A decorative border surrounds the page, featuring a repeating sequence of sports-related icons: a basketball, a badminton racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red table tennis paddle, a white and green soccer ball, a tennis racket with a yellow ball, an orange basketball, a badminton racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red table tennis paddle, and a white and green soccer ball. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of small white sunburst-like shapes.

*Использование игровых технологий
в формировании здорового образа
жизни и развитии творческих
способностей
детей дошкольного возраста*

Инструктор по физической
культуре: С.В.Хорькова

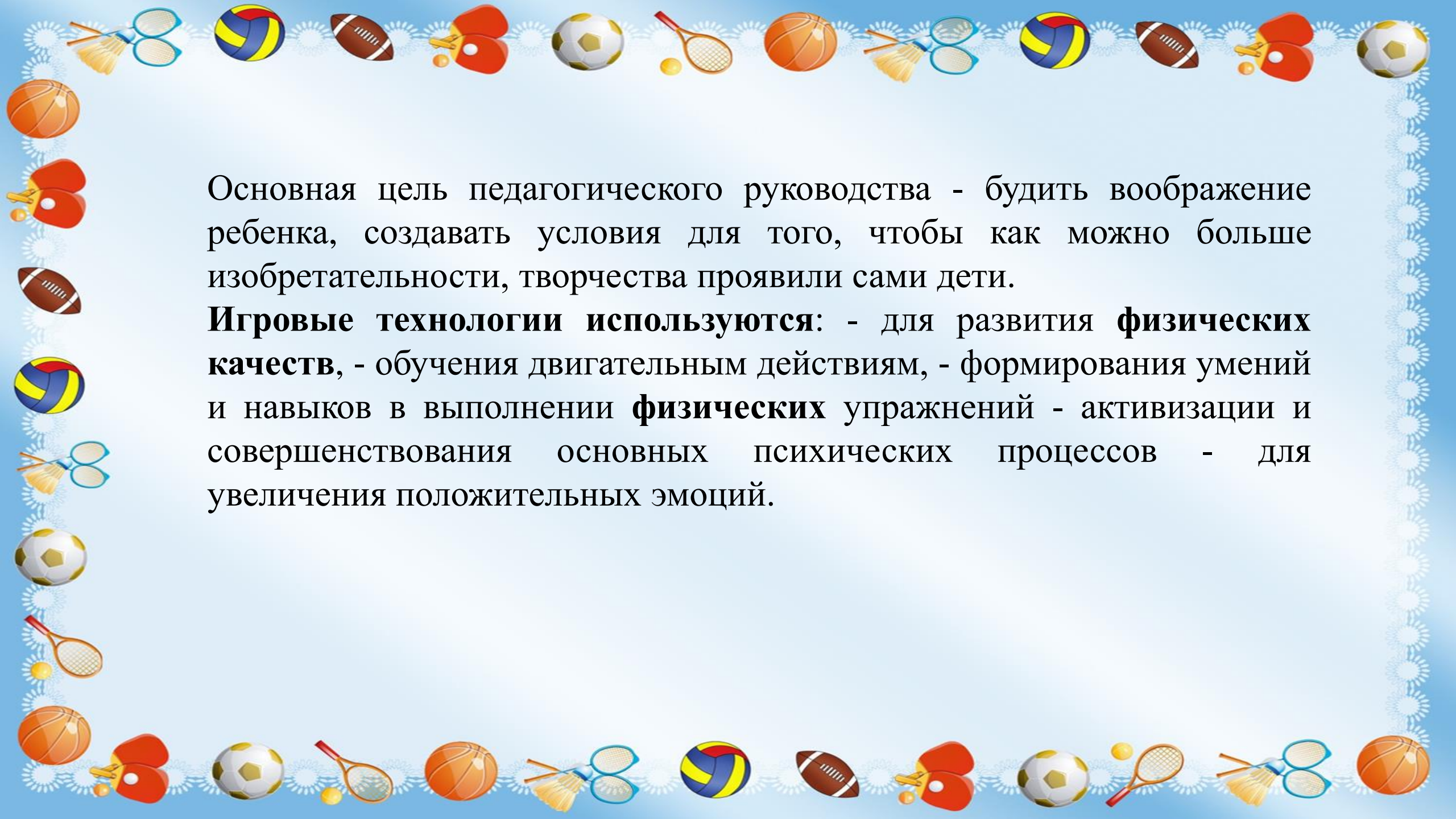


Физкультура, творчество и игра

Развитие творческих способностей у детей дошкольного возраста – одна из актуальных педагогических задач современности

Буквально во всех видах взаимодействия мы ставим эту задачу. Не является исключением и двигательная деятельность.

Игра – это самая свободная, естественная форма погружения человека в реальную (или воображаемую) действительность с целью её изучения проявления собственного «Я», творчества, активности, самостоятельности, самореализации. Игра снимает напряжение, способствует эмоциональной разрядке, помогает ребёнку изменить отношение к себе и другим, изменить способы общения, психическое самочувствие.

A decorative border surrounds the text, featuring a repeating pattern of sports equipment icons: a basketball, a badminton racket, a volleyball, a football, a table tennis paddle, a tennis racket, a basketball, a badminton racket, a volleyball, a football, a table tennis paddle, and a soccer ball. The icons are arranged in a slightly overlapping manner along the top, bottom, and sides of the page.

Основная цель педагогического руководства - будить воображение ребенка, создавать условия для того, чтобы как можно больше изобретательности, творчества проявили сами дети.

Игровые технологии используются: - для развития **физических качеств**, - обучения двигательным действиям, - формирования умений и навыков в выполнении **физических** упражнений - активизации и совершенствования основных психических процессов - для увеличения положительных эмоций.

Первым шагом к успешному развитию творческих способностей является раннее физическое развитие малыша: раннее плавание, гимнастика, раннее ползание и хождение. Затем - раннее чтение, счет, раннее знакомство с различными инструментами и материалами.

Вторым важным условием развития творческих способностей ребенка является создание обстановки, опережающей развитие детей.

В процессе организации двигательной деятельности существенное влияние оказывают следующие факторы:

- достаточный уровень физического развития;
- создание обстановки, стимулирующей творчество;
- предоставление ребенку самостоятельности;
- доброжелательна и уместная помощь; психологически комфортная обстановка.





Игровые технологии

в практике физического воспитания детей дошкольного возраста

- Фитбол-гимнастика;
- Степ-аэробика;
- Танцевально - ритмическая гимнастика;
- Игроритмика;
- Игрогимнастика;
- Игротанец;
- Игровой самомассаж;
- Пальчиковая гимнастика;
- Подвижные игры /музыкально-подвижные игры /;
- Креативная гимнастика;
- Игровой стретчинг;
- Игры-путешествия.

Логоритмика с элементами ритмопластики

Логоритмика, построенная на ритмопластике, дает ребенку возможность психологического раскрепощения, через освоение своего собственного тела, как выразительного «музыкального» инструмента.



Ритмопластические упражнения и этюды, сочетаясь с текстом, позволяют развивать выразительность телодвижений, двигательные способности, формируют осанку, грацию, красоту движений и поз, а так же позволяют снять эмоциональное напряжение, корректировать настроение и отдельные черты характера гиперактивных детей. Логоритмика с элементами ритмопластики улучшает дыхание, активно влияет на кровообращение, способствует выработке многих веществ, необходимых детскому организму.



Игры - превращения

Ярко, эмоционально, в атмосфере сказки дети подражают повадкам животных людей, птиц, растений. Они учатся находить правильные движения и жесты, для более точной передачи игрового образа. задействованы все группы мышц, что позволяет полноценно укрепить их.

Бесценно их значение для развития творческого начала ребенка, а так же для развития памяти, мышления, воображения, фантазии.



«Зверобатика»

Зверобатика – это акробатика, которая «проще, чем кувырок». Точнее, это элементарные перемещения, которые включаются в любую спортивную игру или тренировку. Вот различные способы передвижения: «собачка», «паучок», «лягушонок», «медвежонок», «черепашка». Упражнения «Зверобатики»- это работа в непривычных условиях, движения не в вертикальном, а в горизонтальном положении. Увлекательно наблюдать, как дети меняются в движениях, внутренне преобразуются, когда превращаются в различных зверей.



Использование игровых приемов и методов в нестандартных ситуациях формируют гибкое, оригинальное мышление

Вызвать у детей интерес к выполнению физических упражнений можно с нетрадиционным предметом – листом бумаги. Выполняя занимательные упражнения можно доставить детям не только радость, но и способствовать развитию творческой, познавательной активности.

1. Ходить с листом на голове, не уронив его.
2. Подбросить листочек вверх и пытаться его поймать, не допуская падения на пол.
3. Построить из листочков мостик и пройти по нему, используя разные варианты: на носочках, перепрыгивая с ноги на ногу, на двух ногах, через два, три листа и т. д.
4. Сделать подзорную трубу, стрелу, мячик и поиграть с этими предметами.
5. Предложить перенести лист бумаги на расстояние без помощи рук.
6. Упражнения: «Чья стрела улетит дальше», «Поиграем с мячом», Выложи из листочков картину», «Салют»



Во что может превратиться простая скакалка ?

1. Упражнение «Удочка»

Дети становятся в круг, а водящий в центр круга со скакалкой в руках, начинает вращать скакалку так, чтобы та скользила по полу, делая круг за кругом под ногами играющих. Игроки подпрыгивают, стараясь, чтобы она не задела кого-либо из них.



2. Упражнение «Фигура»

Предложить детям выложить из скакалки любую геометрическую фигуру.

3. Упражнение «Фантазия»

Предложить детям придумать во что еще может превратиться скакалка и обыграть это.



Подвижные и /музыкально-подвижные игры /

Именно в подвижных играх ребенок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений, реализоваться и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний.



Игровой самомассаж

Игровой самомассаж - нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам.

Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, с музыкальным сопровождением, дети получают радость и хорошее настроение.

Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.



Массаж кистей рук «МЫШКА»

Мышка маленькая в норке

Тихо грызла хлеба корку.

Поскрести ногтями по коленям.

«Хрум, хрум!» -

Что за шум?

Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их.

Это мышка в норке

Хлебные ест корки.

Потереть ладони друг о друга.



Массаж тела «ЛЯГУШАТА»

Выполнять движения, соответствующие тексту.

Лягушата встали, потянулись,

И друг другу улыбнулись.

Выгибают спинки,

Спинки-тростинки.

Ножками затопали,

Ручками захлопали.

Постучим ладошкой

По ручкам мы немножко.

А потом, потом, потом

Грудку мы чуть-чуть побьем.

Хлоп-хлоп тут и там,

И немного по бокам.

Хлопают ладошки

Нас уже по ножкам.

Погладили ладошки

И ручки, и ножки.

Лягушата скажут: «Ква»!

Прыгать весело, друзья!».






Дыхательная гимнастика

Дыхание является важнейшей функцией организма. Еще древние восточные мудрецы, создатели различных дыхательных систем, придавали большое значение дыхательным упражнениям. Считалось, что кроме кислородного питания с помощью дыхания происходит и энергетическая подпитка организма. Правильное дыхание регулирует состояние нервной системы человека.

Дыхательная гимнастика – это комплекс упражнений, при выполнении которых работают все органы дыхательной системы. Дыхательная гимнастика обеспечивает полноценный дренаж бронхов, очищает слизистую дыхательных путей, укрепляет дыхательную мускулатуру. А если дыхательные упражнения сочетать со стихами, интересными для детей, то получается логоритмическая дыхательная игра, которая служит для лечения и профилактики различных заболеваний.



Игры и упражнения для развития творческого воображения детей дошкольного возраста

1. Упражнение «На что похожи наши ладошки»

Предложить детям обвести красками или карандашами собственную ладошку (или две) и придумать, пофантазировать «Что это может быть?» (дерево, птицы, бабочка и т.д.). Предложить создать рисунок на основе обведенных ладошек.

2. Игра «Что это такое?»

Используются круги разных цветов, полоски разной длины. Дети встают в круг. Инструктор показывает один из цветных кругов, кладет его в центр и предлагает рассказать, на что он похож. Ответы не должны повторять друг друга.

3. Упражнение «Изобрази дерево»

Предложить детям изобразить деревья: дуб, березу, ель, иву. Остальным предложить угадать, какое дерево показали дети.

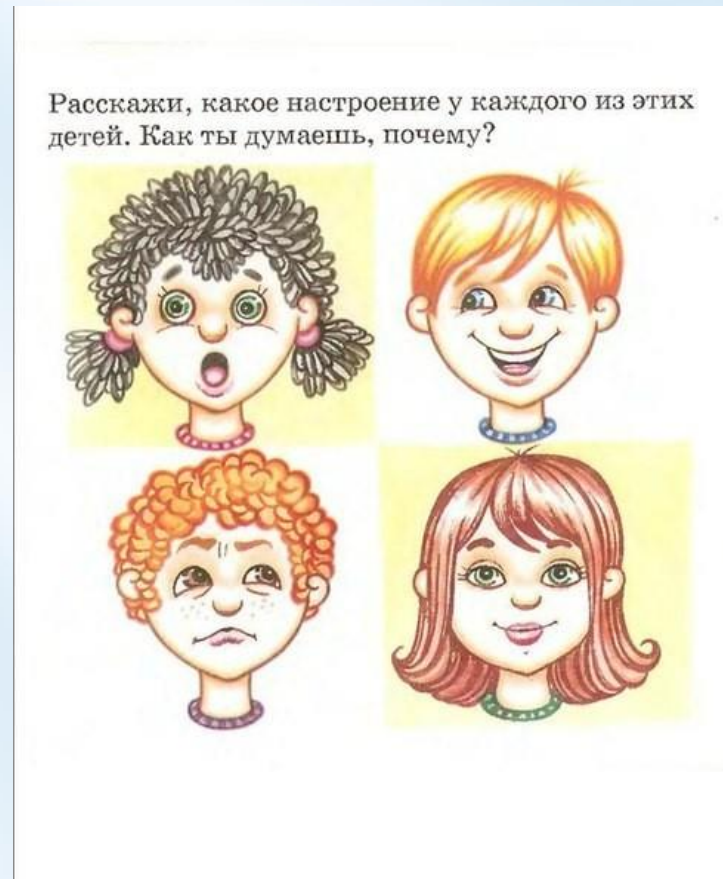
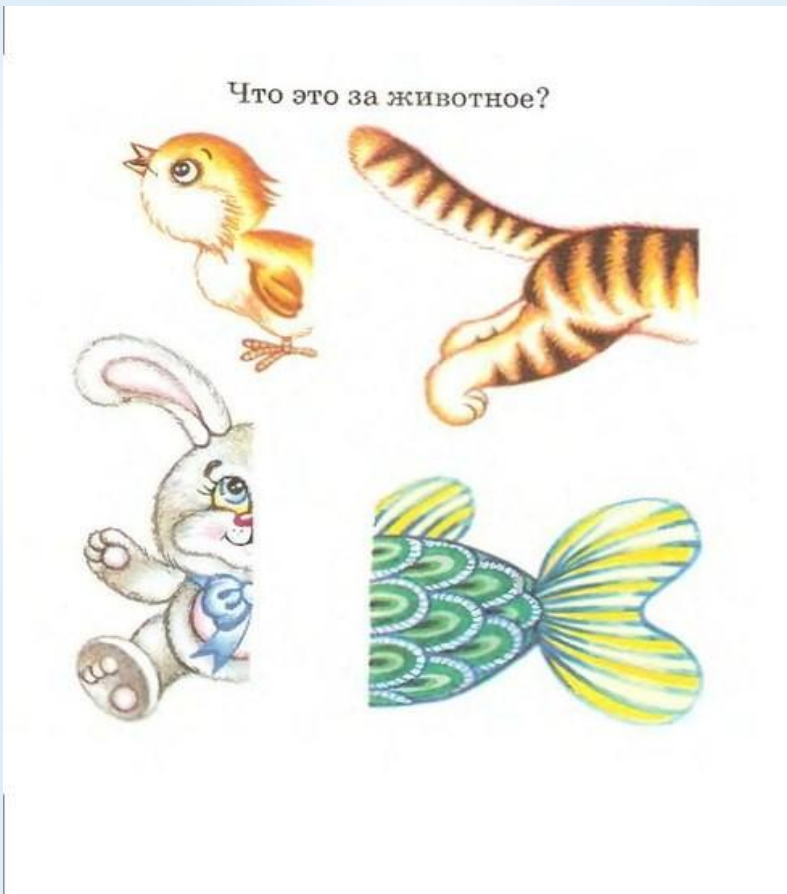
5. Упражнение «Танец»

Предложить детям придумать свой образ и станцевать его под определенную музыку. Остальные дети должны угадать, какой образ задуман.

Варианты – образ задан, все дети танцуют одновременно («распустившийся цветок», «ласковую кошку», «снегопад», «веселую обезьянку» и т. д.).

Усложнение – передать в танце чувства («радость», «страх», «удивление» и т.д.)

Подобных игр и упражнений можно сочинить бесконечное множество, все зависит лишь от творческого воображения взрослых, поставивших перед собой цель помочь каждому ребенку вырасти творчески одаренной, нестандартно мыслящей, успешной личностью



A decorative border surrounds the central text, featuring a repeating sequence of sports-related icons: a basketball, a badminton racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red table tennis paddle, a white and black soccer ball, a tennis racket with a yellow ball, an orange basketball, a badminton racket, a blue and yellow volleyball, a brown American football, a red table tennis paddle, and a white and black soccer ball. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of small white sunburst-like shapes.

Спасибо за внимание !