



Проект:
**«Волшебный парашют» - средство развития физических
качеств детей дошкольного возраста 2-7 лет.**

Автор проекта:
Иванова Юлия Андреевна,
инструктор по физической культуре

Бийск , 2022 г.

Оглавление

№	Наименование	страница
1.	Введение:	3
2.	Актуальность проекта	3
3.	Характеристики проекта	3
4.	Участники проекта	4
5.	Цель, задачи	4
6.	Принципы проекта	5
7.	Описание реализации проекта	5
8.	Этапы реализации проекта	6-7
9.	Вывод	7
10.	Литература	8
	Приложение №1	9
	- консультация на тему «Волшебный парашют является нетрадиционным оборудованием для физического воспитания дошкольников».	
	Приложение №2	
	Инструкция для педагогов реализации проекта « Волшебный парашют»	
	Приложение №3	
	Конспект занятия «Я парашютист»	
	Приложение №4	
	Размещение информации для родителей памятка «Игры на снятие нервно-психического напряжения».	
	Приложение №5	
	Мастер-класс. «Применение игровых обучающих ситуаций в системе развития физических качеств», подбор и проведение подвижных игр и упражнений с использованием парашюта (фотоотчет).	
	Приложение №6	
	Картотека игр, комплексы утренней гимнастики.	
	Приложение №7	
	Буклет «Волшебный парашют».	
	Приложение №8	
	Анкетирование для педагогов ««Игровая деятельность детей в группах».	
	Приложение №9	
	Спортивное развлечение « Мой волшебный парашют»	

«Спорт становится
средством воспитания
тогда, когда он –
любимое занятие каждого»
В. Сухомлинский

Введение:

В России впервые детский игровой парашют был продемонстрирован в 1996 году на Международном практическом семинаре педагогами Голландии, работающими с детьми с различными нарушениями развития. Однако разработок системы занятий с данным пособием в нашей стране не было. Игровое пособие «Волшебный парашют» можно использовать в разных видах деятельности детей дошкольного возраста: при организации образовательной и игровой деятельности: воспитателем, музыкальным руководителем, инструктором по физической культуре и другими специалистами, имеющимися в ДОУ.

Тема проекта: «Волшебный парашют»

Актуальность:

Актуальность выбранной темы объясняется тем, что в современном дошкольном образовании изменился взгляд на сущность процессов воспитания и развития ребёнка-дошкольника. В условиях реализации ФГОС ДО к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования, существенным отличием является - исключение из образовательного процесса учебной деятельности, как не соответствующей закономерностям развития ребенка на этапе дошкольного детства. Сущность изменения касается и модели образовательного процесса. Детей дошкольного возраста нужно не учить, а развивать. Развивать нужно посредством доступной для их возраста деятельности – игры. Положив в основу работы базовые принципы лечебной педагогики и изучив опыт работы педагогов Санкт-Петербурга А.А. Потапчук, Т.С. Овчинникова, «Двигательный игротренинг для дошкольников», а также опыт педагогов, применяющих данное пособие в работе с дошкольниками в интернет ресурсах, я постаралась создать свои разработки с пособием «Волшебный Парашют». Я искала и другие формы, методы в работе с детьми, которые помогли бы сделать различные виды деятельности: увлекательными, продуктивными, развивающими, и объединяющим всех детей группы.

Характеристики проекта:

По форме – познавательно - игровой;

По классу – монопроект;

По типу – творческо - игровой;

По виду – оздоровительный;

По длительности – долгосрочный;

Разработчик: инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад №58» Иванова Ю.А.

Образовательная область: физическое развитие.

Области интеграции: познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие.

Участники проекта: Участие в проекте принимают дети дошкольного возраста (2х-7лет), воспитатели, родители (законные представители воспитанников).

Цель: Создание условий для всестороннего физического развития и удовлетворения естественной биологической потребности детей в движении.

Задачи:

- Учить дошкольников применять двигательный опыт в игровой деятельности.
- Развивать ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, скорость, внимание, воображение.
- Воспитывать умение действовать в коллективе согласованно; воспитывать творчество, самостоятельность и инициативу в двигательных-игровых действиях, эмоциональную отзывчивость.
- Способствовать совершенствованию двигательных навыков, формированию правильной осанки, укреплению мышц спины.

Игры с «Парашютом» способствуют:

- развитию внимания, памяти;
- выработки согласованности движений с музыкой;
- укреплению мышц спины и рук;
- активизируют двигательные навыки;
- развивают координацию движений;
- позволяют тихим и застенчивым детям быстрее адаптироваться в коллективе сверстников;
- гиперактивным детям научиться соблюдать правила игры дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом;
- развивают тембровый слух, чувство ритма;
- развивают творческие способности и вызывают положительные эмоции;

В основу методики проведения занятий с парашютом положены следующие принципы.

Принципы:

- учет возрастных особенностей при отборе содержания, темы занятий, задач воспитания и обучения;
- уважение к личности каждого ребенка;
- обеспечение эмоционально-психологического комфорта детей на каждом занятии;
- повторяемость программного материала через различные виды деятельности с целью формирования переноса полученных знаний в реальные жизненные ситуации;
- частая смена заданий и упражнений в процессе занятия, с целью предупреждения утомления детей.

Описание реализации проекта

- заинтересованное отношение родителей к совместной активной деятельности с детьми, с использованием парашюта;
- формирование активной позиции у детей по здоровью укреплению и здоровью сбережению по средствам игр и игровых упражнений с парашютом;
- просвещение родителей и организация совместной работы по формированию у воспитанников имиджа здорового образа жизни;
- обобщение и распространение результатов работы среди педагогических работников ДООУ;
- организация выставки нетрадиционного оборудования «Волшебный парашют»
- участие в методических мероприятиях различного уровня с обобщением опыта работы над проектом;
- создание пособий и методического материала по ознакомлению детей и родителей с парашютом.

Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап «Для чего и зачем?»

Инструктор по физической культуре: Изучение проблемы, составление плана проекта; подготовка к консультации на тему: «Волшебный игровой парашют является нетрадиционным оборудованием для физического воспитания дошкольников»; изготовление пособия «Волшебный парашют»

С педагогический коллектив: определение целей и задач проектной деятельности, совместная разработка плана реализации проекта, с обсуждением представленных предложений и мнений, инструктаж.

С воспитанниками: беседа с детьми об истории возникновения волшебного парашюта, рисование с детьми «Я парашютист», рассматривание иллюстраций о парашютистах.

С родителями: вовлечение родителей в проектную деятельность; совместное изготовление парашюта, размещение информации в родительских уголках.

Основной этап «Разноцветный парашют»

С педагогическим коллективом: индивидуальная работа с педагогами по подготовке и проведению совместных мероприятий, мастер-класс. «Применение игровых обучающих ситуаций в системе развития физических качеств», подбор и проведение подвижных игр и упражнений с использованием парашюта. Создание картотеки игр и комплексов упражнений.

С воспитанниками:

- Проведение комплексов упражнений с пособием парашют, в разных возрастных группах в ООД и утренних гимнастике;
- Использование игр малой и большой подвижности в 3 части ООД по физической культуре (в помещении и на улице);
- Проведение развлечений с пособием «волшебный парашют»

С родителями:

- Буклет «Волшебный парашют»;
- Участие в практических мероприятиях (игровые обучающие ситуации, подвижные игры, совместное изготовление с ребенком бумажного парашюта и подручного материала, составление аннотации по его использованию, индивидуальные беседы «Как и из чего, изготовить парашют для игры с ребенком»)

3. Заключительный этап «Парашют мой друг»

С педагогическим коллективом:

Анкетирование:

«Игровая деятельность детей в группах, игры с элементами творчества»;

- обмен опытом работы участников проекта,
- подведение итогов работы над проектом,
- определение перспектив.

С воспитанниками:

Выявление и определение уровня знаний и практических умений детей при взаимодействии парашюта: спортивное развлечение «Мой волшебный парашют» (все возрастные группы).

Выводы по реализации проекта:

Реализация проекта «Волшебный парашют» вносит эффект новизны, что позволяет разнообразить физические занятия и шире использовать знакомые упражнения.

Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности.

Использование парашюта повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску.

В результате использования дидактического пособия «Волшебный парашют» у дошкольников хорошо развивается координация движений, повышается двигательная активность, эмоциональный настрой. Дошкольники проявляют дружеские отношения в игре, повышается интерес к физкультурным занятиям; дошкольники показывают высокие результаты по основным видам движения (бег, прыжки, бросание, ползание, ловля), развивается фантазия; дети применяют полученный двигательный опыт в самостоятельной игровой деятельности.

Применяя нетрадиционное оборудование «парашют» на физкультурных занятиях, играх и игровых упражнениях, эстафетах, занятиях на свежем воздухе мы повышаем интерес детей к различным видам двигательной деятельности, увеличиваем объём двигательной активности, поднимаем эмоциональный настрой.

Таким образом, игровое пособие «Волшебный парашют» не только развлекает, но и развивает.

Дальнейшее развитие проекта

Сегодня можно сказать, что данный проект позволил достичь поставленных целей при наименьших затратах ресурсов. Кроме того, его познавательный потенциал активизирует деятельность всех субъектов педагогического процесса (дети, родители, педагоги) и способствует активности при организации совместной игровой деятельности. В ходе реализации проекта педагогический опыт распространяется в рамках города и, вызывает интерес у коллег, что стимулирует педагогические коллективы к его широкому применению, демонстрирует ценность взаимодействия родителей воспитанников и педагогического коллектива МБДОУ.

Расширение знаний родителей в вопросе организации совместной деятельности при использовании парашюта и ее значения для общего физического и соматического развития организма ребенка позволяет активизировать их деятельность в условиях семейного воспитания. Таким

образом, при совместно организованной деятельности в семье и ДОУ на основе активных форм отдыха помогает укрепить здоровье ребенка и снизить заболеваемость по группам. Проект «Волшебный парашют» может быть реализован с детьми 2-7 лет на различных ступенях образования – в ДОУ, учреждениях дополнительного образования, начальной школе.

Список литературы:

1. Дюкова Ф.Р. Под ред. Лавровой Г.Н. Двигательный игротренинг с пособием «Парашют»: метод. рекомендации / Челябинск, 2007 - 40с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: ООО «Речь», 2000. – 310с.
3. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. – М.: Просвещение, - 2003. – 112с.
4. Игры с парашютом. – Режим доступа: <http://janemouse.livejournal.com/698400.html>
5. Чинарова Е. Под крылом: веселые игры с парашютом. – Режим доступа: <http://letidor.livejournal.com/266020.html>
6. Русских Е. С. Игровой парашют: методическая разработка. – Омутнинск, 2011. – 5 с.
7. Терехина О. Е. Упражнения и игры с парашютом как средство развития координационных способностей у детей дошкольного возраста, - СПб, 2012. – 14 с.
8. Эльконин Д. Б. Психология игры. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 360 с.

Советы и рекомендации по проведению игр и упражнений с «Волшебным парашютом»

- Прежде чем предложить детям игру, проанализируйте, подойдет ли игра группе. Учитывайте возрастные, психологические и функционально-физиологические особенности детей.
- Необходимо учитывать физические данные детей (рост и вес). Еще до начала игры попросите старших детей быть предельно внимательными к детям младшего возраста.
- Игры с парашютом подразумевают максимальное количество участников: от 12 до 24 человек.
- При планировании и выборе игр необходимо обращать внимание на то, что есть игры, с которых хорошо начинать игровой практикум, а другими хорошо заканчивать. Задача первой игры - ознакомить детей с парашютом. Например, игра «Волны». Игры, где игрокам нужно выходить в середину круга, лучше проводить в середине игрового практикума. Задача последней игры - подвести итог, лучше всего провести игры для релаксации.
- В ходе выполнения движений у детей не должно быть длительной задержки дыхания, при выполнении движений надо обращать внимание на выдох, а не на вдох. Если дети начинают дышать через рот, необходимо снизить дозировку упражнений.
- Избегать длительного пребывания детей в одних и тех же позах, не допускать долгих объяснений заданий, т.к. это утомляет детей и снижает их двигательную активность.
- В процессе игровых действий контролировать степень натяжения парашюта и правильность захвата (петли или края парашюта).
- Не следует чрезмерно возбуждать детей, потому что возбуждение обычно усиливает мышечное напряжение и насильственные движения.
- Подбирать упражнения, подвижные игры, которые способствовали бы развитию разных сторон эмоционального опыта ребенка.
- В процессе игр и упражнений обозначать моменты обязательных контактов между сверстниками, разных по степени сложности (ответы на вопросы, практические действия и т.д.).

На что необходимо обращать внимание при проведении игр:

- Заинтересуйте ребенка игрой еще до ее начала.
- Участвуйте в игре наравне с детьми.

- Приглашайте детей к игре, дайте почувствовать ребенку, что Вы рады его участию.
- Если игры проходят на улице, то необходимо осмотреть игровое пространство, чтобы никто из детей не смог пораниться.
- Продумайте время проведения игры, учитывая динамику развития детского коллектива.
- Подробно и доступно объясняйте правила игры, чтобы ребенок мог понять правила и решить, будет ли он играть.
- Объясняйте правила игры не в форме приказов, а в форме пожеланий, рекомендаций.
- Объясняйте правила непосредственно перед началом игры. Дети лучше усвоят правила, не стоя у стены, а непосредственно взяв в руки парашют.
- Чтобы дети лучше поняли правила новой игры и не боялись проиграть в начале, необходимо перед началом игры сделать одну репетицию.
- Перед проведением игрового практикума составьте список игр.
- Распределите их по степени активности, по количеству игроков и т.д. Это поможет Вам подобрать игру для любой ситуации и любой группы.
- Никогда не забывайте: Игра должна приносить ребенку радость!

Требования к пособию:

Пособие «Волшебный парашют» соответствует методическим, дидактическим и санитарно-гигиеническим требованиям. Хочу отметить, что проводя игры с дидактическим пособием, происходит интеграция таких областей как «Физическая культура», «Здоровье», «Музыка», «Социализация», «Коммуникация», «Познание». Что касается с точки зрения санитарно-гигиенических требований, то пособие очень просто обрабатывается: ежедневно протирается влажной ветошью в мыльном растворе, еженедельно проводится щадящая стирка. Из этого делаю вывод, что пособие является безопасным.

Использование пособия:

Парашют даёт массу возможностей для игр с правилами, игр с границами. Ведь если ты стоишь под парашютом, то все остальные для тебя пусть ненадолго, но отделены этой тканью, и есть дети, которых такое пугает. Важно не торопить, и ни в коем случае не заставлять таких детей обязательно входить под парашют вместе с другими. Со временем эти дети тоже расхрабрятся, и сами забегают в яркий домик!

Как и в других подвижных играх, дети учатся соблюдать правила игры, дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом.

Дети обожают игры с цветным парашютом, иногда они заводятся так, что перестают слушать. Поэтому перед каждой игровой сессией стоит поговорить о правилах безопасности. Я просто напоминаю малышам, что за парашют надо держаться, что забегать просто так под крыло нельзя. Если игра становится неуправляемой, остановитесь и уберите парашют. Всегда начинайте с веселых и шумных игр, а заканчивайте спокойными.

к физкультурным занятиям; дошкольники показывают высокие результаты по основным видам движения (бег, прыжки, бросание, ползание, ловля), развивается фантазия; дети применяют полученный двигательный опыт в самостоятельной игровой деятельности.

В будущем планирую использовать парашют в игровой совместной деятельности детей и взрослых, на различных досугах, совместных развлечениях детей и взрослых.

Приложение 2

(Инструкция для педагогов)

В ходе выполнения движений у детей не должно быть длительной задержки дыхания, при выполнении движений надо обращать внимание на выдох, а не на вдох. Если дети начинают дышать через рот, необходимо снизить дозировку упражнений.

- Избегать длительного пребывания детей в одних и тех же позах, не допускать долгих объяснений заданий, т.к. это утомляет детей и снижает их двигательную активность.
- В процессе игровых действий контролировать степень натяжения парашюта и правильность захвата (петли или края парашюта).
- Не следует чрезмерно возбуждать детей, потому что возбуждение обычно усиливает мышечное напряжение и насильственные движения.
- Нельзя использовать упражнения, которые могут вызвать приведение и внутреннюю ротацию бедер, сгибательно - приводящую установку верхних конечностей, асимметричное положение головы и конечностей.
- Подбирать упражнения, подвижные игры, которые способствовали бы развитию разных сторон эмоционального опыта ребенка.
- Чередовать игры и упражнения разной степени подвижности;

- В процессе игр и упражнений обозначать моменты обязательных контактов между сверстниками, разных по степени сложности (ответы на вопросы, практические действия и т.д.).

Волшебный парашют – это универсальное игровое средство, которое можно применять в любой образовательной области, используя следующие методы:

- Игровой;
- Словесный;
- Практический.

Долгосрочные результаты деятельности по данному проекту найдут свое отражение в организации последующей деятельности, с дошкольниками учитывая принцип усложнения и расширения кругозора воспитанников. Значимость отражает осознанное отношение и активное участие в деятельности родителей воспитанников, как наставников, созидателей и образца деятельности.

Приложение 4

Тема: Конспект занятия по физической культуре в старшей группе «Я парашютист»

Цель:

Прививать детям интерес к физкультуре и потребность в ежедневных занятиях физкультурой

Задачи:

- учить детей отбивать мяч одной рукой, стоя на месте
- совершенствовать умение вращать обруч на талии
- развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, внимание, настойчивость в достижении целей
- воспитывать дружеские отношения в игре, умение действовать в коллективе согласованно

Оборудование:

- дидактическое пособие «Волшебный парашют», массажные коврики: «травка», «морские камешки», мячи из сухого бассейна, мячи баскетбольные по количеству детей, обручи по количеству детей, карточка
- схема игрового упражнения «вертушка», музыкальное сопровождение «Вместе весело шагать» В.Шаинский, музыка для релаксации

Ход и руководство:

1. Вводная часть.

Построение в шеренгу.

-В шеренгу становись! Равняйся! Смирно! Вольно!

Сообщение темы и цели:

-Ребята, как вы думаете, что такое счастье?

Ответы детей: счастье

-это когда светит солнце и небо голубое;

-это когда все друзья вместе с тобой; счастье

-это когда вместе с мамой и папой катаемся на карусели;

-это когда мы смотрели салют;

-это когда все люди веселые и здоровые и т.д.

- Да, ребята, всё это верно! И самое главное счастье

- это прежде всего, здоровье. И сегодня я предлагаю вам побывать в «Стране Счастья», где мы все вместе будем играть, веселиться и главное, укреплять своё здоровье.

- Сегодня на занятии мы будем выполнять упражнения с мячом: отбивание одной рукой на месте; вращать обруч на талии; играть в весёлые игры. Вы готовы? Да! Тогда вперед! Направо! Раз, два!

-Налево в обход зала, шагом марш!

(звучит музыка В. Шаинского «Вместе весело шагать»)

-ходьба в колонне по одному по периметру зала;

-ходьба на носочках, руки в стороны;

-ходьба на пятках, руки за головой;

-ходьба перекатом с пятки на носок;

-ходьба по массажным дорожкам «травка», «морские камешки»;

-бег в среднем темпе в чередовании с бегом с захлестыванием

Построение в круг.

-Наконец мы добрались до «Страны счастья». И не смотря на то, что сейчас зима, всё здесь яркое и красивое. Нет места унынию и скуке. В «Стране счастья» много сюрпризов, и первый

-это «волшебный парашют»

-И сейчас мы выполним общеразвивающие упражнения с парашютом.

2 Основная часть.

ОРУ с дидактическим пособием «Волшебный парашют»

1) И.п.

-о.с. парашют держим двумя руками, руки опущены:

1 - поднимаем руки вверх, выполняем взмах, образуя купол

2 - опускаем руки вниз, парашют опускается (8 раз)

2) И.п. - стоим боком, держим парашют левой рукой, правая рука на поясе, ноги на ширине плеч

- 1 - наклон в левую сторону, и при наклоне коснуться правой рукой левой руки
- 2 - И.п. (6- 8раз)
- 3) И.п. -сидя на полу лицом к парашюту, ноги разведены в стороны, руки на поясе
- 1 - наклон вперёд, коснуться парашюта
- 2 - И.п. (6- 8раз)
- 4) И.п. - легли на живот, двумя руками держим парашют, руки вытянуты вперёд, ноги вместе
- 1 - одновременно поднимаем прямые руки и ноги «золотая рыбка»
- И.п. (6- 8раз)
- 5) И.п. - о.с., парашют держим двумя руками, руки опущены
- 1 - приседаем, руки вперёд
- 2 - И.п. (6- 8 раз)
- 6) И.п. о.с., руки на поясе
- Прыжки «звёздочка»: ноги врозь, ноги вместе, руки на поясе
- 7) Ходьба и бег по кругу (вокруг парашюта)
- А сейчас, я предлагаю вам прокатиться на весёлой карусели!
- Игра «Карусель» с парашютом.
- 8) Упражнение на восстановление дыхания. «Вверх-вниз» с парашютом (в медленном темпе поднимаем –«вдох» и опускаем –«выдох» парашют.



Основные виды движения.

- а) Отбивание мяча одной рукой, стоя на месте (дети стоят спиной к парашюту и выполняют задание)
- А сейчас посмотрите на карточку. Какое упражнение здесь показано? (ответы детей : «вертушка» - вращение обруча на талии)

б) Вращение обруча на талии.

Игровое упражнение «Салют»

Описание игрового упражнения

Дети набирают как можно больше шариков из сухого бассейна и кладут их на парашют. Затем берут двумя руками за палочки на краях парашюта и медленно поднимают его, говоря слова «раз, два, три!» После слов «три!» бросают шарики вверх. Затем бегут и собирают шарики, снова кладут их на парашют, и упражнение повторяется.

Подвижная игра «Радуга»

Описание игры.

Дети держат парашют двумя руками за палочки на краях, встав таким образом, что каждому достаётся сектор определённого цвета. Поднимая и опуская парашют, произносят слова:

-«Раз, два, три-радуга взлети!»

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

3 Заключительная часть.

Релаксация «Волшебные облака»

Ребёнок ложится на определённый сектор парашюта, головой к центру, закрывает глаза. (Инструктор по физической культуре говорит слова, а дети мимикой лица показывают)

-По небу плыли облака, и на них смотрел. И два похожих облачка найти я захотел.

-Я долго всматривался ввысь, и даже щурил глаз! А что увидел я, то вам, я расскажу сейчас.

-Вот облачко весёлое смеётся надо мной: «Зачем ты щуришь глазки так? Какой же ты смешной!»

-А вот другое облачко.....расстроилось всерьёз: его от мамы ветерок, вдруг далеко унёс!

-И вдруг, по небу грозное страшилище летит!

И кулаком громадным, сердито мне грозит!

-А маленькое облачко над озером плывёт и удивлённо облачко приоткрывает рот:

-«Ой, кто там в глади озера, пушистенный такой?

Такой мохнатый, мягонький, летим и ты со мной!"

-Так очень долго я играл, и вам хочу сказать,

что два похожих облачка, не смог я отыскать!

Наблюдение за воображаемыми облаками с выражением внимания и интереса: лицевые мышцы слегка напряжены, глаза прищурены.

Мышцы лица расслабляются, появляется улыбка.

Выражение грусти на лице: уголки губ опущены, лоб сморщен, брови немного сдвинуты.

Выражение страха: глаза широко раскрыты, рот буквой "О", лицо напряжено.

Выражение удивления: глаза и рот широко открыты.

-Потянулись, а теперь откройте глаза, потому что нам пора возвращаться в детский сад!

4 Итог

Построение в шеренгу. Вспомнить с детьми, где они сегодня побывали, что делали, что больше всего понравилось.

Предложить оценить свою работу на занятии:

похлопать в ладоши так сильно, как хорошо они занимались

Методические рекомендации по организации работы по физической культуре в детском саду.

При планировании непосредственно образовательной деятельности (НОД) по физической культуре необходимо учитывать взаимосвязь процесса обучения основным видам движений с развитием двигательных способностей детей.

Наряду с рациональной организацией, (разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении заданий, команд, указаний воспитателя и т.д.) важны определенная свобода и самостоятельность действий, стимулирующая творчество и инициативу детей. Каждое занятие по физической культуре должно приносить радость ребенку, пробуждать у него интерес, стимулировать творческую активность, развивать потребность в разных видах упражнений и подвижных играх. С этой целью воспитателю необходимо широко использовать разные приемы и методы, выбор которых определяется конкретной педагогической задачей, особенностями программного содержания, подготовленностью детей и другими условиями. Эффективность НОД по физической культуре в дошкольном учреждении во многом определяется пониманием основных целей, среди которых можно выделить:

- Удовлетворение естественной биологической потребности у ребенка в движении;
- Формирование двигательных умений и навыков;
- Развитие необходимых физических качеств и двигательных способностей ребенка;
- Активизация мыслительной деятельности, поиск адекватных форм

поведения в необычных ситуациях;

- Формирование положительных эмоций, проявление нравственных качеств и творческих способностей.

Для обеспечения оптимальной моторной плотности ООД по физической культуре необходимо следующее:

- Определить объем физической нагрузки для детей данного возраста и распределить ее с учетом состояния их здоровья и уровня физической подготовленности;

- Предусмотреть достаточную площадь, рациональное размещение физкультурного оборудования и пособий, санитарно - гигиенические требования, следить за наличием соответствующей одежды и обуви;

- Продумать задачи и программное содержание в соответствии с основными принципами обучения и воспитания;

- Давать ясное, лаконичное объяснение заданий, четко показывать упражнения;

- Продумать музыкальное сопровождение, которое должно сочетаться с движениями и создавать положительный эмоциональный настрой у детей;

- Использовать разные способы организации детей: фронтальный, групповой, индивидуальный, посменный, круговую тренировку;

- Во время выполнения комплекса упражнений, особое внимание обращать на осанку детей и их дыхание.

Приложение 4

Памятка для родителей

«Игры на снятие нервно - психического напряжения».

«Космическое путешествие».

Возраст: 2-7 лет.

Цель: Раскрепостить детей, сплотить группу, вырабатывать согласованность движений, внимание, развивать чувство ритма, снять нервно психическое напряжение.

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 бурные эмоции у детей.



Приложение 5

Фото отчет:





Приложение 6

Картотека игр с пособием: «Волшебный парашют».

Для работы с детьми 3-4 лет *(от простого к сложному)*

Задачи игр:

- выработать согласованность движений;
- развивать координацию движений;
- развивать слуховое восприятие, внимание;
- активизировать двигательные навыки;
- развивать скорость и реакцию на заданный сигнал;
- вызывать положительные эмоции.
- снятие нервно-психического напряжения.

Игра №1 - «Всем привет!»

Ход игры: дети держатся за петли парашюта. По сигналу ведущего «Привет!» все игроки поднимают парашют высоко над головой и кричат: «Привет!». Игра повторяется 3–5 раз.

Игра №2 — «Ветер. Тихо. Ураган»

Ход игры: дети держатся за петли парашюта. По сигналу педагога «Ветер!» дети начинают раскачивать парашют, образуя небольшие «волны». По сигналу «Тихо!» – опускают руки, парашют

находится в состоянии покоя. По сигналу педагога **«Ураган!»** дети начинают сильно раскачивать парашют, образуя большие **«волны»**.

Игра №3 — **«Летает – не летает»**

Ход игры: все игроки держатся за край парашюта. Педагог 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.

Игра №4 — **«Кто позвал?»**

Ход игры: дети идут по кругу, произнося слова, ребенок-ведущий в центре, под парашютом, узнает того, кто позвал его по имени.

« (имя ребенка-ведущего), ты сейчас в лесу, мы зовем тебя – АУ!

... не зевай, кто позвал тебя узнай!»

Игра №5 — **«Дует, дует ветерок...»**

Ход игры: игру можно проводить для одного ребенка или для подгруппы детей. Воспитатель называет имя (имена) ребенка (детей), который размещается в центре на парашюте или под парашютом, сидя, лежа, как ему нравится. Дети поднимают и опускают парашют, создавая потоки воздуха, **«дуют на него»**.

Игра №6 — **«Ветер»** Ход игры: дети берутся за ручки парашюта, одновременно плавно его поднимают и опускают, и наслаждаются ветром, который вылетает из-под парашюта. При этом для синхронизации движений хорошо приговаривать:

Высоко-высоко подняли,

А теперь низко-низко опустили!

А теперь снова высоко-высоко подняли,

И снова низко-низко опустили!

Игра №7 — **«Воздушные шарики»** (**«Летающие пёрышки»**)

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за ручки или ткань парашюта. На парашюте лежат воздушные шарики (перышки). Цель игры — плавно поднимать и опускать парашют, не давая воздушным шарикам (перышкам) вылететь из парашюта.

Игра №8 — **«Салют»**

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за ручки или за ткань парашюта. На парашюте лежат маленькие разноцветные шарики. Цель — подбрасывать мячики на куполе парашюта, не давая им упасть на пол.

Игра №9 — **«Попкорн»**

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за ручки или за ткань парашюта. На парашюте лежат маленькие мешочки с песком. Цель — подбрасывать мешочки с песком на куполе парашюта, не давая им упасть на пол.

Игра №10 — «Не урони мяч»

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за ручки или ткань парашюта. На парашюте лежит легкий мяч. Цель игры — прокатить мяч по парашюту, не уронив вниз.

Игры на сенсорное ориентирование

Задачи:

- развивать слуховое восприятие;
- развивать внимание, память и мышление;
- развивать согласованность движений;
- развивать скорость и реакцию на заданный сигнал;
- закреплять знания основных цветов;
- воспитывать терпение и уважение к другим игрокам.

Игра №11 — «Будь внимателен!»

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за петли или за ткань парашюта. Воспитатель называет (показывает) цвет сектора – дети, держащие парашют за сектор заданного цвета поднимают вверх руки с парашютом.

Игра №12 — «Путаница»

Задачи:

- развивать слуховое восприятие;
- развивать двигательную реакцию на заданный сигнал;
- развивать внимание, память и мышление;
- закреплять знание основных цветов.

Ход игры: парашют лежит на полу (земле), на нем рассыпаны кегли 4 основных цветов. По сигналу воспитателя дети по одному подходят, берут 1 кеглю и ставят ее на сектор соответствующего кегле цвета.

Игру можно усложнить. Воспитатель вызывает детей по одному и дает задание, например, «Поставь зеленую кеглю на желтый сектор» и т.д.

Игры с бегом по кругу с использованием парашюта

Задачи:

- выработать согласованность движений;

- развивать координацию движений;
- развивать слуховое восприятие, внимание;
- активизировать двигательные навыки;
- развивать скорость и реакцию на заданный сигнал;
- вызывать положительные эмоции.

Игра №13 — «Карусель»

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за петли или за ткань парашюта. По сигналу воспитателя (по музыкальному сигналу) дети начинают быстрый шаг (бег) в одну сторону. По сигналу воспитателя (по музыкальному сигналу) меняют направление движения.

«Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели.

А потом, потом, потом

Всё бегом-бегом-бегом!

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите!»

Вариант игры «Снежная карусель»:

Началась метель,

Закружилась карусель.

Все быстрее летят снежинки –

Белокрылые пушинки.

Все быстрее, все быстрее

закружилась карусель.

Погодите, не спешите,

Карусель остановите!»

Игра №14 — «Самолеты»

Ход игры: дети стоят по кругу, держась за петли или за ткань парашюта одной рукой, вторая рука отставлена в сторону, как крыло самолета. По сигналу воспитателя (по музыкальному сигналу) дети начинают быстрый шаг (бег) в одну сторону. По сигналу воспитателя (по музыкальному сигналу) меняют направление движения.

Самолёты загудели,

Самолёты полетели.

На полянку тихо сели,

Да и снова полетели. У-у-у-у-у-у...

Игры-театрализации с использованием чудо-парашюта

Задачи:

- выработать согласованность движений;
- развивать координацию движений;
- развивать слуховое восприятие, внимание;
- активизировать двигательные навыки;
- развивать скорость и реакцию на заданный сигнал;
- развивать речь, проигрывая знакомых сказок, потешек;
- вызывать положительные эмоции;
- воспитывать терпение и уважение к другим игрокам.

Игра №15 — «Муравьиная зарядка»

Ход игры: все игроки держат парашют и выполняют движения по тексту:

Муравьи проснулись рано (дети сидят на корточках, держат парашют)

Потянулись (встают потягиваются, парашют вверх)

Встали прямо (опускают руки вниз)

Прыг да скок, прыг да скок (прыжки на двух ногах)

Новый начался денек! (шагают на месте)

Вместе весело живем-

Хорошо быть муравьем!

Музыкальная игра №16 — «Солнышко и дождик»

Ход игры: выполняется под музыкальное сопровождение. Воспитатель произносит команду «Солнышко» — дети медленно идут по кругу, «гуляют». Когда воспитатель произносит команду «Дождик» — все дети прячутся под парашютом. Игра повторяется несколько раз. Залезая под парашют, нельзя отпускать руки или ткань парашюта.

Игра №17 — «Три медведя»

Ход игры: все игроки держат парашют и выполняют движения по тексту:

3 медведя шли домой (дети идут с парашютом по кругу)

Папа был большой, большой (парашют поднят вверх)

Мама с ним – поменьше ростом (руки с парашютом на уровне груди)

А сынок – малютка просто (приседают, опуская парашют)

Очень маленький он был,

С погремушками ходил (парашют ритмично поднимают и опускают)

Дзинь – дзинь!

Игра №18 — «Под грибом»

Ход игры: все игроки держатся за ручки парашюта и плавно поднимают его три раза. На третий раз все, отпуская руки, заходят внутрь парашюта, и он плавно опускается на игроков.

Скок — скок — скок,

Спрячемся все под грибок!

Или: Дует-дует ветерок,

Заходите под грибок!

Игра-театрализация №19 — «Теремок»

Ход игры: воспитатель вместе с детьми держит парашют и рассказывает сказку «Теремок». Часть детей – актеры в масках персонажей сказки, другие дети помогают держать парашют. По ходу сказки называется один из персонажей. Когда ребенок-персонаж слышит, что в сказке говорят о нем, он отпускает парашют и говорит по тексту свои слова «**Тук-тук, кто в теремочке живет?...**» После ребенок заходит под купол парашюта и ждет прихода следующего персонажа. Игра продолжается до конца сказки, пока все персонажи не попадут в теремок (под парашют)

«Весёлый мячик»

Ребята стоят в кругу, держась двумя руками за парашют. Воспитатель бросает на сектора парашюта резиновый мяч среднего размера. Дети, поднимая и опуская разные сектора парашюта, стараются перекатывать мяч, произнося слова:
Ты катись, веселый мячик,
Парашют не даст упасть.
У кого веселый мячик –
Постарайся передать!

«Быстрые пальчики»
(моторика рук)

Дети держат парашют хватом сверху и, перебирая пальчиками, собирают его в гармошку, продвигаясь к центру круга.

«Карусель»

Дети вместе с воспитателем двигаются по кругу и произносят слова: Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели.
А потом, потом, потом
Все бегом, бегом, бегом.
Тише, тише, не спешите,
Карусель остановите.
Раз, два, раз, два –
Повернулась детвора.

Игра «Салют»

Дети набирают как можно больше шариков из бассейна и кладут их на парашют. Затем берут парашют за края и медленно поднимают и опускают на счёт «раз, два, три». После слова «три!» бросают шарики вверх и разбегаются. Затем собирают шарики, снова кладут их на парашют, и игра повторяется.



Игровое пособие
«Волшебный парашют»

Выполнила:
Инструктор по физкультуре МБДОУ
«Детский сад 58»
Иванова Юлия Андреевна

Анкета для педагогов

«Игровая деятельность детей в группах»

1. Удовлетворяет ли Вас то, как играют сегодня дети?

2. Какие виды игр преобладают в группе?

3. На Ваш взгляд, занимает ли игровая деятельность должное место в жизни детей? Почему?

4. Каково значение игры в жизни дошкольника?

5. Должен ли педагог принимать участие в организации игры? Если да, то в чем будет заключаться эта работа?

6. Как Вы заботитесь о создании игровой обстановки?

7. Что, по Вашему мнению, не хватает для обогащения игр?

8. Что Вам необходимо для достижения достаточного уровня организации игры?

http://ds58biy.edu22.info/images/11.03.2022_цветной_парашют.pdf

Сценарий спортивного развлечения для детей средней группы «Волшебный парашют»

Цель: доставить радость и создать положительное эмоциональное настроение от развлечения.

Задачи:

- обеспечивать разностороннее развитие личности
- воспитывать смелость, ловкость
- развивать умение ориентироваться в пространстве воспитывать доброжелательное отношение между детьми, желание помогать.

Ход досуга.

1 часть.

Дети входят в зал под музыку и останавливаются в кругу.

Инструктор: Здравствуйте, дети! Я рада видеть всех вас и приглашаю вас в гости к волшебному парашюту.

«Мы шагаем по дорожке, поднимаем выше ножки!- *шагают.*

Чтобы нам не опоздать надо быстро нам бежать!- *бегут.*

По дорожке ровной, гладкой мы поскачем на лошадке!- *скачут прямым галопом.*

По извилистой тропинке тихим шагом мы пойдём .
Все болота, лужи, кочки осторожно обойдём.- *идут змейкой*
Все приехали? Ура! Вот и славно детвора.

ОРУ с дидактическим пособием

«Волшебный парашют»

II. Основная часть.

1. И. п.: о. с. парашют держим двумя руками, руки опущены

1– поднимаем руки вверх, выполняем взмах, образуя купол.

2 – опускаем руки вниз, парашют опускается — *(8 раз)*

2. И. п.: стоим боком, держим парашют левой рукой, правая рука на поясе, ноги на ширине плеч:

1. - правую руку в сторону,
2. - руку вверх,
3. - руку к парашюту, коснуться левой руки,
4. - руку вверх,
5. - руку в сторону,

б. - руку вниз.

Затем повернуться в другую сторону. — (по 4 раза в каждую сторону)

3 И. п. — лечь на сектор парашюта головой к центру-

1 — поднять прямые ноги, руки на полу ладонями вниз — упр.

«велосипед»

2 — ноги опустить, и. п;

4. И. п.: о. с., парашют держим двумя руками, руки опущены

1. – приседаем, руки вперед, пяточки оторвать от пола,

2. — И. п. — (8 – 10 раз)

3. И. п. стоя у парашюта, отойти на 1 шаг назад, ноги вместе, руки внизу;

4. — прыжки «звёздочка» — руки в стороны, ноги врозь,

5. – ноги вместе, руки вниз. (7-8 раз)

6. Упражнение на восстановление дыхания, «Насос»

«Вверх-вниз» — с парашютом в медленном темпе поднимаем парашют – «вдох» и опускаем – «выдох» — (делать 5-6 раз)

Игра «Домик – теремок»

Возраст: 2-я младшая, средняя группа

Инвентарь: парашют

Цель: развивать быстроту реакции на сигнал

Содержание: Дети берутся за ручки парашюта, и плавно опускают его, потом поднимают высоко, и дают парашюту наполниться воздухом. В этот момент дети забегают в домик, и там сидят.

Вариант: Можно приглашать в домик не всех детей, а по одному, получится отличная игра на знакомство. Более того, если в группе больше, чем один Ваня, то мы сразу увидим всех детей с одинаковыми именами.

Открываем теремок,

Ваня, Ваня, заходи!

И в окошки погляди.

А теперь вылезай, и Андрюшу приглашай.

Игра «Грибок»

Возраст: 2-я младшая, средняя группы

Инвентарь: парашют

Цель: развивать мышцы плечевого пояса и синхронизацию движений

Содержание: 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.

Дует-дует ветерок,

Заходите под грибок!

Игра «Карусели»

Возраст: 2-я младшая, средняя группы

Инвентарь: парашют

Цель: закреплять бег по кругу с замедлением и ускорением

Содержание: Дети берутся за парашют и идут по кругу, проговаривая слова и выполняя движения в соответствии с текстом:

Еле-еле, еле-еле

Завертелись карусели.

А потом, потом, потом

Всё бегом-бегом-бегом!

Погодите, не спешите,

Карусель остановите!

Игра «Поезд»

Возраст: 2 младшая и средняя группы

Инвентарь: парашют

Цель: учить сочетать движения со словами и музыкой.

Содержание: Дети, держась за парашют левой рукой, двигаются по кругу, правой рукой делают круговые вращательные движения и говорят слова:

Летит поезд во весь дух

Поднимают и опускают парашют:

Ух-ух, ух-ух!

Повторяют те же движения, только в другую сторону, поменяв руки.

Загудел тепловоз: «У-у!»

Домой деток повез.

«Ду-ду-ду! Ду-ду-ду!» Я всех мигом довезу!»

Релаксация «Солнышко и тучка»

(Ребенок ложится на определенный сектор парашюта, головой к центру, закрывает глаза. Инструктор говорит слова, а дети слушают и представляют).

Представьте себе, что вы загораете на солнышке. Но вот солнце зашло за тучку, стало холодно – все сжались в комочек чтобы согреться (*задержать дыхание*). Солнышко вышло из-за тучки, стало жарко – все расслабились (*на выдохе*). Повторить 2 – 3 раза.

Итог: благодарят волшебный парашют за игры интересные и прощаются с ним.