

Консультация для родителей
«Нестандартное оборудование: мешочки для метания»

Составила: инструктор по физической культуре Оглы С.А.

В любом цивилизованном обществе нет более важной и главной ценности, чем здоровье детей, а, следовательно, приоритет должен быть отдан решению в первую очередь задач, связанных с детским здоровьем. Главная цель физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении состоит в том, чтобы удовлетворить естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня здоровья и физического развития детей. Надо признать, что в современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже нормы. Это увеличивает статистическую нагрузку на определенные группы мышц. Снижается сила и работоспособность мускулатуры, что влечет за собой нарушение функций организма. Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Мы осознаем, что физическое и интеллектуальное развитие должно проходить параллельно. Решение этой проблемы видится в совокупности социально – педагогических условий. Этому способствует и использование нестандартного оборудования в работе по физическому воспитанию детей.

Спортивно – игровое нестандартное оборудование призвано содействовать решению, как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и решению задач их всестороннего развития и формирования личности, а именно:

- * обогащать знания о мире предметов и их многофункциональности;
- * приучать ощущать себя в пространстве, ориентироваться в нем;
- * приучать применять предметы спортивно – игрового нестандартного оборудования в самостоятельной деятельности;
- * пробуждать интерес к спортивным играм, занятиям, расширять круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений, их оздоровительном значении

В дошкольных учреждениях основная форма развития двигательной активности детей – физкультурные занятия. В целях развития и поддержания интереса к занятиям важно позаботиться о подборе физкультурного оборудования. Рациональный подбор оборудования, его обновление, внесение новых пособий, их перестановка или чередование – все это помогает реализовать содержание разных типов занятий (тренировочное, игровое, сюжетно-игровое, контрольно-проверочное). Одним из средств решения поставленных задач является использование на физкультурных занятиях, праздниках и развлечениях нестандартного оборудования. В основном оно изготавливается из подручного материала: пенопласта, крышек от бутылок, фломастеров, остатков линолеума, поролона, клейкой бумаги, цветного скотча, капсул от киндер-сюрпризов и т.д. Сделанные пособия являются многофункциональными. Они используются в обще-развивающих упражнениях, в основных движениях, соревнованиях, на праздниках и

развлечениях. Здесь можно увидеть различные массажные и ребристые дорожки для профилактики плоскостопия, кольцебросы, мягкие мишени, разноцветные флажки, ленты, султанчики и многое другое. Это поможет превратить обычные занятия в интересную игру. Изготовления таких пособий не требует больших затрат. В основном используется разнообразный бросовый материал: все то, что наверняка найдется в любом доме из разряда ненужных вещей. Минимум затрат и времени! А в результате получаются очень яркие привлекающие к себе внимание пособия. Они помогают развивать мышцы рук, ног, координацию движений, меткость, ловкость, внимание. Главное, нужно помнить, что нестандартное оборудование должно быть: Безопасным, Максимально эффективным, Удобным к применению, Компактным, Универсальным, и простым в применении .

Мастер класс по изготовлению мешочков для метания:

Материал: Плотная ткань, ножницы, целлофан, нитки, иголки по количеству родителей, соль 150 и 200 грамм.

Используем плотные колготки, вымеряем длину с учетом заворотов на прошивку, разрезаем, наполняем целлофан поваренной солью, нам потребуется 5-6 ложек, так как одна ложка соли 30гр., нам нужно 150-200гр, хорошо завязываем на узел и опускаем нашу соль в мешочек, прошиваем с двух сторон.

Картотека игр для использования мешочка

Цель: Развитие метательных навыков с разного расстояния и из разных положений, развитие силы рук .

Использование: Для занятий ОРУ и подвижных игр, дома, на улице, на прогулках.

Сегодня мы будем играть с мешочком. Основное применение этого снаряда – упражнения на ловкость и силу. Мешочек используется для метания вдаль. Он развивает мышцы рук, совершенствует координацию. Мешочки можно кидать как правой, так и левой рукой, мешочки с солью – используются в качестве «грузов» ,а так же если медленно пройдитесь, выровняв дыхание и держа спину прямо. Такие упражнения помогают поддерживать осанку, а также учат контролировать дыхание, свое тело.

-Игра «Кто дальше бросит?»-игроки строятся в одну линию по сигналу бросают мешочки вперед-вверх у кого дальше.

-Игра «Быстро по кругу»- две команды детей встают в круг у всех мешочки, а у капитана мешочек другого цвета, по сигналу все дети передают мешочки до тех пор ,пока у капитана не будет свой мешочек., чья команда быстрее передаст мешочки до капитана ,та и победила.

-Игра «По цепочке» дети встают в две шеренги, у капитана корзинка с мешочками, у последнего пустая корзинка с мешочками, задача как можно быстрее переправить мешочки в пустую корзинку.

-Игра «Не урони»-дети делятся подгруппами по четыре человека навстречу друг другу

У первых мешочки на голове, задача пройти расстояние и передать мешочек напротив стоящему игроку, затем так же передать другому, и так до тех пор пока вся команда которая была напротив не окажется на другой стороне площадки.

- Игра «Рассыпал – собери» - дети стоят в колонне по одному, у первого ребенка корзинка, в корзинке по 7-10 мешочков, напротив обручи, задача добежать до обруча высыпать корзинку с мешочками, добежать до своей команды и передать корзинку, второй собирает мешочки.

-Игра «Точное попадание»- дети стоят в кругу с мешочками, в центре таз или коробка, по сигналу дети бросают мешочки, стараясь попасть в коробку.

-Игра «Набрось мешочек»-, напротив стоят 2 стула или куба, задача игроков набросить мешочек на куб, так чтоб он не упал.

-Игра «Сбей мяч»- у детей по 2-4 мешочка, напротив 2 больших мяча на ведрах, задача игроков прицелится и сбить мяч мешочком.

-Игра «Кто больше соберет»- рассыпаны мешочки на полу, у детей обручи, задача детей как можно больше набрать мешочков и отнести себе в обруч за определенное время.

-Игра «Сороконожка»- У ребенка на голове мешочек с песком, а руки вперед, положить на плечи другому, дойти до ориентира.

-Игра «Подбрось-поймай»- Подбрасывание мешочка вверх и ловить его одной рукой.

-Игра «Черепашка»- ползание на четвереньках с мешочком на спине – по прямой, «змейкой», между косичек.

-Игра «Мотальщики»- На палочке веревка на конце мешочек, Задача как можно быстрее скрутить мешочек.

-Игра «Пингвин»- мешочек зажимается коленями, и прыгаем определенное расстояние, кто вперед и не уронит мешочек.

-Игра «Волшебный мешочек»- дети ходят по залу свободно. По сигналу «Хоп!» нужно остановиться и освободить руки от мешочка, но класть на пол нельзя. Придумайте, каждый по-своему, как это можно сделать.

-Игра «Мешочек»- Дети встают в круг на небольшом расстоянии друг от друга. В центре стоит водящий, он вращает по кругу шнур с грузом на конце (мешочек с песком). Играющие следят за шнуром, при его приближении подпрыгивают на месте вверх, чтобы он не коснулся ног.

-Игра «Встань на мешочек»- дети раскладывают мешочки по всей площадке, по сигналу начинают бегать, по окончанию музыки, дети должны найти свои мешочки и встать ногами на него.