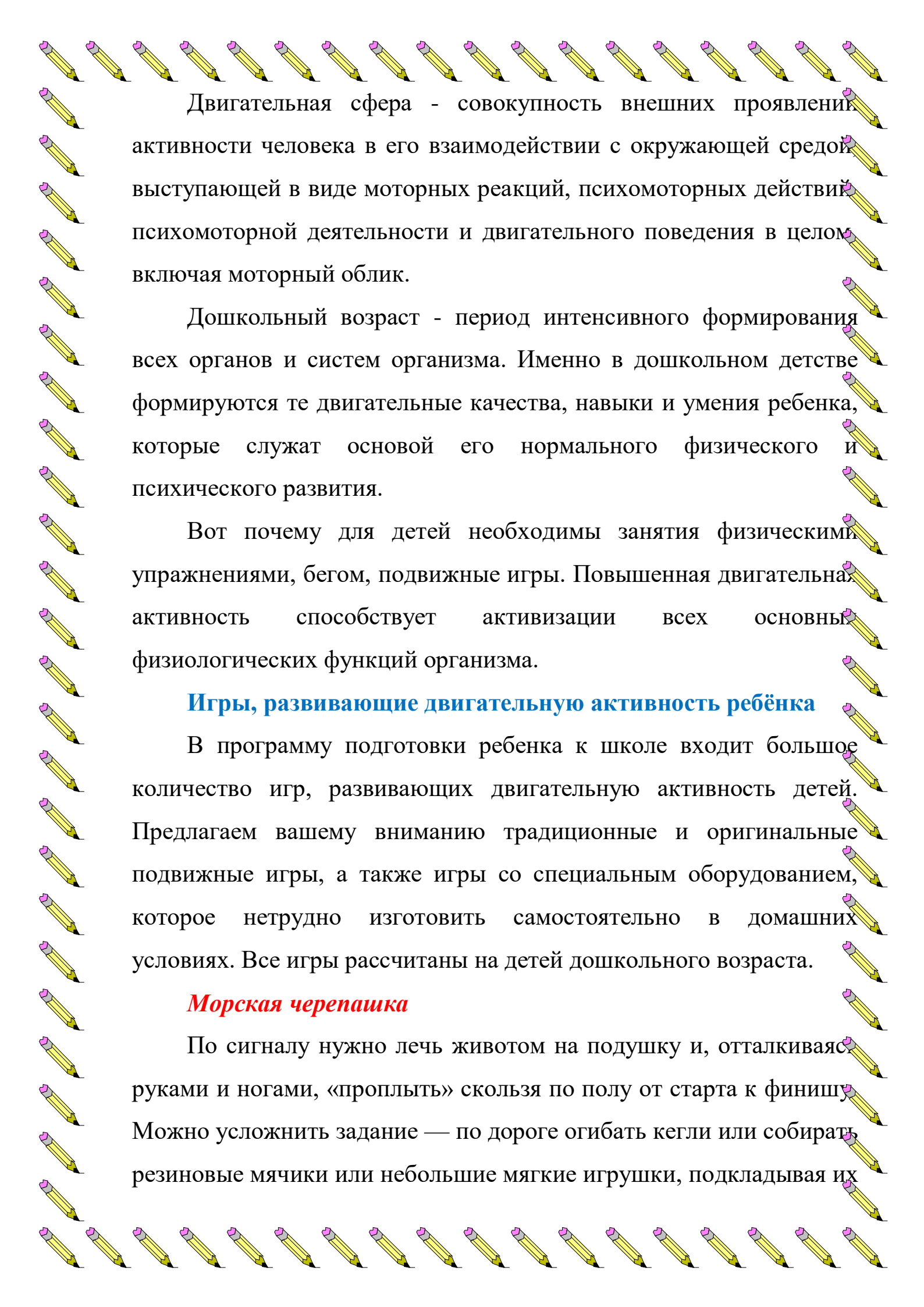


Наглядно-информационный материал для родителей

Игровой подход к развитию двигательных навыков ДОШКОЛЬНИКОВ





Двигательная сфера - совокупность внешних проявлений активности человека в его взаимодействии с окружающей средой, выступающей в виде моторных реакций, психомоторных действий, психомоторной деятельности и двигательного поведения в целом, включая моторный облик.

Дошкольный возраст - период интенсивного формирования всех органов и систем организма. Именно в дошкольном детстве формируются те двигательные качества, навыки и умения ребенка, которые служат основой его нормального физического и психического развития.

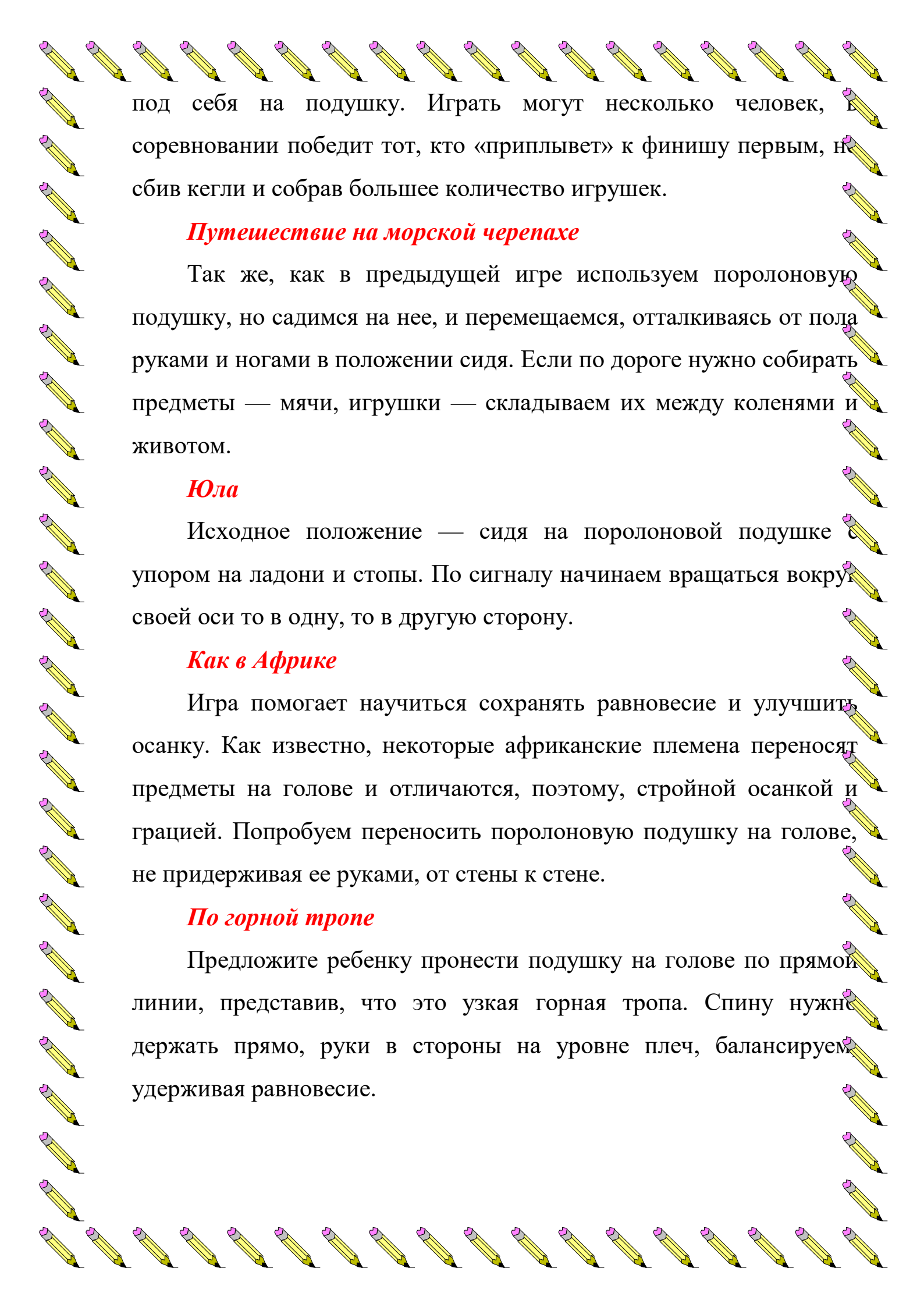
Вот почему для детей необходимы занятия физическими упражнениями, бегом, подвижные игры. Повышенная двигательная активность способствует активизации всех основных физиологических функций организма.

Игры, развивающие двигательную активность ребёнка

В программу подготовки ребенка к школе входит большое количество игр, развивающих двигательную активность детей. Предлагаем вашему вниманию традиционные и оригинальные подвижные игры, а также игры со специальным оборудованием, которое нетрудно изготовить самостоятельно в домашних условиях. Все игры рассчитаны на детей дошкольного возраста.

Морская черепашка

По сигналу нужно лечь животом на подушку и, отталкиваясь руками и ногами, «проплыть» скользя по полу от старта к финишу. Можно усложнить задание — по дороге обгибать кегли или собирать резиновые мячики или небольшие мягкие игрушки, подкладывая их



под себя на подушку. Играть могут несколько человек, в соревновании победит тот, кто «приплывет» к финишу первым, сбив кегли и собрав большее количество игрушек.

Путешествие на морской черепахе

Так же, как в предыдущей игре используем поролоновую подушку, но садимся на нее, и перемещаемся, отталкиваясь от пола руками и ногами в положении сидя. Если по дороге нужно собирать предметы — мячи, игрушки — складываем их между коленями и животом.

Юла

Исходное положение — сидя на поролоновой подушке с упором на ладони и стопы. По сигналу начинаем вращаться вокруг своей оси то в одну, то в другую сторону.

Как в Африке

Игра помогает научиться сохранять равновесие и улучшить осанку. Как известно, некоторые африканские племена переносят предметы на голове и отличаются, поэтому, стройной осанкой и грацией. Попробуем переносить поролоновую подушку на голове, не придерживая ее руками, от стены к стене.

По горной тропе

Предложите ребенку пронести подушку на голове по прямой линии, представив, что это узкая горная тропа. Спину нужно держать прямо, руки в стороны на уровне плеч, балансируем, удерживая равновесие.

Игры с гимнастической стенкой и лесенкой

Переправа

Конец веревки привязывают к шведской стенке невысоко от пола, второй конец держит взрослый. Ребенок, лежа на спине, держится за веревку и перемещается к стенке, подтягиваясь на руках.

Переправа (2)

Конец веревки привязывают к шведской стенке. Ребенок садится на кусок клеенки, ноги согнуты в коленях. Держась за веревку руками, он подтягивает себя к шведской стенке.

Игры и упражнения с гимнастической палкой

Буксир

В этой игре соревнуются по трое участников от команды. Двое берутся за концы гимнастической палки, а третий, лежа на спине, берется обеими руками за середину. Двое по краям палки тянут третьего от старта к финишу.

Копье

К поролоновой подушке прикрепляют мишень с разметкой. Задача игрока — метнув гимнастическую палку, как мишень, выбить наибольшее количество очков. Заранее оговаривается, сколько очков получает игрок за каждый сектор мишени.

