Повышение уровня профессионального мастерства педагогов в проектировании пространств для двигательной активности.
2. Целесообразное и рациональное использование территории ДООУ для решения задач физического развития дошкольников и укрепления здоровья.
- 3.Укрепление здоровья дошкольников, обогащение и накопление ими двигательного опыта, развитие двигательных навыков.
- 4.Сформировано положительное отношение дошкольников к физической культуре и спорту.

«КРУГОВОЙ ТРЕНАЖЕР»

Круговой тренажер – многофункциональное поле для развития основных видов движений, а также организации хороводных игр.

Основная часть – круг. Круг по диагонали пересекают линии четырех типов (прямая, зигзаг, волна, прямоугольная волна). По окружности круга проходит разметка – крестик и две параллельные черты. По внешней стороне круга идет разметка «стопы» в разных направлениях.

Возраст: от 1,5 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек.

Цель: развивать основные виды движений (разные виды шага, перешагивание, перепрыгивание), ориентировку в пространстве, координацию движений, умение различать правую и левую ноги.



Варианты использования:

- I. Организация хороводных игр (окружность круга).
- II. Упражнение в прыжках «Ноги вместе-ноги врозь» (разметка «крестики» и «параллельные черточки» по окружности круга).
- III. Упражнение в приставном шаге, боковой шаг и т.д. (окружность круга).
- IV. Упражнение в прыжках «След в след» («ступни» по внешнему кругу).
- V. Игра «Поменяйтесь местами те, кто...» («ступни» или диагональная разметка в круге).

Примечание: использование дополнительного оборудования увеличит функциональность поля (мешочки, гимнастические палки и т.д.)

«КРЕСТИКИ»

Игровая разметка «Крестики» – многофункциональное поле.

Возраст: от 2 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек (подгруппа, группа).

Цель: развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, основные виды движений (перешагивания, перепрыгивания), умение различать правую и левую ноги.



Варианты использования:

I. Пройти маршрут по крестикам определенного цвета (красный, синий, зеленый, желтый) – прыжки на двух ногах, на одной ноге.

II. Полоса препятствий в соревновательной игре по подгруппам.

III. Игра на внимание «Поменяйтесь местами те, кто...»

Примечание: использование дополнительного оборудования увеличит функциональность поля (мешочки, игровые панно и тренажеры, размешенные напротив поля на мольберте и т.д.).

«ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ КЛАССИКИ»

«Геометрические классики» представляют собой поле состоящее из геометрических фигур (круг, квадрат, треугольник) и «следов».

Суть игры в прохождении поля от старта до финиша, соблюдая визуальные указания.

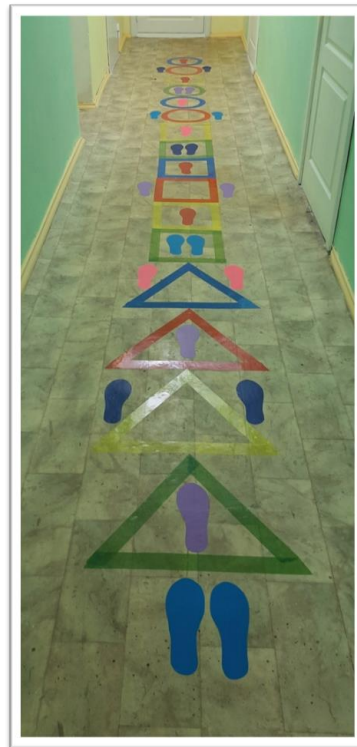
Возраст: от 2 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек.

Цель: развивать координацию движений, развивать ориентировку в пространстве, умение различать правую и левую ноги, упражнять в равновесии, в прыжках.

Варианты использования:

«Классики» с усложнением – использовать мешочки для метания для обозначения уровней сложности.



«ТВИСТЕР»

Твистер — подвижная напольная игра. Игра состоит из поля и 2 игровых кубиков. Поле представлено шестью рядами по шесть крупных одноцветных кругов (розовый, красный, голубой, сиреневый, зеленый и синий). Игровые кубики служат генератором случайности. На первом кубике на гранях обозначены 4 конечности (левая, правая ладони, левая и правая ступни) и предусмотрены 2 грани – пропуск хода. На втором кубике обозначены грани с указанием цвета.

Суть игры в твистер заключается в том, что ведущий последовательно бросает первый и второй кубик, игрок действует в соответствии с полученной комбинацией. Игроки устанавливают свои конечности на цветные круги, при этом не отрывая от поверхности уже установленных стоп и ладошек. Выигрывает тот

человек, который удержался и не упал в результате перестановки рук и ног на игровом поле.

Возраст: от 4 до 7 лет.

Количество участников: 4-6 человек

Цель: развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, умение различать право и лево.



Основные правила игры в твистер:

- Указания по перемещению конечностей по цветным кругам дает исключительно ведущий.
- В случае если указанная конечность располагается в том же круге, который выпал в результате раскручивания рулетки, происходит ее перемещение на другой такой же элемент.
- Запрещается смена положения тела, либо перемещение по игровому полю без команды ведущего.
- С разрешения ведущего допускается на несколько секунд подвинуться, предоставив возможность другому игроку дотянуться до указанного круга. При этом отрывать стопы и ладони с полотна не разрешается.
- Соприкосновение с игровым полем локтей, коленей и других частей тела, категорически запрещено.

- В случае, если выпавшие на рулетке цветные круги все заняты, осуществляется повторное бросание кубиков.
- Запрещено устанавливать две любые конечности в одном кругу. Допускается после согласования со всеми игроками расположение двух игроков на одном цветном сегменте. В случае если игра происходит между командами, разрешается занимать один цветной круг участникам одной команды.

Варианты использования: игра на внимание «Поменяйтесь местами те, кто...»), упражнения на координацию движений, меткость, перешагивание и прыжки.

Примечание: Играть в «Твистер» можно на убывание, а можно до того времени, пока не надоест веселиться.

«НАПОЛЬНЫЙ ЛАБИРИНТ»

«Напольный лабиринт» - подвижная напольная игра. Состоит из прямоугольного поля с разметкой, имеет «вход» и «выход», обозначенный цветом. Дополнительно по внешнему периметру оформлена разметка для тренировки свода стопы, координации движений.

Суть игры заключается в том, чтобы пройти весь лабиринт не заступая за границы.

Возраст: от 2 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек.

Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение различать направление (лево-право, вперед-назад), координацию движений, точность движений, ловкость, меткость, глазомер, обучение прыжкам через лабиринт, прокатыванию по дорожкам мяча (машинки).





Варианты использования:

- I. Пройти лабиринт не заступая за границы.
- II. Вынести предмет из лабиринта.
- III. Прокатить через лабиринт мяч, машину, машину на веревочке.

Альтернативные варианты обыгрывания:

1. Тренировка по периметру прямоугольника - для упражнения в равновесии при ходьбе по прямой линии, для ходьбы приставным шагом, для перепрыгивания правым, левым боком.
2. Для младших детей – пройти по «следам» животных (как лиса, медведь, утка, петух).
3. Тренировка в прыжках.
4. Прямоугольник – разметка для командных игр.

«ВЕСЕЛАЯ ДОРОЖКА»

«Веселая дорожка» – подвижная напольная игра. Дорожка состоит из разноцветных кругов и игрового персонажа (лягушка, зайчик).

Суть игры состоит в прохождении дорожки в соответствии с игровой задачей.

Возраст: от 2 до 4 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек.

Цель: развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, тренировать навыки шага, перешагивания, прыжка, для создания положительного настроения.

Варианты использования:

I. Для ходьбы и бега.

II. Для развития навыка прокатывания мяча, машинки.



«СЛЕДОПЫТ»

«Следопыт» – подвижная напольная игра. Дорожка состоит из следов, имеющих разное направление (лево-право, вперед-назад).

Суть игры состоит в прохождении дорожки без ошибок.

Возраст: от 4 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек.

Цель: развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, тренировать навыки прыжка, внимание, создание положительного настроения.



«ТРОПИНКИ»

«Тропинки» представляют собой разметку из трех линий (прямая, большой и малый зигзаг) длиной 4 метра.

Возраст: от 1,5 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 25 человек.

Цель: развивать координацию движений, тренировать навык перешагивания, перепрыгивания, ходьба приставным шагом, равновесие.

Варианты использования: Для развития навыка прокатывания мяча, машинки.



«КООРДИНАЦИОННЫЙ ТРЕНАЖЕР»

Координационный тренажер представляет собой функциональную разметку в виде восьмиугольника.

Возраст: от 2 до 7 лет.

Количество участников: от 1 до 12 человек.

Цель: развивать координацию движений, равновесие, основных видов деятельности (перешагивания, перепрыгивания).

Варианты использования:

Использование разметки в подвижных играх – «дом».

