

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Краснодарского края  
Краснодарский педагогический колледж**

ул. Ставропольская, 123/Г

(861)233-73-31, (861) 234-33-23

**РЕЦЕНЗИЯ**

*на методическую разработку*

*«Использование нестандартного оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста», авторов-составителей:  
инструкторов по физической культуре Рыбалко Ирины Ивановны  
и Сурминой Людмилы Евгеньевны,  
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
муниципального образования город Краснодар «Детский сад № 17»*

Представленная на рецензирование методическая разработка Рыбалко И.И. и Сурминой Л.Е. – это сборник игр и рекомендаций работы с нестандартным физкультурным оборудованием (ленточками, платочками, весёлыми мешочками, игровым парашютом и пр.) и предназначена для родителей, воспитателей, музыкальных руководителей и инструкторов по физической культуре детских садов с целью увлечения дошкольников физкультурными занятиями и привлечения внимания родителей к проблеме сохранения здоровья детей.

Актуальность данной методической разработки заключается в необходимости укрепления здоровья детей согласно требованиям ФГОС ДО, и в повышении желания детей заниматься физической культурой.

Новизна разработки Рыбалко И.И. и Сурминой Л.Е. состоит в необычной форме и красочности нестандартного оборудования, которые привлекают внимание детей и повышают их интерес к выполнению основных движений и упражнений и способствуют высокому эмоциональному тону во время занятий.

Достоинствами данной разработки являются:

1. Охарактеризована роль спорта и физкультуры для здоровья дошкольника.
2. Акцентируется внимание на влияние нестандартного физкультурного оснащения и оборудования на занятия детей физическими упражнениями. «Упражнения с использованием физкультурного оборудования развивают психофизические качества: ловкость, глазомер, силу и т.д. Нестандартное оборудование привлекает внимание детей, поддерживает интерес к занятиям, дает положительный эмоциональный настрой. Нестандартное оборудование – это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы» и т.д.

3. Представлены различные игры с использованием нестандартного оборудования.

Методическая разработка «Использование нестандартного оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста» авторов Рыбалко И.И. и Сурминой Л.Е. имеет практическую значимость и методическую ценность для педагогов и может быть рекомендована для применения инструкторам по физической культуре, а также другим педагогам дошкольного образования и родителям дошкольников.

11.02.2025 г.

Рецензент: преподаватель высшей  
квалификационной категории  
ГБПОУ КК КПК

Подпись Зоиде З.И.  
удостоверяю



руководителя  
И. ЗАВОРОДНЯЯ

З. И. Зоиде

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД КРАСНОДАР «ДЕТСКИЙ САД № 17»

## Методическая разработка

«Использование нестандартного оборудования  
физкультурной оздоровительной работе с детьми дошкольного  
возраста»

*Авторы-составители:*

инструктора по физической культуре  
Сурмина Людмила Евгеньевна,  
Рыбалко Ирина Ивановна

Краснодар, 2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение .....</b>	<b>3</b>
<b>1. Нетрадиционное оборудование для развития физических качеств у детей дошкольного возраста.....</b>	<b>5</b>
<b>1. 1. Технологии использования нестандартного оборудования в ДОУ.....</b>	<b>6</b>
<b>1. 2. Использование педагогами в ДОУ нестандартного физкультурного оборудования.....</b>	<b>7</b>
<b>1.3.Рекомендации педагогам по использованию нетрадиционного физкультурного оборудования в работе с детьми.....</b>	<b>8</b>
<b><i>Приложение 1</i></b>	
<b>Оборудование, используемое в моей работе.....</b>	<b>10</b>
<b><i>Приложение 2</i></b>	
<b>Картотека игр с нестандартным оборудованием.....</b>	<b>14</b>
<b>Заключение .....</b>	<b>28</b>
<b>Список используемой литературы .....</b>	<b>29</b>

*«Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».*  
*В. А. Сухомлинский.*

## **Введение**

Ни для кого не секрет, что здоровье ребенка у каждого родителя стоит на первом месте. Наиболее эффективным и доступным средством увеличения потенциала здоровья является физическая культура и, прежде всего, двигательная активность. Мы на практике убеждаемся в снижении интереса детей к двигательной активности, их малоподвижности, нежеланию принимать участие в подвижных играх. Что приводит к росту заболеваемости.

Как сделать так, чтобы мир движений стал, действительно привлекательным, интересным для детей и родителей? В решении этой проблемы, в своей работе я стала использовать нестандартное оборудование, изготовленное своими руками, которое позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки и способствует повышению интереса к физкультурным занятиям, делают более разнообразными движения детей, развивают творчество и фантазию.

Занятия с нестандартным оборудованием могут носить как развлекательный характер, так и тренировочный характер; их можно организовывать в форме игровых, сюжетных, тематических, учебно-тренировочных занятий.

**Новизна** заключается в необычной форме и красочности нестандартного оборудования, которые привлекают внимание детей и повышают их интерес к выполнению основных движений и упражнений и способствуют высокому эмоциональному тону во время занятий.

Изготовленное нестандартное оборудование малогабаритное и достаточно универсальное, легко обрабатывается. Оно легко трансформируется при минимальных затратах времени и его можно использовать как в условиях помещений, так и на улице.

**Актуальность:** данной методической разработки заключается в необходимости укрепления здоровья детей и реализации ФГОС, необходимостью повышения мотивации детей на занятиях по физической культуре.

Ребёнок по своей природе – деятель, и деятельность его выражается, прежде всего, в движении. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее идет интеллектуальное развитие. Но исследования последних лет свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своём испытывают дефицит движения. Одной из причин этого является их длительное пребывание в сидячем положении: у телевизоров, компьютеров, за столами, особенно это касается детей старшего дошкольного возраста, когда идёт интенсивная подготовка к школе. Подобная гиподинамия приводит к увеличению статической нагрузки на определённые группы мышц, снижению сил работоспособности мускулатуры, нарушению 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.

Для полноценного развития ребенка необходимо, чтобы в двигательной деятельности он знакомился как можно с большим количеством разнообразных физкультурных пособий и предметов.

Известен научно – обоснованный вывод, что ни имитация, ни образы не дают положительного результата при выполнении двигательных заданий, как оборудование и пособия.

Один из путей решения данной проблемы – использование нетрадиционного спортивного оборудования, которое может:

- служить дополнительным стимулом активизации физкультурно-оздоровительной работы;
- решить задачи формирования двигательных навыков в основных видах движений;
- обогатить двигательный опыт;
- развивать творчество и фантазию;
- заинтересовать детей;
- изменить стиль работы воспитателей.

**Цель** данной методической разработки заключается в том, чтобы повысить у детей интерес к физкультурным занятиям, сформировать потребность к самостоятельным действиям, а также привлечь внимание родителей к проблеме сохранения здоровья детей.

## 1. Нетрадиционное оборудование для развития физических качеств у детей дошкольного возраста

**Нестандартное физкультурное оборудование** – это оборудование, сделанное своими руками из списанного инвентаря и подручных средств и материалов. Работая над проблемой повышения интереса детей к различным видам двигательной деятельности, нужно разнообразить самостоятельную двигательную активность детей с помощью нестандартного физкультурного оборудования, сделанного своими руками из различных подручных средств и материалов. На эффективность проведения занятий влияет качественная и глубоко продуманная предварительная работа по подготовке всех необходимых пособий и инвентаря, которые помогут проводить комплекс упражнений живо, эмоционально, интересно. Но при этом необходимо учитывать, что нестандартные спортивные снаряды должны отвечать основным санитарно-гигиеническим требованиям, предъявляемым к спортивному оборудованию, а именно:

- безопасным;
- максимально эффективным;
- быть доступным для лиц разной физической подготовленности;
- способствовать развитию всех мышечных групп и большинства физических качеств воспитанника;
- быть простым в изготовлении, удобным и надежным в эксплуатации, легко обслуживаться;
- компактным, занимать минимальную площадь.

**Нестандартное оборудование** вызывает интерес тем, что его формы могут быть необычны, яркой окраски. Дети с лёгкостью могут работать с ним.

Актуальные проблемы, решаемые с использованием нетрадиционного спортивного оборудования:

- служить дополнительным стимулом активизации физкультурно-оздоровительной работы;
- решить задачи формирования двигательных навыков в основных видах движений;
- обогатить двигательный опыт;
- развивать творчество и фантазию;
- заинтересовать детей;

### *Физическое развитие*

Совершенствовать технику основных движений; развивать физические качества; формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности; проводить комплекс оздоровительных мероприятий.

### *Социально-коммуникативное развитие*

Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и нестандартного оборудования; формировать навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх в непосредственно образовательной деятельности (ОД, при использовании нестандартным спортивным инвентарем во время прогулок.

### ***Познание***

Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр., специальные упражнения с нестандартным оборудованием на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых, построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из нестандартного спортивного оборудования, просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах.

### ***Речевое развитие***

Проговаривание действий и названия упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы занятий физической культурой, закреплять умение детей согласовывать движение со стихотворным текстом, закреплять знания детей о произведениях на сюжетных занятиях и развлечениях.

### ***Художественно-эстетическое развитие***

Развитие артистических способностей в подвижных играх с использованием нестандартного оборудования; проведение игр, гимнастики и упражнений под музыкальное сопровождение; формирование эстетического отношения к окружающему миру (*внешний вид, оформление помещения*).

## **1. 1. Технологии использования нестандартного оборудования в ДОУ**

Проведение физкультурных занятий с использованием нестандартного оборудования показывает, что увеличение двигательной активности детей возможно как за счет качественного улучшения методики занятий, повышение их моторной плотности, так и за счет применения нестандартного оборудования, его эффективного использования, что позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки.

Эффективно использовать физкультурное оборудование - это значит обеспечить оптимальную продолжительность его применения в течение всего дня в

разных формах и видах деятельности с тем, чтобы добиться овладения детьми всеми видами физических упражнений, их двигательного творчества на уровне возрастных и индивидуальных возможностей. Один из приёмов повышения эффективности использования физкультурного оборудования – новизна, которая создаётся за счет внесения нового нестандартного оборудования, смены переносного оборудования, разных пособий в своеобразные комплексы (*полосы препятствий, домики, заборчики, барьеры*). Дети всех возрастов выполняют упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием с большим удовольствием и достигают хороших результатов.

## **1. 2. Использование педагогами в ДОО нестандартного физкультурного оборудования**

В группе организован центр физкультуры и спорта, где имеется нестандартное физкультурное оборудование. Оно создано педагогами группы и с семьями воспитанников из бросового материала. Оно безопасное и яркое, составлена картотека спортивных игр и подобраны цели и задачи соответственно программе и возрастным особенностям воспитанников.

Важно отметить то, что игра - одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности).

В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе.

Игры, используемые для физического воспитания в детском саду, можно разделить на 2 большие группы: подвижные и спортивные, при использовании нетрадиционного физкультурного оборудования у детей развивается двигательная активность и интерес к физической культуре.

Планируя подвижные и спортивные игры, следует учитывать:

- общий уровень физического и умственного развития,
- уровень развития и двигательных умений,
- состояние здоровья каждого ребенка,
- индивидуальные типологические особенности,
- время года,
- особенности режима дня,
- место проведения игры,
- интересы детей.

Образовательное значение подвижных и спортивных игр заключается, прежде всего, в приобретении новых двигательных навыков.

### 1.3. Рекомендации педагогам по использованию нетрадиционного физкультурного оборудования в работе с детьми

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.

Эффективность реализации задач и содержания физического воспитания детей дошкольного возраста во многом зависит от наличия рациональной предметно-игровой среды в дошкольном учреждении. Двигательная активность является естественной потребностью организма. Особое значение движения имеют в дошкольном возрасте. Повышению двигательной активности способствует использование тренажеров и нестандартного оборудования.

**Нестандартное оборудование** – это дополнительных стимул активизации физкультурно – оздоровительной работы. Можно ли без особых затрат обновить игровой инвентарь? Если у нас есть желание что-то сделать своими руками и немного фантазии, мы легко справимся с этой задачей.

Использование нетрадиционного физкультурного оборудования позволяет :

- 1) Повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр.
- 2) Развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память.
- 3) Развивать чувство формы и цвета.
- 4) Способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения, варьировать задания. Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску.

Основные принципы использования нестандартного оборудования :

- оборудование может быть использовано на физкультурных занятиях и в самостоятельной двигательной деятельности детей в помещении и на воздухе – оно эффективно для развития двигательной активности, профилактики плоскостопия, формирования правильной осанки. Начиная упражнения с оборудованием от самых простых, следует постепенно переходить к более сложным, разнообразить движения.

- важно чередовать упражнения так, чтобы нагрузка в движениях, идущих друг за другом, не приходилось на одни и те же группы мышц. Полезно использовать дыхательные упражнения, на расслабление мышц.

- в процессе выполнения упражнений необходимо внимательно следить за состоянием самочувствия детей, не допускать перегрузок.

**Нестандартные** пособия должны соответствовать правилам охраны жизни и здоровья детей, требованиям гигиены и эстетики, а размеры и конструкции оборудования и пособий должны отвечать анатомо-физиологическим особенностям детей, их возрасту.

**Оборудование** должно быть доступным, многофункциональным, привлекательным для детей, удобным в уборке и хранении, компактным, практичным, экономичным.

**Виды нестандартного оборудования :**

- по соотношению с разными видами физических упражнений;
- по месту использования;
- по типу размещения;
- по размерам;
- по возрасту детей;
- для занятий с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья;

Упражнения с нестандартным оборудованием совершенствуют :

- координацию движений;
- совершенствуется осанка;
- повышается устойчивость вестибулярного аппарата;
- укрепляют связочно – суставной аппарат.

Применение нестандартного оборудования и пособий вносит разнообразие в подвижные игры и физкультурные мероприятия, позволяет шире использовать различные упражнения, варьировать задания, вносить изменения, разнообразить праздники и развлечения, как в помещении, так и на свежем воздухе.

Многообразен мир вещей, способных обрести вторую жизнь. При создании интересных пособий можно использовать самые различные материалы. Бесполезные на первый взгляд предметы превращаются в яркое, удобное в использовании оборудование для двигательной активности. Многие пособия достаточно компактны и просты в изготовлении. Особое внимание необходимо уделять их прочности и безопасности, гибкости и способности легко трансформироваться, эстетичности оформления.

Нестандартное оборудование – это дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому, оно, никогда не бывает лишним и скучным. Для педагогов и родителей, я предлагаю несколько примеров нестандартного физкультурного оборудования, которые легко можно изготовить своими руками.

**Оборудование, используемое в моей работе:**

**1. Разноцветные ленточки.**

Используются для развития координационных способностей, в подвижных играх, при выполнении общеразвивающих упражнений, на праздниках и для забав, для выполнения музыкальных упражнений.

Изготавливаются из деревянных палочек (длина 20-25 см.) и отрезков атласных лент разных цветов (длина 80-100 см.)

**2. Платочки.**

Используются для развития координационных способностей, в подвижных играх, при выполнении общеразвивающих упражнений, на праздниках и для забав, для выполнения музыкальных упражнений.

Изготавливаются из отрезков ткани разной фактуры и цвета.

Размер 20x20 см.



**3. Паутинка.**

Используется для тренировки мелкой моторики пальцев рук, для развития у детей ловкости, координации движений, быстроты.

Изготавливается из



пластикового обруча, шерстяных ниток, деревянных палочек (длина 20-25 см.) и отрезков атласных лент разных цветов (длина 80-100 см.)

#### 4. Заря – Заряница!

Используется для приобщения детей к русским народным играм. Способствует развитию ловкости, координационных способностей, выносливости, смекалки, а также развитию устной речи, сохранению и укреплению физического и психического здоровья.

Изготовлено из дерева и отрезков атласных лент разных цветов (длина 3 м.) Оборудование для этой игры изготовлено родителями.



#### 5. Снежки.

Используются для развития ловкости, быстроты реакции, координации движений, меткости, на праздниках и развлечениях. (Попади в цель, меткий стрелок, крепость и т.д.)

Изготовлены из синтепона (диаметр 8 см.).

## 6. Веселые мешочки.

Используются для обучения дошкольников метанию, мешочки - незаменимый спортивный атрибут. Их можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях.



Необходимые материалы: отрезки ткани разных цветов (по количеству необходимых мешочков, размером 25\*25см.), лента атласная разных цветов, шириной 1см. и длиной 25 см. (на каждый мешочек по 5 ленточек), детские колготки, нитки, иголка, ножницы, рис для наполнения мешочков.

## 7. Игровой парашют.

Игровой парашют – это яркая ткань, состоящая из нескольких цветных секторов. Диаметр парашюта 3 метра.

Парашютом можно играть в спортивном зале или в группе, но парашют больше подходит для игр на свежем воздухе. Игры в парашют – не соревновательные: они учат согласованности действий и умению чувствовать движения других игроков. В играх с парашютом это могут почувствовать даже самые маленькие игроки!



Парашют – яркая и запоминающаяся игра, которая отлично подходит для праздников и для знакомства, для объединения детей в команду.

## 8. Балансир.

Способствует развитию ловкости и равновесия, занятия на них воздействуют на мозжечок, который отвечает за память и речь, координацию движений и т.д.

Изготовлен балансир из фанеры, размером 40\*27\*1,5 см. Высота самого балансира 9 см.



## 1. Кубик выбора

«Кубик выбора» - это мобильное устройство, дающее возможность для самовыражения детей, их эмоционального благополучия. Игры с использованием «Кубика выбора» помогают детям дошкольного возраста во всех образовательных областях, в соответствии с ФГОС ДО



**Использование:** можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях и при выборе подвижных игр и эстафет. В работе с пособием можно использовать как знакомые игры и упражнения, так и знакомить с новым материалом. Кубик изготовлен из фетра и синтепона.

## Картотека игр с нестандартным оборудованием

### Баланс борд

Баланс борд – универсальный тренажер, который пригодится не только тем малышам, кто только начинает заниматься спортом, но и более профессиональным юным спортсменам.

Он незаменим для детей, которые занимаются в балетных, танцевальных, цирковых студиях, а также увлекаются скейтбордом, сноубордом, лыжами, конькобежным спортом и даже различными видами единоборств.

Простой, компактный и доступный тренажер не занимает много места, что позволяет использовать его в маленьких помещениях, в школьных спортзалах, в группах детского сада, в спортивных секциях, во время индивидуальных и групповых занятий.



**Цель:** Создание условий для воспитания здорового, жизнерадостного, физически совершенного, интеллектуально развитого ребёнка.

Совершенствование равновесия и координацию движений, укрепление мышц тазобедренного сустава и голеностопной части, развитие двигательной и эмоциональной активности.

#### **Задачи:**

1. Стимулировать работу отдела головного мозга - мозжечка для профилактики речевых и психических нарушений, раскоординированности в движениях.
2. Развивать физические качества координацию и ловкость в движениях, тренировать равновесие и вестибулярный аппарат, а также осознание ребенком схемы собственного тела.
3. Обогащать двигательный опыт детей посредством формирования новых двигательных умений в играх и упражнениях на тренажёре балансире
4. Формировать правильную осанку, походку, развивать чувства ритма и темпа.
5. Развивать интерес к занятиям по физкультуре, поддержку внимания на занятии.
6. Профилактика гиперактивности, нарушений речевой функции, письма, задержки психомоторного развития.

## Упражнения на балансировочных досках для детей

### Упражнение № 1. «Основа».

Для того чтобы усложнять тренировки и разнообразить их, малыш должен научиться самому главному: сохранять равновесие на доске, минимально используя страховку и поддержку, за счет только мышц своего тела.

Поэтому, начальное упражнение – это стойка на балансборде.

Исходное положение: стоя на полу.

Взять ролик, положить на пол у стены или другой опоры, до которой просто дотянуться; Встать у того края доски, который упирается в пол. Туловище и стопы повернуты по направлению вдоль доски.

Поставить правую ногу поперек доски на ближний край;

Взяться за опору для подстраховки левой рукой;

Поставить так же левую ногу, на другой конец доски, перенести на нее вес.

Время: 1-2 минуты.

С каждым разом его можно увеличивать и стараться находить точку баланса, не придерживаясь за стену или другую опору.

### Упражнение № 2. «Черепашка».

Упражнение помогает хорошо поработать с мышцами спины и плеч.

Для этого ребенку нужно лечь животом на баланс борд, ноги вытянуты прямо, носками касаются пола. Руки расставлены в стороны по бокам.

Стараясь как можно меньше помогать себе руками, отталкиваясь от пола только пальцами ног и носочками, малыш должен поддерживать равновесие и положение доски, параллельное полу.

Время: 1-2 минуты, 4 подхода

### Упражнение №3. «Перевес»

Упражнение научит ребенка сохранять равновесие, когда его собственный вес распределяется неравномерно и подготовит к более сложному этапу – стоять на баланс борде на одной ноге.

Нужно встать на баланс борд и сохранять равновесие 1-2 минуты.

Потом полностью перенести вес на одну ногу, при этом вторую не отрывать от поверхности доски.

Удерживать равновесие еще 1 минуту, вернуться в исходное положение.

То же самое проделать и для другой ноги.

Через месяц регулярных тренировок нужно пробовать отрывать ногу, с которой перенесен вес, от поверхности доски, с каждым разом увеличивая расстояние и время.

Количество подходов от 3 до 5.

### Упражнение №4. «Мячик»

Это усложненное упражнение, предназначенное для того, чтобы ребенок научился держать равновесие за счет работы мышц ног и балансирования тела, без помощи рук.

Нужно взять в руки футбольный или баскетбольный мяч *(для детей младшего возраста можно использовать небольшой игровой мячик)*.

Встать на баланс борд, держа мячик обеими руками внизу.

Сохранять равновесие в течении 1 минуты.

Медленно поднять мяч вверх над головой, сохранять равновесие столько, сколько получается.

Плавно опустить руки с мячом на уровень груди, балансировать 1 минуту.

Отвести руки с мячом максимально вправо, не меняя положение тела.

Удерживать равновесие 30 секунд, выполнить в другую сторону.

Выполнить 3 подхода в каждую сторону.

### **Упражнение №5. «Стойка на коленях»**

Это упражнение хорошо разрабатывает мышцы поясницы, т.к. равновесие поддерживается преимущественно за счет работы верхней части тела.

Придерживаясь за опору, нужно встать на доску коленями, так как ребенок уже умеет это делать, становясь ступнями.

При этом носки могут касаться пола или слегка в него упираться.

Первые несколько тренировок можно использовать широко расставленные руки, чтобы лучше удерживать равновесие, но с каждой тренировкой нужно стараться держать их как можно ближе к телу и не помогать.

Взрослый может поддерживать ребенка под локти, но избегайте того, чтобы малыш *«висел»* на руках.

### **Упражнения с мешочками и мячами.**

1. Подкидывать мяч (мешочек) и ловить, произнося слог с автоматизируемым звуком.

2. Подкинуть мяч(мешочек), хлопнуть, назвать слог(слово) с автоматизируемым звуком, поймать мяч(мешочек).

3. Ударами мяча об пол или о стену делить слова на слоги. При этом ребенок ловит мяч двумя руками или одной рукой.

4. Бросать мяч об пол одной рукой ловить другой при этом называть слоги (слова) с автоматизируемым звуком.

### **Упражнения с мячом-маятником.**

1. Ловим и бросаем мяч-маятник (он подвешивается на крючок, вбитый в полку, на расстоянии 1м 30см от пола) двумя руками, произнося слог с автоматизируемым звуком
2. То же с хлопками
- 3.«Подбивать» (раскрытой ладонью вверх) мячик левой рукой, правой, поочередно. Произнося при этом слог с автоматизируемым звуком
- 4.Отбивать мячик ракеткой, планкой, произнося слог(слово) с автоматизируемым звуком.
5. Ловить и бросать взрослому разными руками поочередно с разного расстояния, произнося слоги (слова) с автоматизируемым звуком.

### **Хороводные игры с использованием Карусели.**

В настоящее время наблюдается большое внимание к национальной культуре и искусству. **Духовно-нравственное воспитание подрастающего поколения осуществляется через постоянное изучение фольклора, народных ремёсел и традиций.** Популярность в работе с дошкольниками хороводные игры обрели неспроста. Хоровод — древнейший вид танца. Он сопровождал славян в различных жизненных ситуациях: во время обрядовых процессий, полевых работ, свадебных гуляний и др.

#### **Каким образом хороводные игры благоприятствуют развитию детей?**

- ✓ Само построение хоровода — круг — воспитывает ребят. Расположение участников на одинаковом расстоянии от центра создаёт ощущение равенства. **В хороводной цепочке каждый ребёнок понимает значимость движения в такт музыке, в соответствии с правилами.** За целостность хоровода ответственны все, эта игра способствует организованности группы.
- ✓ Хороводные игры являются музыкально-ритмическими. Дети двигаются по кругу и совершают дополнительные движения в такт музыке. **Развивается звуковое восприятие и координация движений.**
- ✓ В хороводных играх движения сочетаются с песенным и музыкальным сопровождением. К старшему дошкольному возрасту дети самостоятельно исполняют песни. **Таким образом, развиваются исполнительские навыки.**
- ✓ Содержание хороводных песен приобщает детей к народной культуре. Ребята погружаются в напевность медленных мелодий, резвятся под потешные песни. **Фольклорные песни зарождают в ребятах нравственные качества: любовь к родному краю и живой природе, стремление к добру.**

**Цель:** Развитие речевой и двигательной активности, психологической комфортности, коммуникабельности, навыков общения.

**Задачи:**

1. Приобщать ребёнка к русскому народному творчеству, к истокам старины через песни, танцы, хороводы, русские народные игры.
2. Познакомить с характерными особенностями русского народного творчества и народной культуры, с семейными традициями.
3. Воспитывать интерес к русскому фольклору, обычаям и обрядам русского народа.

**Игра «Карусели».**

**Цель:** Упражнять детей в умении ходить и бегать по кругу со сменой темпа и направления, не наталкиваясь друг на друга. Выполнять движения по сигналу воспитателя. Развивать координацию движения. Повышать эмоциональный тонус.

**Оборудование:** Стойка с лентами.

**Ход игры:**

Воспитатель: «Сейчас мы будем кататься на карусели». Воспитатель предлагает детям взяться за разноцветные ленты.

«Ребята, возьмите волшебные ленты карусели. Повторяйте слова за мной и двигайтесь дружно по кругу так, чтобы карусель не сломалась».

Держась за ленты обруча, дети вместе с воспитателем движутся по кругу и произносят следующие слова:

*Еле-еле-еле-еле*

*Завертелись карусели*

карусель медленно движется в правую сторону.

*А потом, потом, потом*

*Все бегом, бегом, бегом!*

Темп речи и движений постепенно ускоряется.

*Побежали, побежали,*

*Побежали, побежали!*

Карусель меняет направление движения.

*Тише, тише, не спешите,*

*Карусель ос-та-но-ви-те.*

*Раз-два, раз-два (пауза),*

*Вот и кончена игра.*

Темп движений постепенно замедляется, и на слова «раз-два» все останавливаются и кланяются друг другу.

### **Указания:**

Сначала нужно идти, а потом бежать. Бежать тихонько, не падать, не тянуть, не дёргать друг друга за руки. После слов: «Вот и кончена игра» останавливаемся, и кланяемся друг другу. Возможен вариант игры под музыкальное сопровождение.

### **Игра «Кукушка».**

**Цель:** Развитие слухового восприятия, умения различать голоса сверстников. Воспитание желания активно участвовать в играх.

**Оборудование:** Стойка с лентами.

### **Ход игры:**

Дети стоят в кругу, взявшись за ленты. В центре возле стойки водящий с закрытыми глазами.

Дети идут по кругу и поют:

К нам кукушка в огород,  
Прилетела и поет.  
Ты кукушка не зевай,  
Кто кукует, отгадай.

Воспитатель указывает на любого ребенка в кругу.

Ребенок произносит «Ку-ку».

Водящий должен угадать по голосу. Игра продолжается с другим водящим.

### **Игра «Ровным кругом»**

**Цель:** Учить детей согласовывать свои действия с действиями своих товарищей, развивать находчивость, фантазию.

**Оборудование:** Стойка с лентами.

### **Ход игры:**

Дети, взявшись за ленты, ритмично идут по кругу, говоря:

«Ровным кругом Друг за другом  
Мы идем за шагом шаг, Стой на месте!  
Дружно вместе, Сделаем вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает воспитатель или водящий.

Например: повернуться, наклониться, присесть и т. д. не отпуская ленту.

## Игра «Заря – зарница».

**Цели:** Обучение детей умению четко произносить слова. Развитие силы бега. Воспитание интереса к игре.

**Оборудование:** Стойка с лентами.

**Ход игры:** Один из детей держит шест с прикрепленными на конце лентами. Все играющие берут по одной ленте. Один из участников - водящий - стоит вне круга.

Водящий двигается в одну сторону, все остальные дети в другую.

Дети идут по кругу с лентами в руках со словами:

«Заря - зарница

Красная девица.

По полю ходила,

Ключи обронила.

Ключи золотые

Ленты расписные.

Шла – шла и ребят нашла!

После окончания слов, все останавливаются. Ребенок, рядом с которым остановился водящий, отпускает ленточку и становится спиной к водящему.

Дети произносят слова:

Раз - два, не воронь,

А беги как огонь».

Они вдвоем бегут в разные стороны и оббегают круг. Кто первым схватит оставленную ленту, победитель, а неудачник становится водящим.

## Дидактическое пособие «Волшебный парашют»

Игры с парашютом – это веселые командные игры. Игры могут быть очень активными, подвижными, а могут быть тихими и спокойными.

Участвовать в игре могут разное количество человек одновременно, в зависимости от размера парашюта, количества секторов.

Игры с парашютом развивают воображение, когда играющие «превращаются» в животных, а парашют - в разноцветное облако, радугу, карусель или поезд.

Играть можно как в помещении (в спортивном или музыкальном зале), так и на улице.

Во время участия детей в коллективных играх и игровых упражнениях с использованием пособия «Волшебный парашют» создается особая обстановка, требующая от детей умения согласованно решать задачи двигательного характера, подчиняться определенным правилам.

В результате использования дидактического пособия «Волшебный парашют» у дошкольников развивается координация движений, повышается двигательная активность, эмоциональный настрой; дошкольники проявляют дружеские отношения в игре, повышается интерес к физкультурным занятиям.

### **Игры и игровые упражнения с пособием «Волшебный парашют»**

#### **«Пустое место»**

(старший возраст)

**Цель:** развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.

**Ход игры:** Дети, встав вокруг парашюта, выбирают считалкой водящего  
(Пример считалки)

Раз, два, три, четыре, пять.

Нам друзей не сосчитать.

А без друга в жизни туго,

Выходи скорей из круга!

Дети, держась правой рукой за петли на краях парашюта, двигаются по часовой стрелке, а водящий идет в противоположную сторону со словами:

Вокруг домика хожу,

И в окошечко гляжу,

К одному я подойду,

И тихонько постучу.

Тук-тук-тук...

Все дети останавливаются. Ребенок, возле которого остановился водящий, спрашивает: Кто пришел?». Водящий называет имя ребенка и продолжает:

Ты стоишь ко мне спиной,

Побежим-ка мы с тобой.

Кто из нас молодой,

Прибежит быстрее домой?

Водящий и ребенок бегут вокруг парашюта в противоположные стороны.

Выигрывает тот, кто первым займет пустое место у парашюта.

## Попкорн.

*(Άαòè âñâð âίçðàñòíá)*

Дополнительный инвентарь - Много маленьких мячиков.

**Ход игры:** Разложив парашют на земле, высыпьте на него маленькие мячики или шарики. Затем по сигналу ведущего все участники должны встать у парашюта, поднять его и «хлопнуть» парашютом (сделать быстрое движение вверх и вниз), так чтобы мячики поднялись в воздух.

**Внимание!!!** Не позволяйте группе натягивать парашют - он может порваться. Продолжайте «готовить попкорн» до тех пор, пока не вылетят все шарики.

## "Кошки-мышки"

*(старший возраст)*

**Ход игры:** Дети растягивают парашют и держат его на уровне пояса. Один человек "мышка" залазит под парашют, другой - "кошка" - на парашют. (заранее разуйте "кошку" и не играйте, если очень мокро и грязно на улице). Дети в кругу стараются спрятать мышку от кошки, двигая руками вверх вниз, создавая волны. "Кошка" ловит "мышку". Потом или они меняются ролями друг с другом, или они меняются ролями с другими желающими из круга.

## «Ветерок»

*(младший возраст)*

**Цель:** вырабатывать согласованность движений

**Ход игры:** Дети берутся за ручки парашюта, и плавно его поднимают и опускают. Для синхронизации движений хорошо использовать любой ритмизованный текст.

Дует ветер (поднимать парашют вверх)

Ветерок, (отпускать вниз)

Задувает (поднимать парашют вверх)

Листья (отпускать вниз) и т.п.

Или «надувать» парашют – при вдохе через нос поднимаем руки с парашютом вверх, при выдохе – отпускаем вниз.

## «Море и волны»

**Цель:** вырабатывать согласованность движений, внимание, развивать темпо-динамические представления. Эта игра подходит для любого возраста. Она помогает как активизировать группу, так и успокоить.

**Ход игры:** Начинаем с мелких волн, потом раскачиваем парашют всё сильнее, устраиваем шторм. Затем постепенно уменьшаем волны, приговаривая, что ветер стал слабее, волны утихают, и на море штиль.

Далее заменяем слова музыкой. Громкая или быстрая музыка – сильные волны. Тихая или медленная музыка – слабые волны.

## «Прятки»

*(от 3-х лет)*

**Цель:** развивать внимание, вызывать положительные эмоции.

**Ход игры:** Все держат парашют, закрывают глаза и по команде ведущего один из игроков незаметно прячется под парашют. Выигрывает тот, кто быстрее всех угадал, кто же спрятался.

**С парашютом можно играть во многие хороводные игры с движением по кругу, с замедлением и ускорением, и т.п. Например, мы используем парашют для поздравления с днем рождения детей.**

## «День рождения» (хоровод)

**Ход игры:** Ребенок-именинник встает в центр парашюта. Остальные дети, взявшись за ручки парашюта, начинают медленно идти вокруг именинника, как бы «заворачивая» его в парашют(сначала в одну сторону, затем в другую) и говорят слова:

В день рожденья нашей (Вали)

Мы немножечко устали.

Рано утром прибирались,

А потом гулять собрались,

Пирогов испечь успели,

Потихоньку песни пели,

Стол красиво украшали,

И гостей к себе позвали.

Дружно, весело плясали!

После слов именинника «разворачивают» и просят поплясать или исполнить любую песенку или стихотворение.

### «Карусель»

*(средний, старший возраст)*

**Цель:** формировать умение ориентироваться в пространстве, двигаться в разном темпе; развивать эмоциональную сферу и чувство сопричастности общему делу.

Дошкольники вместе с инструктором по физической культуре расстилают парашют на полу, растягивают его по всей окружности. Каждый ребенок берется одной рукой за петлю на парашюте и вместе с инструктором по физической культуре 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,  
Вот и кончилась игра.

Дети сначала двигаются медленно, затем темп нарастает и переходит в бег. Дети постепенно останавливаются, делают поворот и берутся другой рукой за парашют. Направление движения меняется. Игру можно проводить и под музыку.

«**Волшебный парашют**» очень полезен как тихим и медлительным детям, так и активным, в том числе и гиперактивным детям, поскольку игры с парашютом дают возможность «растормошить» тихих детей и утихомирить особо шустрых.

Парашют даёт массу возможностей для игр с правилами, игр с границами. Кроме того, игры с парашютом развивают фантазию, умение подражать и показывать пантомимой какие – то характерные движения. Вы можете вообразить, что парашют – это домик, или море, или шляпка гриба... Дети под парашютом то изображают воробушков, то укладываются спать, то

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

### «Кубик выбора»

**Актуальность:** Педагогический процесс в нашем ДОО направлен на то, чтобы каждый ребенок ощутил радость от своих достижений. Каждый ребенок может найти для себя какое-то занятие или игру по интересам. Может найти занятие для одного, а может организовать совместную деятельность с другими детьми. Но как же предоставить ребенку право выбора подвижной игры или эстафеты? Ребятам очень сложно сделать выбор, и чтобы не возникало таких ситуаций, в спортивном зале был сделан

«Кубик выбора» по физкультурной деятельности. «Кубик выбора» - это мобильное устройство, дающее возможность для самовыражения детей, их эмоционального благополучия. Игры с использованием «Кубика выбора» помогают детям дошкольного возраста во всех образовательных областях (в соответствии с ФГОС ДО):

**Физическое развитие:** быстрота, сила, ловкость, выносливость. Дети становятся координированными, уверенными, что значительно расширяет круг практической деятельности.

**Познавательное развитие:** развитие восприятия, памяти, мышления. Происходит формирование познавательных действий, становление сознания. Способствует развитию воображения и творческой активности.

**Речевое развитие:** обогащается активный и пассивный словарь детей; совершенствуется диалогическая речь.

**Социально-коммуникативное развитие:** дети растут активными и самостоятельными. Происходит саморегуляция собственных действий

**Художественно-эстетическое развитие:** у детей развивается творческая активность и воображение. Происходит становление эстетического отношения к окружающему миру.

«Кубик выбора» это пособие, дающее огромный простор для манипулирования; тренирующее тактильное и зрительное восприятие, развивающее ориентацию в пространстве; развивает внимание и память; улучшает эмоциональное состояние детей.

**Использование:** можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях и при выборе подвижных игр и эстафет.

В работе с пособием можно использовать как знакомые игры и упражнения, так и знакомить с новым материалом.

Можно распечатать картинки-схемы выполнения различных упражнений, основных видов движений, спортивных атрибутов и картинки-ассоциации с подвижными играми и т.д.

Картинки ламинируем и используем наш кубик на занятиях и в индивидуальной работе с детьми.

У нас есть несколько вариантов использования кубика на занятиях, приведу несколько примеров:

1. Выбор предметов для выполнения ОРУ;



2. Выбор подвижной игры;



а) «Лохматый пес»

б) «Лиса и заяц»

в) «У медведя во бору»

3. Выбор нестандартного оборудования;



4. Упражнения на формирование осанки и профилактика плоскостопия.



Мы с детьми придумали четверостишье для игры с кубиком:

Раз, два, три, четыре, пять

Будем кубик мы бросать!

Раз, два, три

Кубик выбора – лети!

После того как кубик приземлится мы посмотрим, какое задание нам выпало.

## Заключение

Исходя из практического опыта деятельности, следует отметить, что использование на занятиях и в досуговых мероприятиях нестандартного спортивного инвентаря или оборудования дает свои определенные положительные результаты:

- у детей формируется устойчивый интерес к учебным занятиям в целом, и к разным видам движений в частности;
- дети разных возрастных категорий более легко и успешно осваивают основные виды движений: различные виды ходьбы, бега, ползания, лазания; упражняются в равновесии, бросании, метании и ловле мячей.



Благодаря сочетанию и рациональному использованию обычного стандартного оборудования и нестандартного инвентаря возрастает моторная плотность занятий, значительно повышается мышечный тонус детей, двигательная активность и эффективность выполняемых детьми упражнений.

Значимым результатом является улучшение социально-психологического климата и эмоционально-позитивного фона взаимодействия в детско-родительском коллективе.

Применение данных атрибутов и пособий на практических совместных занятиях и различных досуговых мероприятиях взрослых и детей, наглядно убеждает большую часть родителей в необходимости создания и активном использовании нестандартного спортивного инвентаря в домашних условиях.

*«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным: сделайте его крепким и здоровым!»  
(Народная мудрость).*

## Список используемой литературы

1. Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: Младшая группа. М.: Мозаика- Синтез, Москва 2021
2. Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: Средняя группа. М.: Мозаика- Синтез,Москва 2021
3. Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: Старшая группа. М.: Мозаика- Синтез, Москва 2018
4. Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: Подготовительная к школе группа. М.: Мозаика- Синтез, 2020
5. О.Н.Моргунова «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ», Воронеж 2005
6. Н.С.Голицина «Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ», Москва 2006
7. Е.А.Бабенкова, О.М.Федоровская «Игры, которые лечат для детей от 5 до 7 лет» «ТЦ Сфера», Москва 2008
8. Е.А.Бабенкова, О.М.Федоровская «Игры, которые лечат для детей от 3 до 5 лет» «ТЦ Сфера», Москва 2013
9. Интернет ресурсы

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Краснодарского края

Краснодарский педагогический колледж

ул. Ставропольская, 123/Г

(861)233-73-31, (861) 234-33-23

РЕЦЕНЗИЯ

на методическую разработку «Подвижные «залипательные» игры со скотчем как средство развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста»,  
авторов-составителей: инструкторов по физической культуре  
Рыбалко Ирины Ивановны и Сурминой Людмилы Евгеньевны,  
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
муниципального образования город Краснодар «Детский сад № 17»

Представленная на рецензию методическая разработка Рыбалко И.И. и Сурминой Л.Е. «Подвижные «залипательные» игры со скотчем как средство развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста» предназначена для инструкторов по физической культуре и воспитателей дошкольных образовательных организаций. Количество страниц 24.

Целью данной разработки является составление картотеки подвижных «залипательных» игр со скотчем, направленных на развитие физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

В основной части авторами описана характеристика подвижных «залипательных» игр со скотчем как средства и метода физического воспитания и развития ребенка, дана классификация подвижных «залипательных» игр со скотчем и раскрыта методика руководства подвижными «залипательными» играми.

Авторы методической разработки выделяют, что при проведении подвижных «залипательных» игр со скотчем, дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Физкультурные эстафеты и игры состязательного характера помогают детям закрепить основные движения и повысить двигательную активность. Игровая ситуация, организованная с помощью подвижных «залипательных» игр со скотчем, увлекает ребенка, а двигательная деятельность благотворно влияет на развитие физических двигательных навыков и качеств, укрепление здоровья. Также подвижные «залипательные» игры со скотчем служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и качеств.

Педагогическая ценность и практическая значимость представленной методической разработки состоит в том, что данные игры, представляются важным средством физического развития детей дошкольного возраста.

Содержание методической разработки – практико-ориентированно.

В приложении представлены подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста, которые представлены в следующей классификации: игры, развивающие преимущественно навыки быстроты; подвижные игры и игры с элементами соревнования; игры большой подвижности.

Материалы методической разработки «Подвижные «залипательные» игры со скотчем как средство развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста», представленные авторами-составителями Рыбалко Ириной Ивановной и Сурминой Людмилой Евгеньевной, соответствуют требованиям в образовательной области «Физическое развитие» и могут быть адресованы педагогам ДОО для использования в практике работы в целях развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

Подпись

10.03.2025 г.

Рецензент: преподаватель высшей  
квалификационной категории  
ГБПОУ КК КПК

Подпись Зоиде З.И.  
удостоверяю



руководителя  
И. ЗАВОРОДНЯЯ

З. И. Зоиде

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Детский сад № 17»

## МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

### *«Подвижные «залипательные» игры со скотчем как средство развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста»*



Авторы – составители:  
инструктора по физической культуре –  
Сурмина Людмила Евгеньевна,  
Рыбалко Ирина Ивановна

г. Краснодар, 2024

## Содержание

Аннотация.....	3
Пояснительная записка .....	3
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.....	5
1.1 Характеристика подвижных «залипательных» игр со скотчем как средства и метода физического воспитания и развития ребенка.....	5
1.2 Классификация подвижных «залипательных» игр со скотчем.....	10
1.3 Методика руководства подвижными «залипательными» играми со скотчем.....	11
Заключение.....	15
Список литературы.....	16
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	17
Приложение 1 Игры, развивающие преимущественно навыки быстроты	17
Приложение 2 Подвижные игры и игры с элементами соревнования.....	21
Приложение 3 Игры большой подвижности.....	23

## **Аннотация**

Подвижные «залипательные» игры со скотчем способствуют закреплению и совершенствованию двигательных навыков, а значит и физическому развитию старшего дошкольного возраста, при условии их систематического проведения. При проведении подвижных «залипательных» игр со скотчем, дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Физкультурные эстафеты и игры состязательного характера помогают детям закрепить основные движения и повысить двигательную активность.

Данная методическая разработка может представлять интерес как для инструкторов по физической культуре и спорту, воспитателей дошкольных образовательных организаций, так и для студентов педагогических колледжей по специальности 44.02.01 «Дошкольное образование»

## **Пояснительная записка**

«Многие из народов, прославившихся совершенством своего физического и духовного развития, совсем не занимались систематической гимнастикой, а, наоборот, на первом плане у них были игры».

Испокон веков в играх отражался образ жизни людей, их быт, труд, представление о честности, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, находчивость, волю и стремление к победе.

По содержанию все подвижные игры выразительны и доступны детям дошкольного возраста. Они вызывают работу мысли, развитие кругозора, уточнение представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, формируют и стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью дошкольника. Предложив детям подвижные игры, изготовленные с помощью скотча, мы поняли, что это универсальное

средство для развития детей дошкольного возраста.

Игровая ситуация, организованная с помощью подвижных «залипательных» игр со скотчем увлекает ребенка, а двигательная деятельность благотворно влияет на развитие физических двигательных навыков и качеств, укрепление здоровья. Также подвижные «залипательные» игры со скотчем служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и качеств.

Актуальность данной работы заключается в том, что игра является ведущим видом деятельности дошкольника, она понятна и доступна ему, а с помощью подвижных «залипательных» игр со скотчем, мы можем физически развивать ребенка.

Исходя из вышесказанного, определена **цель данной методической разработки** - составить картотеку подвижных «залипательных» игр со скотчем, направленных на развитие физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

#### **Задачи:**

1. Изучить виды подвижных игр и методику их проведения у детей старшего дошкольного возраста.
2. Подобрать подвижные «залипательные» игры со скотчем для детей старшего дошкольного возраста.
3. Способствовать закреплению и совершенствованию двигательных навыков дошкольников.
4. Определить основные педагогические условия, способствующие успешному осуществлению и дальнейшему совершенствованию физических качеств детей посредством организации подвижных «залипательных» игр со скотчем для старшего дошкольного возраста.

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### **1.1 Характеристика подвижных «залипательных» игр со скотчем как средства и метода физического воспитания и развития ребенка**

Любая подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций. Подвижные «залипательные» игры – это подвижные игры с использованием и применением скотча. С помощью цветного скотча очень легко обычное физкультурное оборудование (обручи, скакалки, кегли, гимнастические скамьи и др.) превратить в волшебные, увлекающие в игровой сюжет предметы. Так обычный обруч может превратиться в паутину, или в корзину. Обмотав его с обеих сторон разным цветом – обозначить времена года: белым – зима, зеленым – лето. Также скотч можно использовать, для обозначения мест, где должен находиться или куда должен бежать ребенок. Во время подвижных «залипательных» игр со скотчем у детей проявляется активность. В процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста подвижной игре принадлежит ведущая роль одного из основных средств и методов физического воспитания, а подвижные «залипательные» игры со скотчем позволяют более эффективно и быстрее решать образовательные задачи за счет более яркого и привлекательного внешнего вида. Они оказывают всестороннее воздействие на физическое развитие и оздоровление ребенка. В процессе выполнения игровых действий при организации подвижных «залипательных» игр со скотчем у детей формируются морально – волевые качества, развиваются познавательные системы поведения и ориентировки в условиях действия коллектива.

Подвижные «залипательные» игры со скотчем могут быть с правилами и без них.

Подвижная «залипательная» игра с правилами – это игра, в которой активная деятельность детей направлена на достижение цели. Цель достигается точным выполнением заданий, связанных с обязательными для

всех играющих правилами. Подвижная «залипательная» игра - двигательная деятельность, основным содержанием которой является выполнение конкретных движений. Структура игры регламентируется правилами. Правила определяют время выполнения двигательных действий и требования к их точности выполнения. Играющие должны строго и точно соблюдать правила игры, к ним они должны относиться сознательно и ответственно, что помогает регулировать двигательную деятельность и осуществлять самоуправление, присваивают каждому игроку определенное место в игре, взаимосвязь между играющими, а вот действия в пределах правил и роли отличаются большой самостоятельностью.

Одной из характерных особенностей подвижной «залипательной» игры является стремление к результату. Ребенок испытывает радость от удовлетворения в движениях, от эмоциональной атмосферы игры, однако особый эмоциональный подъем вызывает достижение реального, намеченного результата - выигрыша.

Отмечая назначение подвижных «залипательных» игр с использованием скотча в физическом образовании важно помнить, что игры должны состоять из действий, которые усваиваются при систематическом обучении. Подвижные «залипательные» игры для дошкольников включают разнообразный быстрый бег, бег с увертыванием, подлезанием, прыжки в длину, прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед. В процессе физического воспитания игру используют для укрепления двигательных навыков, сформированных на занятиях в разных упражнениях, и для их совершенствования, для получения более интенсивной функциональной нагрузки с целью укрепления всех органов, воспитания физических, морально-волевых и интеллектуальных качеств.

Подвижная «залипательная» игра с использованием скотча оказывает благотворное воздействие на детскую нервную систему. Для достижения успеха в игре нужно обладать реакцией, т.е. быть способным в минимальное время произвести целесообразное действие в ответ на внезапное изменение

темпа действия ребенка. При организации подвижных «залипательных» игр с использованием скотча активизируется работа большой группы мышц, что положительно действует на весь организм.

Подвижные «залипательные» игры со скотчем являются эффективным способом воспитания выдержки, что особенно важно для дошкольников, у которых процессы возбуждения преобладают над процессом торможения.

В подвижных «залипательных» играх со скотчем у детей начинает формироваться интерес к соревновательной стороне в ловкости, организованности.

С пятилетнего возраста можно использовать разнообразные игры-эстафеты. Становятся доступными игры с элементами спортивных игр: городки, баскетбол, футбол и др.

Оздоровительный эффект, достигаемый при проведении подвижных «залипательных» игр со скотчем, тесно связан с положительными эмоциями детей в любой игровой деятельности, благотворно влияющими на психику ребенка.

К практическим методам относится также соревновательный метод. Этот метод используется в старших группах детского сада в целях совершенствования уже приобретенных ранее навыков (но не состязания в борьбе за первенство). Обязательное условие соревнования соответствие его физическим уровнем развития, морально – волевым качеств, а также правильная оценка своих достижений и достижений других детей на основе сознательного отношения к ним.

При правильном руководстве соревнование может быть успешно использовано, как воспитательное средство, содействующее развитию двигательных навыков, развитию физических способностей, воспитанию морально – волевых черт личности.

Помимо указанных методов в процессе физического воспитания детей используются методы проблемного обучения, которые применяются при словесном, наглядном и практическом руководстве детьми. При

использовании методов проблемного обучения ставится конкретная задача, которую они решают самостоятельно.

Методы проблемного обучения применяются в старших группах, когда дети приобретут уже некоторые знания и овладеют определенным запасом двигательных умений и навыков, умеют самостоятельно упражняться и играть.

В процессе обучения детей двигательным действиям необходимо пользоваться комплексом различных практических приемов: наглядностью и словом. Инструктор демонстрирует выполнение упражнений, отдельных ролей в подвижных «залипательных» играх со скотчем, роль водящего стимулирует к участию в соревновании, увлекая задачей и показывая пример: кто лучше, кто скорее, кто правильнее выполнит движение, выполняет при соревновании роль судьи капитана команды в целях демонстрации способов действий, поведения, принимая правильные решения в отношении играющих.

Эмоциональный подъем создает у детей стремление к достижению общей для всех цели и выражается в ясном осознании координации движений, более точной ориентировки в пространстве и игровых условиях, в ускоренном темпе выполненных движений, увлеченности детей и их радостной устремленности к достижению цели, повышается роль воли, помогающей преодолевать препятствия.

В процессе участия в подвижных «залипательных» играх со скотчем ребенок направляет свое внимание на достижение цели, а не на способ выполнения движения. Он действует, приспособляясь к игровым условиям, проявляя ловкость и тем самым совершенствуя движения.

В подвижной «залипательной» игре ребенок учится регулировать степень напряжения внимания и мышечной деятельности в зависимости от игровой ситуации он может чередовать движения с отдыхом. Это содействует воспитанию наблюдательности, сообразительности, ориентации в изменяющихся условиях окружающей среды, находить выход из

создавшегося положения, быстро принимать решения, проявлять смелость, ловкость, инициативу, выполнять самостоятельно способ достижения цели.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные, разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, передвижениях, о современной технике. А в процессе участия в подвижных «залипательных» играх со скотчем создаются дополнительные возможности для развития речи, упражнений в счете: например, сосчитай сколько раз приклеится мухи-мягкие мешочки к липкой паутинке, сколько мягких шариков-пчелок наклеится на улей-обруч, сколько бумажных ярких самолетов приземлится на аэродром-обруч оклеенный скотчем.

В подвижных «залипательных» играх со скотчем развивается творческие замыслы детей. Так было дано задание детям вместе с родителями придумать подвижные «залипательные» игры, Каждая игра должна была иметь определенную цель, а формы игры отвечать этой цели. И почти все изобрели свои интересные игры, и так возникла картотека Подвижные «залипательные» игры со скотчем (приложение).

Игра является средством формирования личности ребенка. Эмоции, возникающие в игре – это оздоровительный компонент. Радость одно из обязательных условий игровой деятельности, без которой игра теряет для детей свой смысл.

В подвижных «залипательных» играх со скотчем детям дошкольного возраста приходится самим решать, как действовать, чтобы достичь цели, способствуя развитию самостоятельности, инициативы, творчества, сообразительности.

Подвижные «залипательные» игры со скотчем являются средством активного отдыха после напряженной умственной работы. Игровая деятельность укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья.

## 1.2 Классификация подвижных «залипательных» игр со скотчем

В подвижных играх ребенок действует в постоянно изменяющихся условиях. Игры как вид физических упражнений делятся, на подвижные и спортивные. Спортивные игры отличаются сложной и точной техникой. Игры с элементами спортивных игр рассматриваются как более высокая степень подвижной игры. Состав команд, обязанности игроков во время игры меняться не могут, необходим судья, правильная разметка площадки, соответствующий инвентарь. Необходимо уделять большое внимание играм с мячами, в которых дети овладевают навыками ловли, бросания, метания. При быстрых движениях с мячом интенсивнее протекают все физиологические процессы, что влияет на формирование быстроты реакции, ловкости, подвижности и т.п.

Обучать детей играм с элементами спортивных игр следует, постепенно переходя от простого к сложному. Подвижные и спортивные игры объединяют деятельность в быстро меняющихся ситуациях в соответствии с правилами.

Игры бывают сюжетные и бессюжетные. В сюжетных играх («Кот и мыши», «Наседка и цыплята») и в бессюжетных играх («Кто скорее добежит до флажка». «Перемени предмет»), правила представлены в открытом виде.

Есть еще один вид игр: игры-забавы, в которых происходит выполнение знакомых движений в необычных условиях (валенках, прыжки со связанными ногами, бег в мешках). Они требуют проявления ловкости и доставляют много веселья. Подвижные игры делятся, на элементарные и сложные. Элементарные, в свою очередь делятся на сюжетные, бессюжетные и аттракционы. Сюжетные игры имеют свой сюжет и твердо зафиксированные правила. Сюжет, отражает явления окружающей жизни (движение транспорта, движения и повадки животных). Правила обуславливают начало и прекращение движения, определяют поведение и взаимоотношения играющих. Подчинение правилам обязательно для всех. Сюжетные игры преимущественно коллективные («Пилоты», «Волк гуси»).

Бессюжетные игры содержат, интересные для детей двигательные задания (ловишки, перебежки). Подвижные игры с элементами соревнования (эстафеты, веселые старты), каждый сам за себя, и «болеет» за команду. К бессюжетным играм относятся игры с использованием предметов (кегли, кольцоброс и т.д.)

К сложным играм относятся: городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол). Используются элементы этих игр и играют по упрощенным правилам. Лучше, когда инструктор сам принимает в них участие.

Подвижные игры часто сопровождаются словами – стихами, песнями, речитативами. Они служат сигналом для начала и окончания игры. («Мы веселые ребята», «Мышеловка».) Можно усложнять подвижные игры, привлекая к этому старших детей.

Подвижная игра содержит неограниченные возможности формирования у детей ориентировки в пространстве: учатся выбирать маршрут передвижения, двигаться в коллективе детей. Подвижные игры нужно проводить не только на занятиях, но и во время прогулок.

### **1.3 Методика руководства подвижными «залипательными» играми со скотчем**

Образовательные и воспитательные функции подвижных «залипательных» игр со скотчем могут быть успешно осуществлены только при умелом руководстве, которое предусматривает управление двигательным поведением детей. Дети, действуя совместно со взрослым, запоминают последовательность операций, знакомятся с сигналами, по которым следует начинать и заканчивать движения, и требованиями к их выполнению. При проведении знакомых игр напоминать правила игры могут сами дети, отвечая на поставленные вопросы. В старшей группе не только в известной, но и в новой игре роль водящего поручают ребенку, лучше с помощью считалки.

Регулирование нагрузки осуществляется через определение количества повторений игры. Подвижные «залипательные» игры со скотчем с элементами соревнования вызывают у старших дошкольников большой интерес, увлекают их возможностью померяться силами, умениями, способностями. Дух коллективизма мобилизует детей. В командной игре победа определяется по сумме очков, полученных членами команд. Можно за попадание в корзину мячом давать флажок, складывая флажки в корзину. Тогда отчетливо видны успехи и неудачи каждого играющего: они наглядно оформлены. Команды должны состояться равными, по силам. Это можно поручить и капитанам. В этих играх наглядно отмечается не успех каждого ребенка, а победа всей команды. Это игры - эстафеты, комбинированные эстафеты.

Необходимо подбирать подвижные «залипательные» игры со скотчем, руководствуясь принципами подбора физических упражнений и возрастных особенностей детей. Помнить, что детей надо готовить к школе, укрепляя его здоровье, вырабатывая спортивные навыки и качества: быстроту, выносливость, силу, гибкость. Прежде чем играть в такую игру, как «Лягушка и цапля», надо научить детей прыгать в высоту с разбега через ленту из скотча. Такие игры не только помогут закреплению навыка прыжка, но и будут способствовать развитию ловкости, смелости. Игры с бегом, перебежками воспитывают в детях быстроту и ловкость.

Приобретенные умения позволяют детям достичь успеха в игре. Удачные действия вызывают у них радость, чувство уверенности в своих силах. Дети начинают действовать смелее и решительнее.

В играх «Кот и мыши», «Наседка и цыплята» при выполнении подлезания под ленту из скотча дети впервые встречаются с необходимостью совместных движений с действиями товарищей и сигналами игры, распределении внимания не только на процесс выполнения основных движений, но и восприятия создавшейся ситуации. Чтобы дети подлезали быстрее, нужно разбросать «корм» для мышей в норки - круги из яркого

скотча и скорость подлезания увеличится. Также нужно сочетать подлезание под ленту из скотча с бегом, (в эстафетах) бег, подлезание под ленту, снова бег.

Решение большинства поставленных задач может с успехом осуществляться при проведении игр на прогулках.

Для совершенствования навыков метания, как и подлезания, прежде всего, целесообразно подбирать и соответствующие игры. Во многих сюжетных играх навыки метания совершенствуют один два ребенка – водящие.

В несюжетных играх дети метают мягкие мячики в обручи, перемотанные скотчем по очереди. Примером таких игр являются «Лови, бросай – упасть не давай», «Чье звено самое меткое».

Для детей старшей группы подвижные игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей применяемых в коллективном соревновании. При соревновании небольших групп учитывается физическое развитие и индивидуальные особенности детей. Таким образом, важно не только правильно выбрать игру, но и провести ее так, чтобы она дала наибольший эффект. Объяснение несюжетной игры должно быть кратким, точным и интонационно-выразительным.

При проведении игр с элементами соревнования при объяснении уточняются правила, игровые приемы, условия игры. В таких играх рекомендуется предлагать задания не только на скорость, но и на качество выполнения движений. Команды формируются равные по силам в целях активизации неуверенных, застенчивых детей, их соединяют со смелыми и ловкими.

Распределение ролей в играх происходит по-разному. Можно и на примере активного ребенка показать, как важно быть смелым, можно самому быть водящим или игроком к общему удовольствию детей. Можно выбирать водящего по считалке. В процессе игры необходимо следить за движениями,

действиями и взаимоотношениями детей, выполнением ими правил игры, делая краткие указания.

При оценке игры необходимо отметить ее положительные стороны, назвать детей, удачно выполнивших свои роли, тех кто проявил выдержку, товарищескую взаимопомощь, и наоборот, порицать нарушение правил, и связанные с этим действия детей.

В задачи инструктора при руководстве подвижными «залипательными» играми со скотчем входит наблюдение за состоянием играющих и регулирование нагрузки общепринятыми приемами:

- увеличивать или уменьшать общее время игры, а также изменять количество повторений всей игры или отдельных ее частей;
- регулировать длительность перерывов в игре или проводить совсем без перерывов;
- проводить игру на большем или меньшем участке, с большим или меньшим количеством препятствий;
- изменять сложность препятствий преодолеваемых в игре;
- удлинять или сократить дистанцию для пробежек, подползания;
- варьировать количество основных движений.

Игра только тогда будет проходить слаженно, когда детям понятны действия и правила, которые они должны выполнять.

Таким образом, оздоровительное, воспитательное и образовательное значение подвижных «залипательных» игр со скотчем многообразно, но большое значение имеет творческое отношение и педагогическое мастерство инструктора. Элементы соревнования и творческие задания способствуют выработке прочных осознанных, достаточно гибких двигательных навыков, чтобы применять их в новых условиях, самостоятельно придумывать и проводить их со сверстниками, подводят к самостоятельной деятельности, что необходимо для подготовки детей к школе.

## Заключение

В результате работы, подтвердилось, что подвижные «залипательные» игры со скотчем способствуют закреплению и совершенствованию двигательных навыков, а значит и физическому развитию старшего дошкольного возраста, при условии их систематического проведения.

Народная мудрость гласит: «Здоровью цены нет». Вырастить ребёнка здоровым, сильным, крепким – это желание каждого родителя. Но как это сделать, какими средствами?

Быть в движении – значит укреплять здоровье. Именно в дошкольном возрасте, в результате целенаправленного, педагогического воздействия формируется здоровье, общая выносливость организма и другого качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности.

Старший дошкольный возраст обоснованно считается одним из наиболее важных периодов в процессе формирования личности. Двигательная активность в этом возрасте играет огромную роль в комплексном развитии организма ребенка. В этом возрасте развиваются физические качества, в том числе скоростно-силовые. Скоростно-силовая подготовленность детей 5-6 лет оценивалась с помощью результатов в метании на дальность, прыжках в длину, ходьбы, бега, лазанья. Этому способствовали упражнения, проводимые в основной части занятия и подвижных играх.

При проведении подвижных «залипательных» игр со скотчем, дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях.

Физкультурные эстафеты и игры состязательного характера помогают детям закрепить основные движения и повысить двигательную активность.

## Список литературы:

1. Ленерг Г., Лихман И. «Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста». М.:2023
2. Методические рекомендации к Программе воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2021
3. Пензулаева Л.И. «Настольная книга учителя физической культуры». – М.: Физкультура и спорт, 2020
4. Рунова М.А. «Двигательная активность ребёнка в детском саду»: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика – Синтез, 2023
5. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». – М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника». 2015
6. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика - Синтез, 2015
7. Фомин Н.А., Фомин В.Е. «Возрастные основы физического воспитания». – М.: Физиология и спорт, 2018
8. Фролова В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке». М.: «Просвещение», 2021

## ИГРЫ, РАЗВИВАЮЩИЕ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО НАВЫКИ БЫСТРОТЫ

### «Дети и медведи»

*Задачи:* развитие быстроты реакции, координации движений, воспитание ловкости, смелости.

*Инвентарь:* «льдинка» - обруч, перетянутый прозрачным скотчем

*Место:* спортивный зал, площадка.

*Содержание:* по сигналу педагога двое «медвежат», держась за руки, начинают ловить детей. Задержанных детей отводят на «льдинку». Когда на «льдинке» (обруч, перетянутый прозрачным скотчем) будет двое, четверо и т.д. детей, они также берутся за руки по два человека и начинают ловить.

*Методика проведения игры:*

- Ребята, сейчас с помощью считалки выберем двоих «медвежат».

Мы собрались во дворе, дело было в сентябре.

Раз, два, три, четыре, пять, мы решили поиграть.

Сколько будет два плюс три?

Если знаешь, то води! *Считалку повторяют и выбирают второго «медвежонка»*

- Вот мы и выбрали водящих. Вам нужно взяться за руки и, не разжимая рук, ловить остальных детей. Пойманного ребенка нужно отвести на «льдинку» - обруч, перетянутый прозрачным скотчем.

Как только на «льдинке» вас (пойманных детей) будет двое, Вам нужно взяться вдвоем за руки и начать тоже ловить детей.

- Вам понятны правила игры? - Что надо будет делать, если на льдинке окажется двое детей? – Правильно.

Итак, раз, два, три - начало игры.

*Правила:* игра продолжается до тех пор, пока не будут пойманы все дети.

*Общие методические указания (О.М.У.):* при повторении игры водящим назначается тот, кого дольше всех не могли поймать. Он же выбирает себе и второго «медведя».

### **Зима-лето**

*Задачи:* развитие скорости, выносливости, ловкости, внимательности, совершенствование быстроты, двигательной реакции.

*Инвентарь:* обруч, оклеенный с одной стороны белым скотчем, а с другой - зеленым.

*Место:* спортивный зал, площадка.

*Содержание:* в игре участвуют две команды: «Зима» и «Лето». Как только руководитель игры воскликнет «Зима!» или вброшенный в центр поля обруч упадет белой стороной вверх, «зима» становятся преследуемыми и убегают. «Лето» - ловцы преследуют «зиму», чтобы запятнать их в пределах поля. По команде «Лето!» участники меняются ролями. Каждый свободный игрок может быть запятнанным несколькими ловцами.

*Методика проведения игры:* - Ребята, постройтесь пожалуйста в шеренгу. Сейчас мы разделимся на две команды: на первый – второй рассчитайтесь. Ребята под номером один - ваша команда называется «Зима», ребята под номером два - ваша команда называется «Лето». По моему сигналу вы все хаотично двигаетесь по площадке

Я вброшу в центр поля обруч и, если он упадет белой стороной вверх, команда детей «зима» станут преследуемыми и должны убежать. «Лето» - ловцы будут преследовать «зиму», чтобы запятнать их в пределах поля. Я повторно вброшу в центр поля обруч и, если он упадет зеленой стороной вверх, вы поменяетесь ролями. Каждый из Вас может быть запятнанным несколькими ловцами. Помните, что после каждой перебежки ловцы должны объявить, сказать мне кого вы запятнали. Каждое пятнание

приносит команде одно очко. Побеждает команда, запятнавшая больше участников во время игры. Итак, раз, два, три - начало игры.

*О.М.У.:* в зависимости от размеров площадки и исходных позиций игроков расстояние между обеими командами необходимо определять так, чтобы ловцы могли справиться со своей задачей.

### **Космонавты**

*Задачи:* развитие быстроты реакции, внимания, умения координировать движения, воспитание выносливости.

*Инвентарь:* обручи обтянутые серебряным скотчем.

*Место:* спортивный зал, площадка, рекреация.

*Методика проведения игры:*

Ребята, образуйте большой круг, возьмитесь за руки, давайте вместе хором произнесём волшебные слова. Как только мы их произнесем разбегаемся в стороны и занимаем «ракеты-обручи».

*Дети произносят слова:*

Ждут нас быстрые ракеты

Для прогулок по планетам.

На какую захотим – на такую полетим!

Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!

*С последним словом все разбегаются и стараются быстрее занять места (обруч, кружок) в одной из ракет.*

Тот, кто успел занять себе ракету объявляет маршрут (например, Земля-Луна-Земля, Земля-Марс-Земля и другие). *Эти названия можно заранее написать на борту ракет сокращенно: ЗЛЗ, ЗМЗ и т.д.*

А тот, кто опоздал и Вам не хватило места в ракете - собираются в центре круга. Затем все мы соберемся в общий круг, возьмемся за руки и игра повторим.

*Правила:* выигрывают те, кому удалось при трехкратном повторении совершить больше полетов. Преждевременно бежать к ракетам и сталкивать товарищей с занятых мест в ракетах запрещается.

*О.М.У:* заранее надо предупредить ребят, что в ракету садятся два космонавта.

### **Птица без гнезда**

*Задачи:* развитие быстроты реакции на сигнал, совершенствование навыков быстроты, ловкости, внимания.

*Инвентарь:* гнезда – обручи обтянутые скотчем.

*Место:* спортивный зал, рекреация, площадка.

*Методика проведения игры:*

Я буду водящим, а Вы – птицами. По моей команде «Все птицы в полёт!» Вы «птицы» оставите свои гнезда и полетите за водящим (*руками имитирую движение крыльев*). Внезапно я скажу: «Птицы, в гнезда!». И вы побежите в свои гнезда. Я так же, как и вы постараюсь занять одно из гнезд. Тот, кто останется без гнезда, станет водящим. *После этого, играющие меняются местами и ролями, и игра начинается сначала.*

*Правила:* после команды «Птицы в полет!» играющие должны оставить свои гнезда. Вернуться в гнездо разрешается только после команды «Птицы, в гнезда!».

*О.М.У:* игру можно проводить с музыкальным сопровождением.

### **Ловишки**

*Задачи:* развитие быстроты реакции, умения ориентироваться в пространстве, воспитание дисциплинированности.

*Инвентарь:* обручи обтянутые скотчем, скамейки.

*Место:* спортивный зал, площадка.

*Содержание:* выбирается ловишка. По сигналу учителя «Раз, два, три – лови!» дети разбегаются по площадке. Ловишка их ловит, дотрагиваясь рукой. Пойманные отходят в обручи обтянутые скотчем.

*Методика проведения игры:*

Ребята, сейчас с помощью считалки выберем «ловишку».

Мы собрались во дворе, дело было в сентябре.

Раз, два, три, четыре, пять, мы решили поиграть.

Сколько будет два плюс три? Если знаешь, то води!

Так, ловишкой будет .... А теперь, как только я скажу «Раз, два, три – лови!» все разбегутся по площадке, а «ловишка» будет Вас ловить, дотрагиваясь рукой. Пойманные отойдут в обручи обтянутые скотчем.

Правила: когда будет поймано 3-4 ребенка, выбирается новый ловишка. Игра повторяется 4-5 раз.

О.М.У: инструктор по ФК отмечает лучших ловишек и детей, не попавших ловишкам. Варианты: от ловишек можно спастись в обручах, на скамейках. Выбирают двух водящих – ловишек. Они берутся за руки. Ловишки, не расцепляя рук, ловят играющих как в игре «Дети и медведи».

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ И ИГРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ СОРЕВНОВАНИЯ****Кто скорее наматывает ленту из скотча.**

К дереву, забору привязывают две ленты, склеенные липкими сторонами друг другу из яркого цветного скотча, каждая длиной 2-3 м. На концах лент гладкие деревянные или пластмассовые палочки (длиной 20-25 см, диаметр 2,5-3 см). Двое детей берут палочки, отходят с ними на всю длину ленты. По сигналу воспитателя начинают вращать палочку поворотами кисти, наматывая ленту. Выигрывает тот, кто быстрее выполнит задание.

**Кто скорее дойдет до середины.** Для игры используется лента из скотча, склеенная липкими сторонами друг другу длиной 4-5 м. На обоих концах её имеются палочки (длиной 20-25 см, диаметром 2,5-3 см), середина шнура обозначается скотчем другого цвета. Двое играющих берут палочки и по сигналу наматывают ленты. Выигрывает тот, кто раньше дойдет до середины.

**Игры-эстафеты.** Такие игры можно составлять из разных движений, преимущественно из таких, которыми дети уже владеют:

а) пройти по скамейке, подлезть под ленту из скотча, обежать кеглю и вернуться на место;

б) пробежать по узкой дорожке между двух линий из яркого скотча (расстояние между ними 15-20 см), перепрыгнуть через ручеек, наклеенный на дорожки из голубого скотча (шириной 40-50 см), разбежаться и достать в прыжке до разноцветных шариков, прикрепленных к ленте скотчем;

в) прыгнуть из кружка (обклеенного цветным скотчем) в кружок (расстояние между ними 30 см), пробежать 5 м, снова прыгнуть из кружка в кружок. Соревнуются примерно равные по силам дети.

**СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ** Игра большой подвижности для детей старшего дошкольного возраста

Задачи: развитие быстроты и ловкости; закрепление навыков ориентировки в пространстве, умения быстро реагировать на сигнал, выполнять задание в меняющихся условиях.

Количество участников: 12-20 человек.

Место проведения: спортивный зал.

Атрибуты и инвентарь: красные, синие, желтые султанчики (из скотча) по количеству участников игры; три длинных ленты из скотча тех же цветов – зрительные ориентиры; музыкальное сопровождение или бубен.

Подготовка к игре: на одной стороне зала разложены разноцветные султанчики, на противоположной стороне – последовательно – три ленты тех же цветов, расстояние между лентами – 60 см.

Описание игры: под музыку дети свободно в рассыпную бегают по залу (можно - бег с заданиями). По сигналу (остановка музыки) бегут к султанчикам, берут по одному и быстро возвращаются на противоположную сторону зала, выстраиваясь на (за) соответствующей цвету султанчика линии и поднимают султанчик вверх. Побеждает та команда (по цвету), которая быстрее построилась. Для детей 4-5 лет можно провести эту игру с использованием султанчиков только двух цветов.

Усложнения и варианты: увеличение количества цветов; при повторе игры берется султанчик другого цвета; при построении на цветной линии выполнить задание: красная линия – сесть по-турецки, желтая линия – встать на «высокие» колени; синяя линия – стоя размахивать султанчиком над головой.

## **РАЗНОЦВЕТНЫЕ ЛЕНТОЧКИ**

Игра большой подвижности, несюжетная, для детей старшего дошкольного возраста

Задачи: развитие быстроты и скоростной выносливости, ловкости, координации движений и быстроты реакции; развитие внимание и ориентации в пространстве; воспитание находчивости и инициативы.

Атрибуты и инвентарь: ленточки на колечке.

Место проведения: зал или спортивная площадка.

Описание игры: каждому ребенку даётся ленточка из скотча на колечке, которую он заправляет себе в шорты сзади, делая «хвостик». По команде (свистку) дети разбегаются по залу и пытаются сорвать ленту - «хвостик» у другого игрока, при этом сохраняя свой «хвостик». Держать свою ленточку руками нельзя. Игра заканчивается по команде (свистку) или когда все ленточки будут сорваны. Побеждает тот игрок, кто больше наберёт ленточек и сохранит свою.

## **БЕЗДОМНЫЕ ПАРЫ**

Игра большой подвижности, несюжетная, для детей старшего дошкольного возраста

Задачи: развитие ловкости, координации движений и быстроты реакции; развитие внимание и ориентации в пространстве; воспитание находчивости и инициативы.

Атрибуты и инвентарь: обручи оклеенные цветным скотчем

Место проведения: зал или спортивная площадка.

Описание игры: перед началом игры дети распределяются в пары и встают вдвоём в любой обруч, свою пару надо запомнить. По сигналу взрослого или с началом музыки все разбегаются (расходятся, прыгают на двух ногах, ходят в приседе и т.д.) в рассыпную по залу, взрослый убирает один обруч. Как только прозвучит сигнал или закончится музыка, все пары должны соединиться и встать в любой обруч. Пара, которая не успела занять обруч, выбывает из игры. Игра продолжается пока не останется одна пара, она и является победителем.



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации в СМИ

**Рыбалко Ирина Ивановна**

Инструктор по физической культуре

МАДОУ МО г.Краснодар «Детский сад № 17»

**Опубликовала  
материал**

на Международном образовательном портале МААМ

**«Развитие физических качеств детей старшего  
дошкольного возраста по средствам системы  
физкультурно-оздоровительных мероприятий»**

<http://www.maam.ru/detskijasad/scenarii-prazdnichnogo-razvlechenija-dlja-detei-ranego-vozrasta-novogodnii-kolokolchik.html>

Администратор  
МААМ.ru  
Вовченко Е.А.

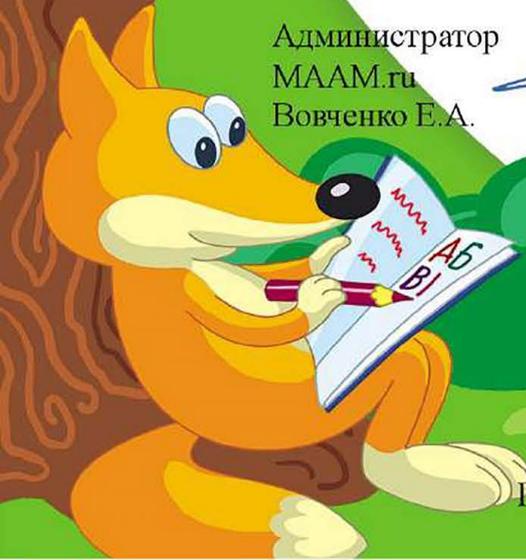
5 августа 2024 в 10:05

**МААМ.RU**

Международный образовательный портал  
Свидетельство о регистрации СМИ:  
ЭЛ № ФС 77 - 57008  
ISSN 2587-9545

1690245-016-197

Проверить документ: [www.maam.ru/pro](http://www.maam.ru/pro)



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте edu-time.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

**Рыбалко Ирина Ивановна**

Инструктор по физической культуре  
МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 17"  
г. Краснодар, Краснодарский край

опубликовал(а) авторскую работу

**«Особенности физического развития детей  
дошкольного возраста»**

web-адрес публикации:

<https://edu-time.ru/pub/152277>

**vz-24-152277**

19 августа 2024 г.

Руководитель проекта  
Время Знаний

**Воробьев И.Е.**



Дистанционные конкурсы и викторины для детей и педагогов edu-time.ru

Организатор конкурса - Всероссийское СМИ "Время Знаний".

Свидетельство о регистрации ЭЛ № ФС 77 - 63093 от 18.09.2015 г.



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте edu-time.ru

НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО

**Рыбалко Ирина Ивановна**

Инструктор по физической культуре  
МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 17"  
г. Краснодар, Краснодарский край

опубликовал(а) авторскую работу

**«Современные технологии оптимизации  
двигательной активности в условиях ДОУ»**

web-адрес публикации:

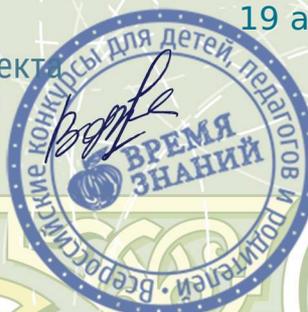
<https://edu-time.ru/pub/152279>

**vz-24-152279**

19 августа 2024 г.

Руководитель проекта  
Время Знаний

**Воробьев И.Е.**



Дистанционные конкурсы и викторины для детей и педагогов edu-time.ru

Организатор конкурса - Всероссийское СМИ "Время Знаний".

Свидетельство о регистрации ЭЛ № ФС 77 - 63093 от 18.09.2015 г.





**ПЕДАГОГИ РОССИИ**

Всероссийский образовательный портал

## СВИДЕТЕЛЬСТВО О ПУБЛИКАЦИИ DOC № 0090267

Настоящим удостоверяется, что работа  
«Семья и детский сад - за здоровый образ жизни»  
опубликована на сайте

Автор работы:

**Рыбалко Ирина Ивановна**

Инструктор по физической культуре  
МАДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 17"  
г.Краснодар, Краснодарский край

Опубликованная работа соответствует ФГОС

Адрес интернет-публикации:  
<https://pedrus.ru/document/?doc=90267>

Материал опубликован на сайте Всероссийского педагогического портала "Педагоги России", являющегося официальным всероссийским средством массовой информации (СМИ), зарегистрированным в Роскомнадзоре. Свидетельство о регистрации СМИ № ФС 77-85675

г.Москва 26.08.2024

Лицензия на осуществление образовательной деятельности № Л035-01213-63/00756835

Председатель  
организационного  
комитета

26.08.2024 г.



Тарасова М.С.



# СЕРТИФИКАТ

подтверждает, что

**Рыбалко Ирина Ивановна**

Инструктор по физической культуре

МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 17"

опубликовала на официальном сайте издания

**fgosonline.ru**

учебно-методический материал

«Развитие основных видов движений детей младшего

дошкольного возраста»

адрес размещения материала

[https://fgosonline.ru/stati\\_po\\_rybrikam/](https://fgosonline.ru/stati_po_rybrikam/)

Номер сертификата: СП1000521483

Руководитель образовательного издания  
«ФГОС онлайн»



Шахов В.А.

02 сентября 2024 г.

Международный образовательно-просветительский  
портал «ФГОС онлайн»  
свидетельство о регистрации СМИ  
ЭЛ № ФС 77 - 72602

# УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение выдано \_\_\_\_\_  
(фамилия, имя, отчество)  
**Рыбалко  
Ирине**

**Ивановне**

в том, что он (а) с «22» мая 2023 г. по «2» июня 2023 г.

прошел (а) обучение в (на) **Обществе с ограниченной**  
(наименование)  
**ответственностью «Центр дополнительного образования»**  
образовательного учреждения (структурного подразделения)

*Удостоверение является документом  
о повышении квалификации*

**231201068386**

по программе дополнительного профессионального образования  
**повышения квалификации**

**"Инструктор по физической культуре**

**в соответствии с ФГОС и ФОП ДО"**

в объеме **72 часа**  
(количество часов)



Директор **Г.В. Аракелян-Лычак**

Секретарь **М.А. Федотова**

Город **Краснодар** год **2023**

Регистрационный номер **2627**

Лицензия 39ЛО1 № 0001260  
выдана Министерством образования  
Калининградской области



Удостоверение является документом  
о повышении квалификации

Серия ДПО № **032191**

Регистрационный номер **33614**

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

УДОСТОВЕРЕНИЕ  
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Рыбалко Ирина Ивановна**

в период с 19 февраля 2025 г. по 01 марта 2025 г.

прошёл(а) обучение в Автономной некоммерческой  
организации дополнительного профессионального образования

«Институт современного образования» по программе  
*«Инновационные практики дошкольного образования»*

*(36 часов)*



Директор

Н.А. Гасфорд

Секретарь

И.В. Пестова

г. Калининград

2025 г.

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Общество с ограниченной ответственностью  
«Образовательный центр «ИТ-перемена»  
Лицензия на осуществление образовательной деятельности  
№ Л0335-01284-45/00587071 ОТ 25.07.2022

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

ИТ 451148837

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер  
0148837

г. Курган

Дата выдачи  
01 апреля 2025 г.

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Рыбалко Ирина Ивановна**

протел(а) повышение квалификации

«Образовательном центре «ИТ-перемена»

по дополнительной профессиональной программе

«Информационно-коммуникационные технологии в работе инструктора  
филиального воспитателя ДОО в рамках ФГОС ДО»

в объёме 72 часа (-ов)

за время обучения сдал(а) экзамены и зачёты  
по учебным предметам (курсам, дисциплинам, модулям)

Наименование	Объем часов	Оценка
Информационно-коммуникативные технологии и их значение в современном образовании	20	Зачёт
Электронная информационная среда ОО Информационная безопасность обучающихся	15	Зачёт
Создание интерактивных образовательных ресурсов	20	Зачёт
Использование социальных сетей в виртуальной обучающей среде в образовании	15	Зачёт
<b>Итоговая аттестация</b>	2	Зачёт



Директор

*А.И. Кисель*  
А.И. Кисель

Секретарь

*А.В. Яковлева*  
А.В. Яковлева