

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Начальная школа, реализующая адаптированные образовательные
программы для детей с нарушением зрения, № 2
Ворошиловского района Волгограда»

Рассмотрена
На заседании МО:
Протокол № 1
31 августа 2023г.

Утверждено
Директор МОУ НШ № 2
О.Е. Почарова
« 31 » августа 2023 г.



Методическая разработка
Авторское нетрадиционное оборудование
«Парашют»
(для детей с нарушением зрения дошкольного возраста)

Автор-составитель:
Сырцова Елена Анатольевна,
инструктор по физической культуре

2023г.

АКТАЛЬНОСТЬ

Одна из основных задач физического воспитания – использование разнообразных форм работы с детьми, в том числе таких, которые способствуют функциональному совершенствованию организма, повышению работоспособности, делают ребенка стойкими и выносливыми, обладающими высокими защитными способностями к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

Современные дошкольники испытывают значительные умственные перегрузки и как следствие вредное воздействие гиподинамии.

Необходимость нестандартного физкультурного оборудования, которое позволяет более быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки, способствует повышению интереса к физкультурным занятиям.

Творческий подход к решению двигательных задач в подвижных играх у детей начинается проявляться при условии творческого отношения самого педагога к планированию подвижных игр, подбору нестандартного оборудования.

В основе физкультурно-оздоровительной и коррекционной работы с пособием “Парашют” лежит органичная взаимосвязь движений и речи.

ЦЕЛЬ

Удовлетворение естественной биологической потребности в движении с помощью нетрадиционного оборудования (игрового парашюта, создание условий для физического, социального, психического здоровья.

ЗАДАЧИ

1. Учить дошкольников применять двигательный опыт в игровой деятельности.
2. Развивать ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, скорость, внимание, воображение.
3. Воспитывать умение действовать в коллективе согласованно; творчество, самостоятельность и инициативу в двигательных-игровых действиях, эмоциональную отзывчивость.

Игровой парашют – это яркая ткань, состоящая из нескольких цветных секторов, у которой по кругу расположены ручки. Диаметр этого пособия может быть абсолютно любым, от 1 метра до 7, в зависимости от величины помещения и количества человек, принимающих участие в игре. Маленьким парашютом можно играть в спортивном зале, группе или в холле, но главным образом парашют подходит для игр на свежем воздухе. Это яркий, воздушный предмет, который никого не оставит равнодушным.

Для тихих и застенчивых детей игры с парашютом дают возможность постепенного присоединения к компании. Ведь в этих играх никто не требует сразу давать руку другим людям, как в хороводе, или сразу входить в круг. Активные дети, играя с парашютом, научатся соблюдать правила игры, дожидаться своей очереди, взаимодействовать друг с другом, выплёскивать свои эмоции. Через движения, взаимодействие, у каждого ребёнка появится возможность почувствовать себя частью команды. Даже у самых маленьких игроков. Игры с парашютом вызывают как у детей, так и взрослых бурю положительных эмоций, вносят радость, оживление, способствуют развитию творчества и фантазии.

Игры в парашют – не соревновательные: они учат согласованности действий и умению чувствовать движения других игроков.

Парашют – это снаряд, который не требует проворных рук и повышенного внимания

Пособие даёт ребёнку богатый спектр новых ощущений

Игры с парашютом развивают фантазию.

Пособие подходит как застенчивым, так и гиперактивным детям

С парашютом можно играть как на улице, так и в помещении.

Будучи многофункциональным, он подходит к использованию в работе музыкальных руководителей, психологов логопедов

Игра с парашютом укрепляет мышцы плеч, предплечий и кистей рук.

Дети совершенствуют свои навыки моторного восприятия и развивают чувство ритма.

Предлагаемые двигательные упражнения тонизируют деятельность всей нервной системы

Правила использования парашюта

В ходе выполнения движений у детей не должно быть длительной задержки дыхания, при выполнении движений надо обращать внимание на выдох, а не на вдох.

Если дети начинают дышать через рот, необходимо снизить дозировку упражнений. Избегать длительного пребывания детей в одних и тех же позах, не допускать долгих объяснений заданий, т. к. это утомляет детей и снижает их двигательную активность.

В процессе игровых действий контролировать степень натяжения парашюта и правильность захвата (петли или края парашюта)

Не следует чрезмерно возбуждать детей, потому что возбуждение обычно усиливает мышечное напряжение и насильственные движения.

Нельзя использовать упражнения, которые могут вызвать приведение и внутреннюю ротацию бедер, сгибательной-приводящую установку верхних конечностей, асимметричное положение головы и конечностей.

Подбирать упражнения, подвижные игры, которые способствовали бы развитию разных сторон эмоционального опыта ребенка.

Чередовать игры и упражнения разной степени подвижности. В процессе игр и упражнений обозначать моменты обязательных контактов между сверстниками, разных по степени сложности (*ответы на вопросы, практические действия и т. д.*).

РЕЗУЛЬТАТ:

1. Формирование у ребёнка симметричных движений.
2. Перенастройка эмоциональной сферы ребенка.
3. Чувства его все больше приобретают мотивационное значение в деятельности и поведении.

4. Закладываются основы для формирования высших чувств: интеллектуальных, эстетических, личностны

5. Развиваются ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, скорость, внимание, воображение.

ВЫВОД

Пособие «Игровой парашют» не только развлекает, но и развивает.

Творческий подход, инициатива педагогов могут значительно расширить спектр его использования. Это многофункциональное пособие можно использовать для организации занятий, игр, развлечений, как пособие для закрепления цвета или счета.

Вы можете вообразить, что парашют – это домик, теремок, шляпка гриба, полянка или море...

Игры с парашютом – не соревновательные, они учат согласованности действий, и умению чувствовать остальных игроков. Развивают внимание, координацию, эмоциональную устойчивость, так же укрепляют мышцы плеч, предплечий и кисти рук, развивают воображение. Способствуют профилактике стрессовых состояний, созданию положительного эмоционального микроклимата в группе.

Три медведя

Цель: развивать внимание, ритм, умение согласовывать речь и движения,

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

Папа был большой, большой (парашют поднят вверх)

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

А сынок – малютка просто (приседают, опуская парашют)

Очень маленький он был,

С погремушками ходил (парашют ритмично поднимают и опускают)

Дзинь – дзинь!

Знакомство

Цель: развивать внимание, координацию движений, стимулировать общение.

Меняются местами те, кто родился зимой, летом, у кого карие глазки, кто любит танцевать, кто умеет кататься на коньках, кто любит лыжные прогулки, у кого много друзей.

Кто улетел?

Цель: развитие внимания, дружеских взаимоотношений.

Поднимаете вверх парашют с закрытыми глазами. До кого дотронется ведущий рукой, тот быстро прячется под парашют. Угадываем. Называем ласково.

Ветер

Цель: вырабатывать согласованность движений, развивать координацию.

Дети берутся за ручки парашюта, и плавно его поднимают и опускают. Для синхронизации движений хорошо использовать любой ритмичный текст. Например:

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.

Высоко-низко

Цель: вырабатывать согласованность движений, развивать внимание, отработка негативных эмоций.

1 вариант – поднимают парашют вверх, услышав высокие звуки голоса или инструмента, отпускают вниз на низкие звуки.

2 вариант – договориться с детьми, что при звучании бубна парашют будет поднят вверх, при звучании барабан – опущен вниз.

Передай другому

Цель: развивать цветовосприятие, согласованность движений.

Передать свой цвет другому игроку по кругу. С ускорением. Сменить направление.

Качели

Цель: развивать согласованность движений.

Раскачиваем парашют вправо – влево.

Океан

Цель: развитие эмоциональной устойчивости, координации движений.

Лёгкий бриз, шторм, показалась ЧЕРЕПАХА! (все спрятались под парашют, держась за его края). Черепаха выползает на берег, ползёт вперёд, вправо, влево, возвращается в океан. Засветило СОЛНЦЕ (парашют над головой).

Шторм закончился (положили на пол).

И наш океан превращается в арену цирка.

Музыкальный парашют

Цель: развивать внимание, воображение, быстроту реакции.

Звучит музыка. Мы уже не дети, а... клоуны! Запомните цвет, на котором вы стоите. Повернулись налево и идём под музыку по кругу. Стоп – ищем свой цвет.

Орбита

Цель: развивать умение действовать в коллективе.

Нам понадобится дополнительный инвентарь – лёгкий резиновый мяч.

Попробуем подбросить его!

А теперь прокатить по краю. Помогайте друг другу, старайтесь не уронить его.

День-ночь

Цель: развивать внимание, координацию движений, закреплять цвета.

Половина детей держат парашют, остальные превращаются в каких-либо героев. Когда парашют поднят вверх – это день и игроки могут пробежать под парашютом. Когда парашют опущен – это ночь, дети останавливаются вне парашюта и ждут нового дня. Сигнал для наступления дня или ночи может быть любым – музыка, слово, хлопок и т.п.

Усложнение - дети могут заходить под парашют только через красный сектор, а выходить из-под парашюта через синий. Тех, кого накрывает парашют после условленного сигнала – временно выходят из игры.

Опускающийся потолок

Цель: формировать умение ориентироваться в пространстве.

Дети под музыку перемещаются внутри парашюта, танцуют, выбегают, забегают. Музыка останавливается – потолок опускается. Кто пойман – выбывает из игры.

Будь внимателен

Цель: развивать двигательную реакцию на заданный сигнал, память и мышление.

Ход игры: Дети стоят по кругу, держась за ткань парашюта. Воспитатель показывает красный цвет: дети опускают парашют на пол.

Воспитатель показывает желтый цвет: дети выполняют легкую волну.

Воспитатель показывает зелёный цвет: дети выполняют приставные шаги.

(Движения можно менять).

Взлёт и планирование

Цель: снятие эмоционального напряжения.

В начале игры все держатся за парашют, разложенный на земле. По сигналу ведущего участники быстро поднимают парашют высоко над головой, а затем слегка придерживают, пока он не приземлится.

Гриб

Цель: развивать двигательные навыки, ловкость, быстроту реакции.

Скок, скок, скок,

Спрячемся все под грибок!

Подняв парашют, наполнить его воздухом. Держась за края, добежать всем вместе до середины и обратно.

Найди свой цвет

Цель: развивать быстроту реакции, внимание, скорость.

Играющие делятся на две команды. Парашют лежит на полу. Первая группа детей выбирает свой цвет, запоминает его. По команде инструктора «Разойдись!» дети разбегаются по всей площадке. В это время вторая команда берет парашют и двигается по кругу. По команде «Стой!» дети кладут парашют на пол, отходят в сторону. Игроки второй команды бегут, занимая свой цвет на парашюте. Проигрывает тот, кто последним займёт своё место. Команды меняются местами.

Хороводы

Цель: развивать умение действовать в коллективе согласованно.

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.

Охота на медведя

Цель: развивать быстроту реакции, умение перевоплощаться, снятие агрессии.

Трое - четверо детей превращаются в медведей и приседают под парашют. Остальные ходят по кругу и поют "А под горкой снег, снег. А над горкой снег, снег. А под горкой спит медведь. Тише, тише, не шумите и медведя не будите. Ой, треснул сучок! Медведь проснулся и зарычал". Дети выскакивают из-под парашюта и рычат. Меняемся местами.

Пятнашки

Цель: развивать ловкость, быстроту реакции.

Поднимите парашют высоко-высоко над головой. Выберите ребенка, назовите его/ее имя. Теперь ребёнок должен пробежать (проскакать, пропрыгать, проползти, перекатиться) под парашютом до того, как тот опустится на землю.

Фен

Цель: снятие эмоционального напряжения, развитие тактильных ощущений.

Эта игра для отдыха. Половина группы детей ложится на землю, головами к центру парашюта. Остальные, держась за парашют, поднимают его высоко и опускают вниз. Тех, кто лежит, обдувает приятным ветерком.

День рождения (хоровод)

Цель: развивать умение действовать в коллективе согласованно, дружелюбие.

Ребенок-именинник встает в центр парашюта. Остальные дети, взявшись за ручки парашюта, начинают медленно идти вокруг именинника, как бы «заворачивая» его в парашют 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 В день рожденья нашей Вали.

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

Попкорн

Цель: А теперь я вас научу готовить попкорн! Для этого нам понадобится много мячиков небольшого размера. И так, начинаем! (подбрасываем до тех пор, пока все мячи не вывалятся).

Доброе животное

Цель: развивать правильное дыхание, снятие зажатости.

А теперь отдохнём, превратясь в одно большое доброе животное. Вместе вдыхаем, подбрасываем парашют, делаем шаг вперёд. Выдыхаем – назад.

Кто быстрее

Цель: развитие мелкой моторики рук, быстроты, ловкости.

Положите парашют на землю. Разделите детей на две группы. Одна группа скатывает парашют с одной стороны к центру, другая группа – с другой. Кто быстрее свернет свою часть.

Под парашютом

Цель: стимулировать общение.

Еще одна «завершающая» игра. Когда уже все набегались и устали, сядьте под купол в кружок и расскажите сказку или историю.

Игра “Пустое место”

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

Описание игры

Дети, держась правой рукой за парашют, двигаются по часовой стрелке, а ведущий идет в противоположную сторону со словами:

Вокруг домика хожу и в окошечко гляжу,
К одному я подойду и тихонько постучу.

Все дети останавливаются. Воспитанник, возле которого остановился ведущий, спрашивает: “Кто пришел?”. Ведущий называет имя ребенка и продолжает:

Ты стоишь ко мне спиной, побежим-ка мы с тобой.
Кто из нас молодой, прибежит быстрее домой?

Ведущий и ребенок бегут в противоположные стороны. Выигрывает тот, кто первым займет пустое место у парашюта.

Игра “Салют”

Цели:

- развивать ловкость;
- воспитывать умение действовать в коллективе согласованно.

Описание игры

Ребята стоят в кругу и держат в руках парашют, на котором лежат разноцветные шарики из сухого бассейна. Звучат слова:

Ты катись веселый мяч, Парашют не даст упасть.

После слов дети резко одновременно поднимают парашют вверх. Шарики взлетают, но не рассыпаются. Дети управляют парашютом, стараясь не уронить ни одного шара.

Игра “Зайцы и медведь”

Цель: развивать ловкость, умение перевоплощаться.

Описание игры

Из парашюта надо сделать “берлогу”, набросив его на стулья или другие предметы высотой 1 метр. Ребенок “медведь” сидит и дремлет в своей “берлоге” (под парашютом). Дети – зайцы прыгают вокруг и дразнят его:

Мишка бурый, мишка бурый,

Отчего такой ты хмурый?

“Медведь”, вылезая из “берлоги”, отвечает:

Я медком не угостился, Вот на всех и рассердился.

Раз, два, три, четыре, пять-Начинаю всех гонять!

На последнем слове “медведь” ловит “зайцев” и отводит их в “берлогу”.

Игра “Затейники”

Цели:

- развивать слуховое и зрительное внимания;
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- закреплять цвет и форму.

Описание игры

Дошкольники вместе с воспитателем расстилают парашют на полу, растягивают его и каждый ребенок держится руками за край парашюта напротив цветной геометрической фигуры.

Воспитатель называет две геометрические фигуры и их цвет. Ребята, стоящие около данных фигур, должны поменяться местами, пробежав под парашютом.

Парашют поднимать и опускать медленно на счет “раз, два, три”.

Игра “Марш-бросок”

Цели:

- развивать целеустремленность,
- волю к преодолению препятствий, дружелюбие,
- взаимовыручку в командных действиях.

Описание игры

Две команды по 6–8 человек выстраиваются колоннами у подножия горы. По сигналу воспитателя стартуют все участники одновременно и стараются как можно быстрее пролезть в “ущелье” тоннеле. Отстающим детям можно помогать: поднимать край тоннеля, подавать руку.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Игры с парашютом. –

Режим доступа: <http://janemouse.livejournal.com/698400.html>

Чинарова Е. Под крылом: веселые игры с парашютом. –

Режим доступа: <http://letidor.livejournal.com/266020.html>

Русских Е. С. Игровой парашют: методическая разработка. – Омутнинск, 2011. – 5 с.

Терехина О. Е. Упражнения и игры с парашютом как средство развития координационных способностей у детей дошкольного возраста, - СПб, 2012. – 14 с.

Эльконин Д. Б. Психология игры. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 360 с.

Источники информации:

1. <http://www.rostova-kukla.kiev.ua/>
2. <http://janemouse.livejournal.com/698400.html>
3. <http://www.parusinka.ru/articles/2-games/12-parashutdliagr>

4. <http://www.sportdetstvo.ru>
5. <http://summercamp.ru>