

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»  
имени героя Советского Союза Ганюшина П.М.  
с. Сергиевск муниципального района Сергиевский Самарской области  
структурное подразделение детский сад «Радуга»

**Авторское физкультурное многофункциональное  
пособие**

**«Радуга движений»**

Авторы: старший воспитатель  
Расторгуева Марина Александровна,  
инструктор по физическому воспитанию  
Салахова Светлана Анатольевна.

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

Надо признать, что в современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже нормы. Это увеличивает статистическую нагрузку на определенные группы мышц. Снижается сила и работоспособность мускулатуры, что влечет за собой нарушение 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. Физическое и интеллектуальное развитие должно проходить параллельно. Решение этой проблемы видится в совокупности социально – педагогических условий. Этому способствует и использование нестандартного оборудования в работе по физическому воспитанию детей. Нестандартное пособие - это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Использование таких пособий увеличивает количество упражнений для разных групп мышц, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с детьми.

Изготовленное красочное многофункциональное пособие, вызывает не только большой восторг у детей, но и позволяет расширить возможности для выполнения многообразных движений, упражнений.

Все это помогает разнообразить содержание работы с детьми, вызывает интерес к занятиям, создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. А самое главное, оно вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, интерес к упражнениям.

Авторское пособие «Радуга движений» разработано для детей старшего дошкольного возраста, его многофункциональность предполагает использовать в работе с детьми всех периодов дошкольного детства.

При создании пособия исходила из того, что пособие должно быть ярким, и привлекательным для детей, обучающим, развивающим, многофункциональным, удобным для воспитателя, таким, чтобы одновременно могли играть несколько детей. Используемый материал легкий, прочный и безопасный.

**Материал:** игровой шестигранный кубик, картонные полоски разного цвета (цвета соответствуют сторонам кубика), разноцветные карточки со схемами игровых заданий.

Игровой кубик: картонная коробка размером 14 \*14\*14, малярная лента, самоклеющаяся цветная бумага.

Картонные полоски: самоклеющаяся цветная бумага, толстый картон.

### **Новизна пособия:**

- нетрадиционное использование картонных коробок в работе по физическому воспитанию дошкольников;
- самодельное авторское пособие имеет многоцелевую направленность и многофункциональность.

**Цель** данного пособия: развитие основных движений через организацию игровой деятельности.

### **Задачи:**

развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (*ходьба, бег, прыжки, равновесие, ползание, метание*); развивать физические качества (*силы, ловкости, быстроты, выносливости, внимания, координации*); развивать воображение, память и творческий потенциал; воспитывать желание выполнять физические упражнения; закреплять умение определять варианты игры с помощью схемы.

**Участники игр с пособием:** дети от 5 до 7 лет.

### **Вариативность использования пособия:**

- для индивидуальных занятий с ребенком (*ходьба прямо, между предметами, перешагивание, прыжки*);
- в спортивных соревнованиях и эстафетах;
- в разнообразных видах двигательной деятельности для развития координации движений, совершенствования двигательных умений и навыков в соответствии с замыслом ребенка;
- в подвижных играх со счетом.

Пособие рекомендуется для использования педагогами дошкольного образования в работе с детьми, а также родителями для игр с детьми дома.

### **1 вариант: « Игровые упражнения».**

**Цель:** развивать выполнять игровые задания, способствующие совершенствованию основных движений (*ходьба, бег, прыжки, равновесие, ползание, метание*).

### **Описание задания.**

*Перед детьми разложены дробки разного цвета на расстоянии 50 сантиметров друг от друга. Воспитатель предлагает поиграть с цветными дорожками, а вариант игры выбрать с помощью кубика. Ребенок бросает кубик и определяет номер игровой карточки по верхней грани куба, затем*

достаёт карточку соответствующего цвета и по схеме определяет вариант игрового задания.

Варианты игровых заданий.

**1. Ходьба с перешагиванием через дорожки.**

( На карточке белого цвета схема: *ходьба* с перешагиванием через дорожки)

По дорожкам мы идем

Мы не скачем, не ползем

Просто мы вперед шагаем

И порядок соблюдаем

**2. Бег «змейкой» между дорожками.**

(На карточке красного цвета схема: *бег* «змейкой» дорожками)

Быстрым бегом ловко начнем мы тренировку

В домик встанем отдохнуть

Потом опять продолжить путь,

**3.Метание в горизонтальную цель.**

(На карточке желтого цвета схема: *метание* в вертикальную цель (домик их картона))

Самый зоркий и умелый справиться с заданьем смело,

Если целиться не лень попадем мячиком в цель.

**4. Упражнение на равновесие.**

(На карточке зеленого цвета схема: упражнение на *равновесие* (ходьба по дорожкам).)

Хочу еще вас научить, с равновесием дружить

Навык этот не простой, но овладеет им любой.

**5.Пролезание в «домики».**

( На карточке синего цвета схема: *пролезание* в «домики»)

Ты пониже наклонись

И смотри не ошибись

Имей ловкость и сноровку

Это просто тренировка

**6. Подвижная игра «Классики».**

( На карточке черного цвета схема: *игра* «Классики»).

Кто не любит поиграть таких здесь вовсе не сыскать

Дети в классики играют, они их тоже развивают

### **Правила игры.**

- 1) Выполнять движения согласно тексту, соблюдая ритм.
- 2) Перемещаясь по залу, нельзя обгонять друг друга, во время игры можно обгонять друг друга, соблюдая технику безопасности.
- 3) **Усложнение.**
  - 1) При метании увеличить расстояние.
  - 2) Упражнение на равновесие выполнить с мешочком на голове.

### **2 вариант: «Эстафеты»**

**Цель:** развивать у детей интерес к играм-эстафетам и физическим упражнениям с использованием разных предметов.

#### **Описание эстафет.**

Дети делятся на 2 команды и выполняют задания поточно.

1. Перепрыгивание через дорожки на двух ногах, обратно возвращаются бегом и передают эстафету следующему.
2. Бег между предметами, обратно возвращаются по прямой.
3. Ведение мяча между дорожками, обратно по прямой и передают мяч следующему.
4. « Мы строители». Каждая команда сооружает свою постройку из предложенных полосок.
5. «Мяч в домик». Каждый выполняет бросок мяча в домик, затем кладет мяч, а второй игрок тоже берет мяч и бросает его в домик и так далее.

### **3 вариант «Самостоятельные игры»**

**Цель:** побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях с использованием нестандартного оборудования.

#### **Игры:**

1. «Классики»;
2. «Круговые классики»;
3. «Не оставайся на полу»;
4. «Чье звено скорее соберется»;
5. «Найди свой домик»;
6. «Найди свой цвет».