Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 25 комбинированного вида Невского района

Санкт-Петербурга

**Использование новых технологий при**

**реализации образовательной области**

**«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

**Автор технологии:**

инструктор по физической культуре

Рябкова Юлия Павловна

**2015**

**Актуальность.**

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании –технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

Я представляю технологию стимулирования здоровья, посредством применения игрового нестандартного оборудования «Ловушка» и работу с ним по определённой методике.

**Участники реализации технологии:**

* дети дошкольного возраста ДОУ общеразвивающего вида
* дети дошкольного возраста ДОУ компенсирующего вида (с нарушением речи и с нарушением зрения)
* педагоги ДОУ
* семьи воспитанников

**«Ловушка» -**прозрачный конусообразный предмет из пластика, поверхность которого декорирована разными по форме и цвету деталями. Ловушки изготавливаются из пластиковых бутылок разного размера от 0.33мл до 2л путём деления на две неравные части. Необходимая часть с горлышком и пробкой подвергается обработке в месте разреза для безопасного использования, далее декорируется деталями из самоклеящейся плёнки (полоски, геометрические фигуры, рисунок из геометрических фигур). К ловушке подбираются шарики соответствующего размера и цвета.

****

**Основная цель упражнений:**

физическое развитие и укрепление здоровья ребенка дошкольного возраста.

**Задачи работы**:

* развивать интерес к физическому развитию, развитию быстроты, выносливости, равновесия, ловкости;
* укреплять здоровье;
* формировать двигательные умения и навыки;
* развивать двигательную активность;
* развивать умение ориентироваться в большом и малом пространстве;
* развивать зрительное внимание;
* развивать зрительно-двигательную ориентировку;
* развивать зрительное восприятие;
* развивать координацию движений;
* разнообразить самостоятельную двигательную активность детей.

**Предполагаемый результат:**

повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы детьми дошкольного возраста, посредством включения в содержание педагогического образовательного процесса упражнений с «Ловушками».

**Материальное обеспечение:**

1. «Ловушки», соответствующего размера и оформления.
2. Шарики из сухого бассейна основного размера, шарики малого размера (теннисные) – четырёх основных цветов.
3. Сухой бассейн.
4. Контейнеры/корзины красного, жёлтого, зелёного, синего цвета.
5. Зрительные ориентиры – две прямые линии (верёвки), два модуля - прямоугольный параллелепипед, коврики.
6. Скамейка (две парты – для работы в группе)

**Методика:**

1. Упражнения с ловушками планируются и проводятся:

* в спортивном зале и на спортивной площадке на занятиях по физической культуре 1 раз в неделю,
* в совместной деятельности педагога с детьми (досуги, праздники) 1 раз в месяц,
* в самостоятельной деятельности детей в группе и на детских площадках 1 раз в неделю.

2. Обучение строится по принципу «от простого к сложному» - принцип развивающего обучения.

3. Дети выполняют упражнение по заданию педагога, совершая определённое количество повторений, для достижения результата:

младший возраст 3-4 раза, старший возраст 5-6 раз. Дети младшего возраста выполняют упражнения только с 1 по 10 номера, дети старшего возраста выполняют все упражнения

с 1-16 номера. Подвижные игры также имеют ограничения по возрасту.

4. Упражнения выполняются:

\*группой детей,

\*подгруппой детей

\*индивидуально с педагогом (в индивидуальной работе по развитию двигательных умений и навыков).

**Организация взаимодействия с семьями воспитанников** осуществляется в различных формах взаимодействия: фотоотчёт в социальной сети («Наши тренировки»), конкурс на «лучшую Ловушку» группы, выставка «Ловушек», открытое занятие, домашние задания, индивидуальные консультации по развитию движений.

**Содержание:**

1. **Упражнение «Посмотри и возьми» \***

**Задача:** учить соотносить предметы по цвету.

**Инструкция педагога ребёнку:**

-Посмотри на «Ловушку», назови какого цвета детали рисунка (полоски, геометрические фигуры). Возьми из сухого бассейна (корзины) один шарик такого же цвета как полоска (кружочки, геометрические фигуры) на «Ловушке».

\*С этого упражнения необходимо начинать все последующие виды упражнений с ловушками, оно концентрирует, ориентирует внимание ребёнка на дальнейшую работу с нужным предметом по цвету.

**2. Упражнение «Беспорядок»**

**Задачи: у**чить соотносить предмет по цвету; развивать умение локализовать цвет, величину предметов в большом пространстве из множества; упражнять в метании предметов вдаль; развивать умение ориентироваться в большом пространстве.

**Методика:**

 Дети делятся на две команды (например, мальчики и девочки). Команды по очереди берут шарики из бассейна (корзины) и бросают в открытое пространство, как можно дальше. Все дети берут «Ловушки», рассматривают рисунок, называют цвет деталей рисунка и собирают «Ловушкой» шарики того цвета, что и детали рисунка, относят в сухой бассейн (корзину). Задание считается выполненным, когда будут собраны все шарики.

**3. Упражнение «Прокати и догони»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве; упражнять в прокатывании малого мяча в прямом направлении.

**Методика:**

Дети по 2-3 человека встают в шеренгу, приняв правильную позицию (исходное положение) для прокатывания шарика, одной рукой берётся «Ловушка» хватом сверху, второй рукой берём шарик. По команде дети прокатывают шарик вперёд, прослеживая его движение, бегут за ним и закрывают «Ловушкой».

Инструкция педагога ребёнку: «Принимаем позицию, смотрим вперёд, делаем замах (отведение руки назад вдоль туловища), прокатываем шарик вперёд, догоняем и закрываем «Ловушкой».

**4. Упражнение «Я прокачу, а ты поймай»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Дети встают в шеренгу, приняв правильную позицию (исходное положение) для ловли шарика от педагога (сидя на коленях, стоя). Ловушка берётся одной рукой хватом сверху. В зависимости от зрительных возможностей педагог встаёт напротив ребёнка, выбрав оптимальное расстояние от него. Педагог называет имя ребёнка, фиксирует взгляд ребёнка на шарике и прокатывает его по направлению к ребёнку. Ребёнок ловит шарик, закрывая его ловушкой.

**5.Упражнение «Прокати другу по дорожке»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве.

**Методика:**

Дети парами встают напротив друг друга, между ними педагог кладёт две параллельные линии- дорожка. Принимают исходное положение: стоя на коленях, сидя на пятках; ловушку держат одной рукой хватом сверху-сбоку, в другой руке шарик (один на двоих). Педагог даёт указание зафиксировать взглядом шарик, посмотреть на дорожку, по которой он должен прокатиться и оттолкнуть от себя шарик своему другу, который должен поймать шарик, закрывая его ловушкой.

Вариант: дети принимают исходное положение стоя ноги на ширине плеч, друг напротив друга, совершая прокатывание шарика «прямой рукой снизу», сопровождая бросок наклоном туловища вперёд.

Усложнение: увеличить расстояние между друг другом (2,5-3 метра и больше).

1. **Упражнение «Прокати другу в воротики»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве.

**Методика:**

Дети парами встают напротив друг друга (1,5-2 метра младший возраст, 2-2,5 метра- старший возраст), по середине между ними педагог кладёт два модуля- параллелепипеда - воротики. Принимают исходное положение: стоя на коленях, сидя на пятках; ловушку держат одной рукой хватом сверху-сбоку, в другой руке шарик (один на двоих). Педагог даёт указание зафиксировать взглядом шарик, посмотреть на дорожку, по которой он должен прокатиться; оттолкнуть от себя шарик своему другу; поймать шарик, закрывая его ловушкой.

Вариант: дети принимают исходное положение стоя ноги на ширине плеч, друг напротив друга, совершая прокатывание шарика «прямой рукой снизу», сопровождая бросок наклоном туловища вперёд.

Усложнение: увеличить расстояние между друг другом (2,5-3 метра и больше).

**7. Упражнение «Таракан»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве; развивать быстроту реакции, внимание.

**Методика:**

Ребёнок или группа детей встают вдоль линии (в шеренгу) на расстоянии вытянутой руки; принимают исходное положение: стоя на коленях, сидя на пятках, в руке «Ловушка», хват сверху-сбоку. Педагог (ребёнок) прокатывает шарик вперёд вдоль линии (верёвки); дети должны постараться поймать прокатывающийся мимо них шарик, закрыв его ловушкой.

Вариант: Педагог может выложить ограничение (ни одна линия/верёвка, а две), в центре которого прокатывается шарик.

**8.Упражнение «Перебрось мне»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве относительно второго участника.

**Методика:**

В основе заложен –отработка навыка метания, способом «прямой рукой -снизу». Ребёнок встаёт напротив педагога у зрительного ориентира (корзинка с шариками), принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. По команде педагога ребёнок берёт шарик, совершает этапы метания и бросает педагогу, у которого в руках «Ловушка».

**9. Упражнение «Поймай от меня»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Упражнение выполняется в паре – педагог с ребёнком. Ребёнок принимает исходное положение: основная стойка, в руке ловушка – хват снизу-сбоку (вторая рука произвольно) Педагог встаёт напротив ребёнка на расстояние от 1,5 метра, фиксирует взгляд ребёнка на шарик и совершает бросок способом «прямой рукой - снизу». Ребёнок старается поймать шарик ловушкой. Если это группа/подгруппа детей, то дети строятся у ориентиров в шеренгу, педагог по очереди выполняет бросок каждому из участников.

**10. Упражнение «Подбрось и поймай»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Способ организации- один ребёнок, группа, подгруппа.

Дети встают врассыпную. Принимают исходное положение: основная стойка; в одной руке ловушка, хват снизу-сбоку, вторая рука с шариком выставляется вперёд. Педагог обращает внимание участников на фиксацию взглядом шарика, совершения броска в нужном направлении (вверх) и силой броска (бросок не должен быть очень сильным), на прослеживание за полётом шарика. После броска участник должен постараться поймать шарик ловушкой.

**11. Упражнение «Перебрось другу»**

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Упражнение выполняется в паре – ребёнок с ребёнком. Дети встают напротив друг друга на расстояние от 1,5 метра, принимают исходное положение: основная стойка, в руке ловушка – хват снизу-сбоку, вторая рука произвольно у одного из участников, у второго - в руке шарик. Один из участников совершает поэтапный бросок способом «прямой рукой - снизу» (позиция, прицел, замах бросок), второй ловит. Педагог обращает внимание второго участника на фиксацию взглядом шарика и прослеживание его полёта, после чего он должен постарается поймать шарик ловушкой.

**12. Упражнение «Ловишки в кругу»** ловля от педагога

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Упражнение выполняется группой детей и педагогом. Дети берут ловушки и встают в большой круг, педагог берёт шарик и встаёт в цент круга (на расстояние от 1,5 метра). Дети принимают исходное положение: основная стойка, в руке ловушка – хват снизу-сбоку (вторая рука произвольно) Педагог встаёт напротив ребёнка, фиксирует взгляд ребёнка на шарик и совершает бросок способом «прямой рукой - снизу». Ребёнок старается поймать шарик ловушкой. Педагог по очереди или выборочно выполняет бросок с каждым из участников, предварительно назвав имя (для концентрации его внимания).

**13. Упражнение «Круг»** («треугольник», «квадрат») перебрасывание друг другу

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Упражнение выполняется группой детей. Дети берут ловушки и встают в большой круг (на расстояние от 1,5 метра друг от друга). Дети принимают исходное положение: основная стойка, в руке ловушка – хват снизу-сбоку (вторая рука произвольно) Педагог даёт одному из участников шарик. Ребёнок называет имя «ловца». Педагог фиксирует взгляд ребёнка («ловца») на шарик. Участник с шариком совершает бросок способом «прямой рукой - снизу», названный им участник старается поймать шарик ловушкой. Далее участник у которого оказывается шарик, повторяет вышеописанные действия.

**14. Упражнение «Стеночка»** (1 и два игрока)

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете, развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве.

**Методика:**

Упражнение выполняется индивидуально или подгруппой детей. Ребёнок встаёт у зрительного ориентира, напротив стены на расстояние от 1,5 метра, принимает исходное положение: основная стойка, в одной руке ловушка – хват снизу-сбоку, в другой шарик. Участники совершают поэтапный бросок шарика и ловят после отскока от стены. Желательно, чтобы на стене был ориентир, помогающей сориентировать для броска.

**15. Упражнение «Мост»** (скамейка)

**Задачи**: развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве, точность движений.

**Методика:**

Упражнение выполняют два участника. Участники встают по краям скамейки напротив друг друга. Принимают исходное положение: стоя на коленях, сидя на пятках; ловушка в одной руке хватом сверху-сбоку, в другой руке шарик. Задача участников- прокатить шарик друг другу по полотну скамейки и поймать его, накрыв «Ловушкой»

**16. «Ловушкабол»** (волейбол)

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза; развивать умение сосредотачивать взгляд на предмете; развивать прослеживающую функцию глаза; развивать умение ориентироваться в пространстве, точность движений.

**Методика:**

Группа детей делится на две команды. Участники встают на своё поле напротив друг друга, строятся в шеренгу или в две шеренги (в шахматном порядке). Условие: участник у которого шарик должен назвать имя ловца, перебрасывает через натянутый шнур, названный игрок старается поймать.

Вариант: когда у участников появится определённый опыт по основному варианту упражнения, педагог может организовать командную игру, где участники будут перебрасывать шарик без называния имени ловца, стараться ловить, чтобы заработать команде очко.

**17. Подвижная игра «Накорми друга»**

**Задачи:** развивать ловкость, быстроту; развивать умение ориентироваться в большом пространстве; способствовать укреплению мышц спины.

**Правила:**

Педагог – ведущий. Дети – игроки.

Игроки встают в круг, «Ловушки» держат двумя руками за спиной, глаза закрыты. Ведущий незаметно кладёт любому игроку шарик в «Ловушку» и громко спрашивает: «Кто нас накормит?» - тот, у кого шарик отвечает «Я!!!»; игроки расходятся быстрым шагом врассыпную, держат ловушки двумя руками за спиной, сохраняя правильную осанку; водящий двигается за игроками так же быстрым шагом, стараясь догнать игрока и положить шарик в ловушку. После чего игра останавливается и начинается снова с построения в круг.

**18.** **Игра малой подвижности «Овощи»** (в соответствие с лексической темой)

**Задачи:** развивать координацию движения руки и глаза**;** развивать зрительно-двигательную ориентировку; активизировать словарь детей

**Правила:** Дети берут «Ловушки» хватом снизу-сбоку и встают в круг. Педагог задаёт тему игры, например, «Овощи» и кладёт шарик любому участнику. Дети должны назвать овощ и переложить без помощи второй руки шарик в ловушку рядом стоящему участнику. Игра продолжается пока шарик не вернётся к первому игроку. Дети должны стараться не повторять названные овощи, отвечать быстро.

Вариант: педагог забирает шарик и кладёт другому участнику, изменяя тему и направление движения, например, с темы «Овощи» на тему «Фрукты».

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Серия подвижных игр находится в стадии разработки и апробации.

Далее представлен примерный календарный план работы использования технологии в физкультурно-оздоровительной работе.

**Примерное календарное планирование работы использования технологии стимулирования здоровья в физкультурно-оздоровительной работе инструктора по ФК в 2014-2015 уч. г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Недели**  | **Младший возраст Упражнения №**  | **Старший возраст. Упражнения №** |
| **Октябрь** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №3 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 |
| **2** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №3 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №3 |
| **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №4 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №3, №4 |
| **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 |
| **5** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №4 Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Ноябрь**  | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №5 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №5 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»:№1, №5 | Упражнения с «Ловушками»:№1, №6 |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №6 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №7 |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №6Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Декабрь** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №7 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №8 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»:№1, №7 | Упражнения с «Ловушками»:№1, №9 |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1,№3 | Упражнения с «Ловушками»: №1,№10 |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №4Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Январь** | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №7 |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 |
| **Февраль** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №3 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №11 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»:№1, №4 | Упражнения с «Ловушками»:№1, №12 |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1,№5 | Упражнения с «Ловушками»: №1,№13 (круг) |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №8Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Март** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №9 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №14 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»:№1, №9 | Упражнения с «Ловушками»:№1, №15 |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1,№10 | Упражнения с «Ловушками»: №1,№16 |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Апрель** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №9, №10 | Подвижная игра №17 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №9, №10 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №10 |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №3 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №7 |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №4Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Май** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №6 (круг) | Упражнения с «Ловушками»: №1, №14 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №6 (круг) | Упражнения с «Ловушками»: №1, №13 (треугольник) |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №10 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №16 |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2Подвижная игра с «Ловушками»: №18 |
| **Июнь** | **1** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2, №3 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №16 |
|  | **2** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №10 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №12 |
|  | **3** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №10 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №13 (квадрат) |
|  | **4** | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2Подвижная игра с «Ловушками»: №18 | Упражнения с «Ловушками»: №1, №2 |