



СТЕМ

ИГРАЙ РАЗВИВАЙСЯ УЧИСЬ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
ДОШКОЛЬНИКОВ С КОМПЛЕКТОМ

«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»



2024

Практическое пособие «Физическое развитие дошкольников с комплектом «Весёлые старты» /Надежина М.А, Никольская Ю.Н., 2024 г

Авторы-составители:

Надежина М.А., к.пс.н, доцент кафедры дошкольного образования ГАУ ДПО Ярославской области «Институт развития образования», Master of education (The University of Manchester),
Никольская Ю.Н., инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории МДОУ детский сад №140 г. Ярославль.

В настоящем практическом пособии представлен опыт использования комплекта «Весёлые старты» в детском саду на занятиях по физическому развитию и воспитанию дошкольников нормы, а также с особенностями развития. Описанный комплекс упражнений с оборудованием, входящим в состав комплекта может использоваться инструкторами по физической культуре на разных этапах занятия, а также педагогами в свободной и организованной деятельности с детьми в качестве разминок. Конспекты образовательных событий демонстрируют возможности интеграции оборудования и комплексного решения разнообразных задач детского развития.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Актуальной проблемой в настоящее время является увеличение количества детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), в частности с тяжелыми нарушениями речи (ТНР), задержкой психического развития (ЗПР). Получение образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами является одним из условий их успешной социализации.

Современные родители «особых» детей зачастую отдают приоритет развитию интеллектуальной сферы ребенка, забывая, что фундамент для дальнейшего развития высших психических функций и речи - это движение.

Большинство детей с ТНР и ЗПР имеют двигательные расстройства, проявляющиеся в более поздних по сравнению с нормально развивающимися детьми сроках формирования двигательных функций. Они моторно неловки, неуклюжи, характеризуются импульсивностью, хаотичностью движений. На занятиях физической культуры детям не удается выполнить упражнения в равновесии, упражнения, связанные с ловкостью и координацией движений. Упражнения с различным спортивным оборудованием даются с большим трудом и осваиваются очень долго.

Физическое воспитание является важным компонентом образовательного процесса в дошкольном учреждении. В работе по физическому развитию детей с ОВЗ помимо образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, решаются развивающие, коррекционные и оздоровительные задачи, направленные на воспитание у обучающихся представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

Задачи образовательной области «Физическое развитие» решаются:

- в ходе образовательной деятельности, утренней гимнастики, прогулок, физкультурных досугов и праздников;
- в процессе проведения оздоровительных мероприятий (занятий адаптивной физкультурой, массажа, закаливающих процедур);
- в совместной деятельности обучающихся с педагогическим работником по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания;
- на музыкальных занятиях (музыкально-дидактических, в имитационных играх, играх с воображаемыми объектами, при выполнении музыкально-ритмических движений);
- в играх и упражнениях, направленных на сенсомоторное развитие;
- в специальных играх и упражнениях, в процессе которых воспроизводятся основные движения, формируются естественные жесты, мимика;



- в подвижных играх и играх с музыкальным сопровождением;
- в индивидуальной коррекционной работе.

В логике требований Федеральной адаптированной образовательной программы, образовательная область «Физическое развитие» должна стать интегрирующей сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие обучающихся. У детей с ОВЗ наблюдаются отклонения от нормы речевого, моторного, соматического, психического, неврологического, иммунного, коммуникативного статусов. Поэтому у них необходимо восстановить нарушенные процессы программирования и реализации сенсорных, двигательных, поведенческих, познавательных, перцептивных, мыслительных актов.

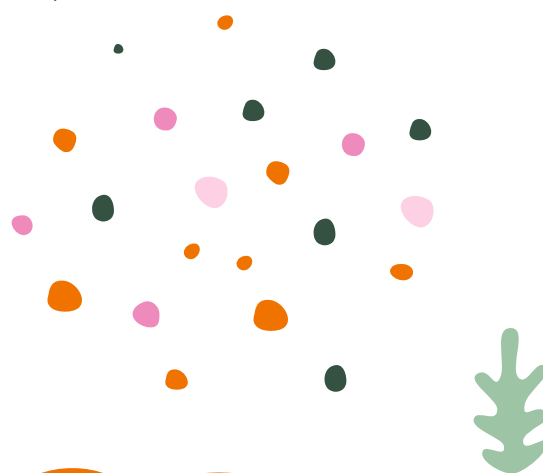
А что должен достичь ребенок к концу дошкольного возраста по определению Федеральной образовательной программы? Кроме перечня умений в освоении основных видов движений и элементов спортивных игр, умения контролировать свои движения и управлять ими, ребенок должен проявлять элементы творчества в двигательной деятельности.

Универсальным средством развития дошкольников (в том числе с ОВЗ) может стать игровое спортивное оборудование «Весёлые старты». С помощью спортивного оборудования обучаем умению ориентироваться в пространстве, развивать моторику, координацию движений и баланс в основных движениях.

Можно начинать знакомство и выполнение физических упражнений с отдельных элементов спортивного оборудования, от простого к сложному.

Комплекс упражнений или основных видов движений может быть составлен с одним комплектом оборудования. Разнообразить занятие, мероприятие или развлечение можно объединив инвентарь, в зависимости от поставленных задач.

Для развития детского творчества и инициативы воспитанникам можно предложить самим придумать игры, упражнения, задания для полосы препятствий





ХОДЬБА

1. Камни расположены справа и слева по направлению движения игрока. Ходьба по прямой, касаясь камней поочередно правой и левой рукой.
2. Камни расположены по прямой линии на расстоянии 60 см. Ходьба змейкой между тактильными камнями.
3. Камни расположены по прямой линии на расстоянии 60 см. Ходьба змейкой между тактильными камнями, касаясь их правой и левой рукой.
4. Камни расположены по прямой линии на расстоянии 60 см. Ходьба змейкой между тактильными камнями, удерживая равновесие, на голове мешочки (из набора «Весёлые старты»).
5. Камни расположены по прямой линии на расстоянии 70 см. Ходьба змейкой спиной вперед между тактильными камнями.
6. Камни расположены по прямой линии на расстоянии 70 см. Ходьба змейкой спиной вперед между тактильными камнями, касаясь их поочередно правой и левой рукой.

Примечание. Камешки и задания с ними можно варьировать, усложняя упражнения. Например, правой рукой коснуться красного камня, левой - зеленого, до желтых дотронуться двумя руками.



СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ «ШАГАЮЩИЕ КАМНИ»



Игры с оборудованием «Шагающие камни» способствуют физическому развитию детей. С помощью спортивного инвентаря развиваем крупную моторику, координацию движений и умение балансировать.

Упражнения с оборудованием рекомендуется предлагать для освоения в индивидуальной или подгрупповой форме работы. После освоения техники выполнения движений упражнения на «Шагающих камнях» можно использовать в играх и эстафетах.

1. Встать на ходунки, прижать их шнурками к ступням и таким образом сделать шаг, пройти расстояние 3 - 5 метров по прямой.
2. Встать на ходунки, прижать их шнурками к ступням, пройти расстояние 5 - 7 метров по прямой до камешка, обойти вокруг этого ориентира, вернуться в исходную точку.

Примечание: усложнить задачу можно, перевернув ходунки. И тогда ступня ребенка оказывается на ровной поверхности, а «горка» касается пола.

3. «Тактильные камни» расположены по прямой линии на расстоянии 60 см друг от друга. Ходьба «змейкой» между тактильными камнями на «Шагающих камнях».
4. Встать на ходунки, прижать их шнурками к ступням, пройти расстояние 5 - 7 метров по прямой до камешка правым боком приставным шагом; обойти вокруг этого ориентира, вернуться в исходную точку левым боком.



СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ БАЛАНСИРЫ «КОЛЬЦО- ТРАНСФОРМЕР»

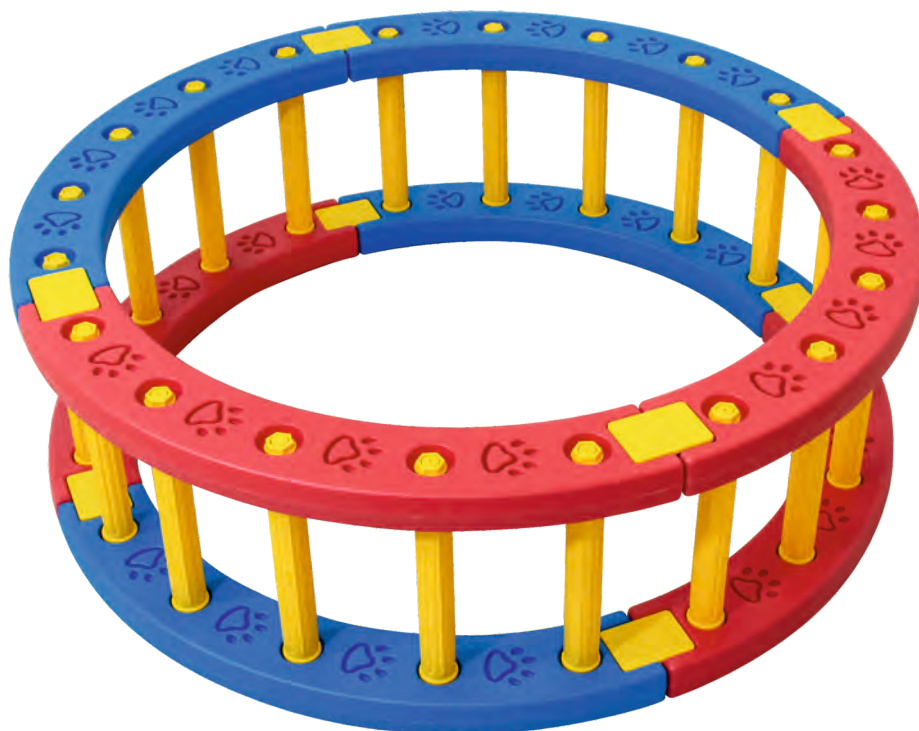


Кольцо-трансформер - это многофункциональный спортивный инвентарь, предназначенный для игр и занятий. Из кольца (4 части) можно преобразовать следующее:

- «Спорт-дорожку» (1 часть, высота 25 – 30 см);
- «Горку» (2 части, высота 65 см);
- «Качалку» (1 часть, 2 части);
- «Змейку» (2, 3, 4 части);
- «Кольцо» (4 части).

Набор способствует физическому развитию детей. Развивает крупную моторику, координацию движений и умение балансировать.

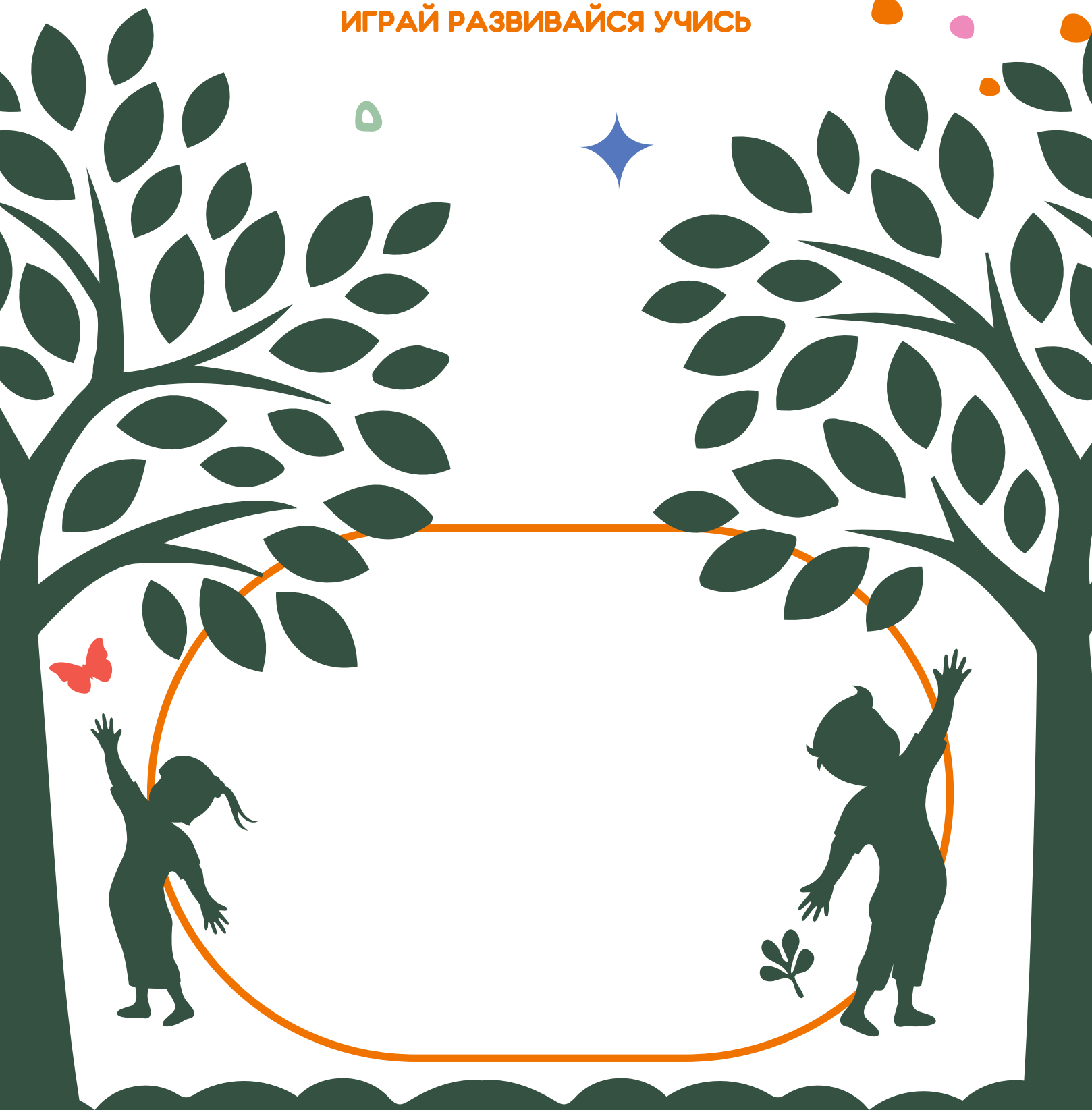
Упражнения с «Кольцом-трансформером» можно предлагать для освоения в индивидуальной или подгрупповой форме работы. После освоения техники выполнения движений, упражнения на преобразованных снарядах можно использовать в основной части занятия, в подвижных играх и эстафетах.





СТЕМ

ИГРАЙ РАЗВИВАЙСЯ УЧИСЬ



info@stemco.ru

8 800 2345 905

stemco.ru