



Государственное краевое бюджетное общеобразовательное учреждение
«Общеобразовательная школа-интернат Пермского края»
(дошкольное отделение)

Воспитание у детей с нарушением слуха и тяжелыми нарушениями речи интереса к двигательной деятельности через использование разнообразного оборудования для прыжков.

Еговцева И.В., воспитатель

Бабич И.С., руководитель ФК

10 ноября 2022 г

«Чтобы сделать ребенка умным и
рассудительным, сделайте его крепким и здоровым!»

Народная мудрость

Двигательная активность – это
естественная потребность детей в движении,
удовлетворение которой является важнейшим
условием гармоничного развития ребенка,
состояния его здоровья.

Реализация двигательной активности в ДО:

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Музыкальные занятия
- Двигательные разминки и физкультминутки
- Фонетическая ритмика
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке
- Закаливающие процедуры
- Индивидуальная работа по развитию движений
- Гимнастика после дневного сна
- Спортивные праздники и развлечения
- Самостоятельная двигательная активность

Основные движения - это все те двигательные действия, которые человек производит не только со специальной целью своего физического развития, но и для применения в труде, быту.

Прыжок — один из видов основных движений — относится к ациклическим,. В нем отсутствует повторение циклов, и весь процесс выполнения прыжка представляет одно законченное движение.

Этапы прыжка

- подготовительный;
- основной;
- полет;
- заключительный.

Виды прыжков

- прыжки в длину с места;
- прыжки в длину с разбега;
- прыжки в высоту с места;
- прыжки в высоту с разбега.

РППС - дополнительный стимул активации физкультурно-оздоровительной работы и закреплении навыков, полученных на занятиях физкультурой.



Прыгаем на улице.



Прыгаем в помещении.



Новизна - один из приемов повышения физической активности и эффективности развития двигательных навыков, обеспечивающая интересную для детей двигательную, игровую, познавательную деятельность.

НЕЙРОСКАКАЛКА -

тренажер нового
поколения.



Как устроена нейроскалка?

Трость, на одном конце которой – колесо, на втором – кольцо.

Длина трости в 62-64 см, изготовлена из прочного пластика, который абсолютно безопасен для детей.

Кольцо, размер которого 16 см, имеет мягкую прокладку.

Благодаря тому, что кольцо расстегивается, его без труда можно одеть на щиколотку.

Колесо имеет диаметр, 8-9 см. Оно обеспечивает равномерное вращение и исключает травмы.



Основные виды прыжков и усложнений:

- Обычные прыжки правой ногой.
- Обычные прыжки левой ногой.
- Обычные прыжки, но скакалку крутить назад.
- Прыжки в темноте.
- Повороты туловища во время прыжков.
- Ускорение и замедление темпа прыжков.
- Прыжки на одной ноге.
- Прыжки с дополнительными движениями рук.

Инструктаж: как научиться прыгать.

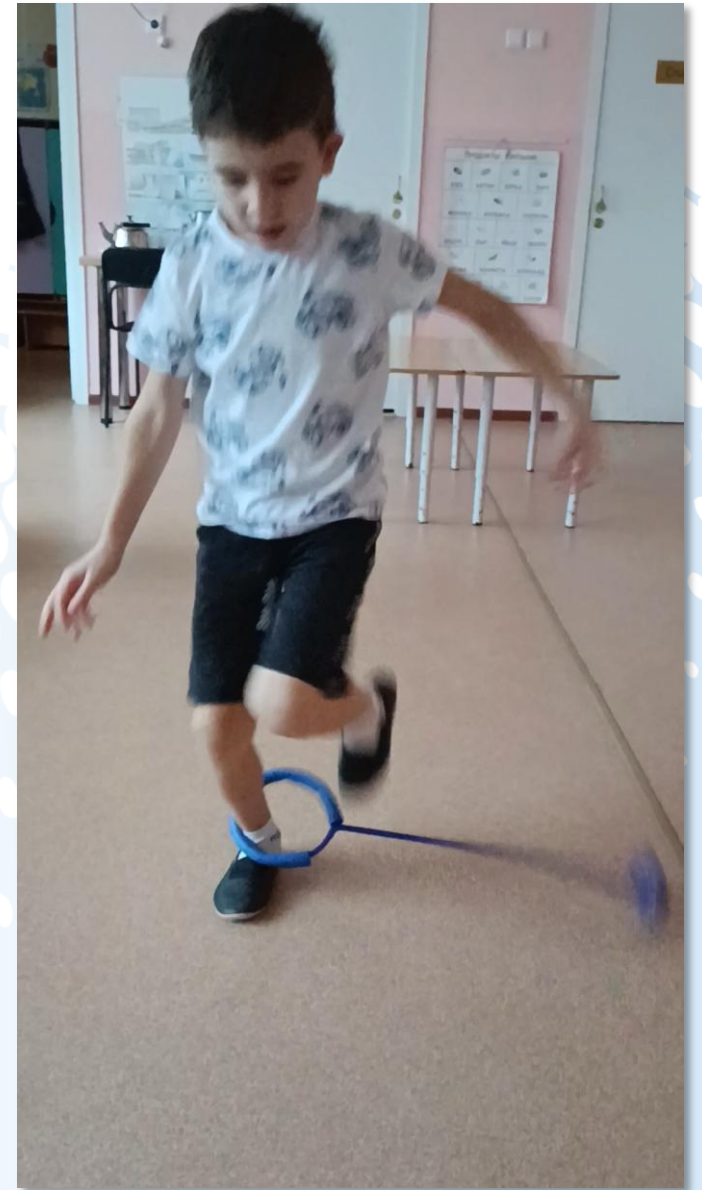
Соблюдать дистанцию примерно 1,5 м вокруг себя.

Выбрать ровную поверхность и освободить необходимое пространство.

Пластиковый обруч защелкивается вокруг щиколотки.

Для начала вращения необходимо толкнуть ролик скакалки ногой (рукой). Он будет светиться от взаимодействия с землей или полом, потом перешагиваем, затем опять толкаем и перешагиваем.

Во время прыжков одна нога вращает нейроскакалку, вторая через нее перепрыгивает.

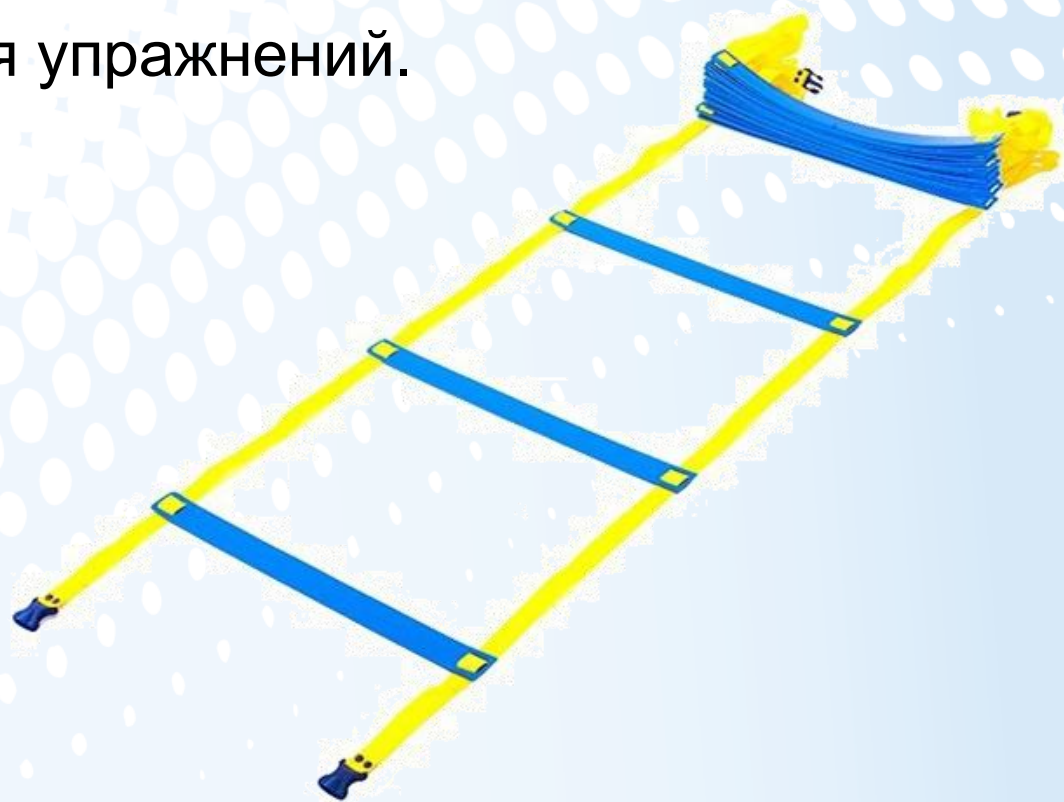


КООРДИНАЦИОННАЯ ЛЕСТНИЦА -



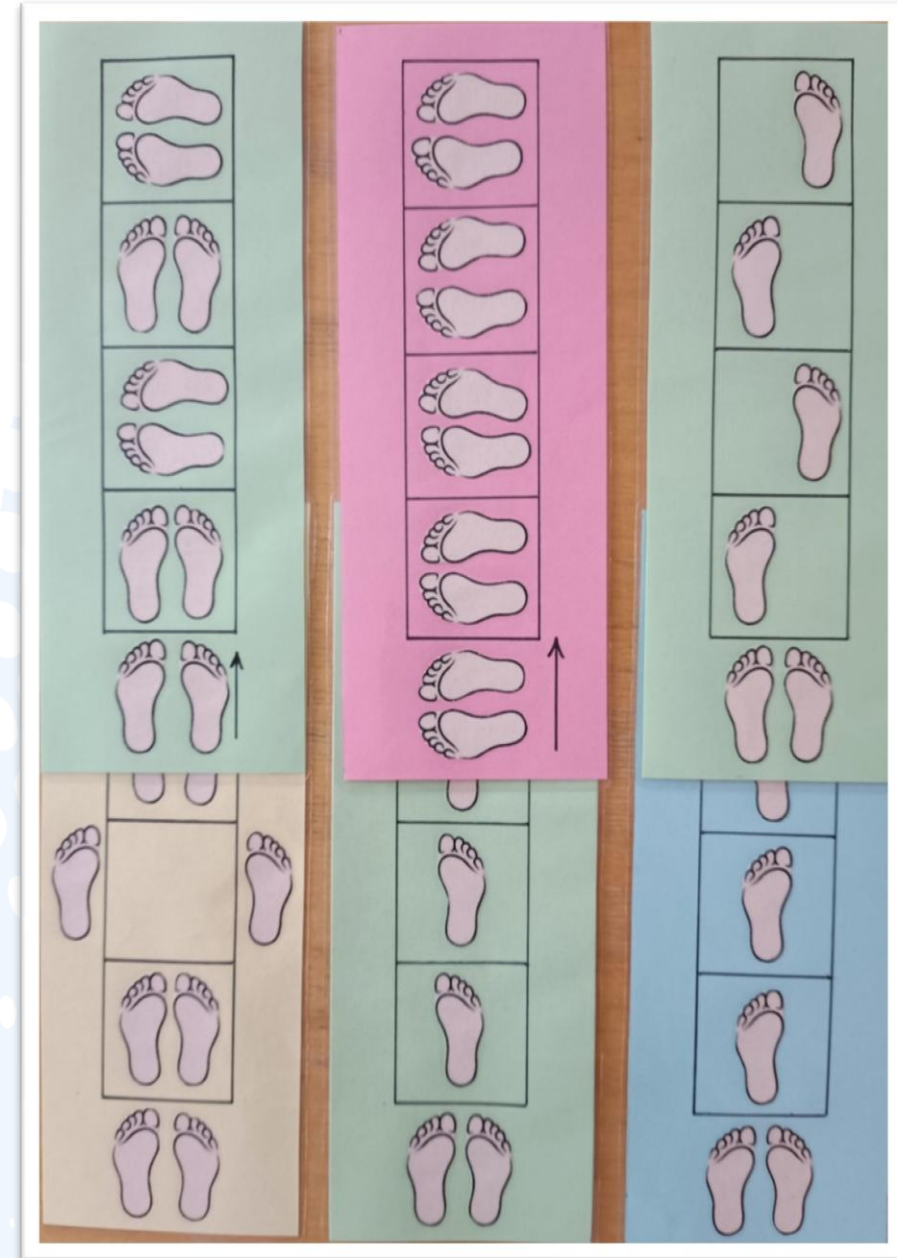
это компактный и многофункциональный тренажер для выполнения упражнений на координацию, развитие ловкости, маневренности и выносливости.

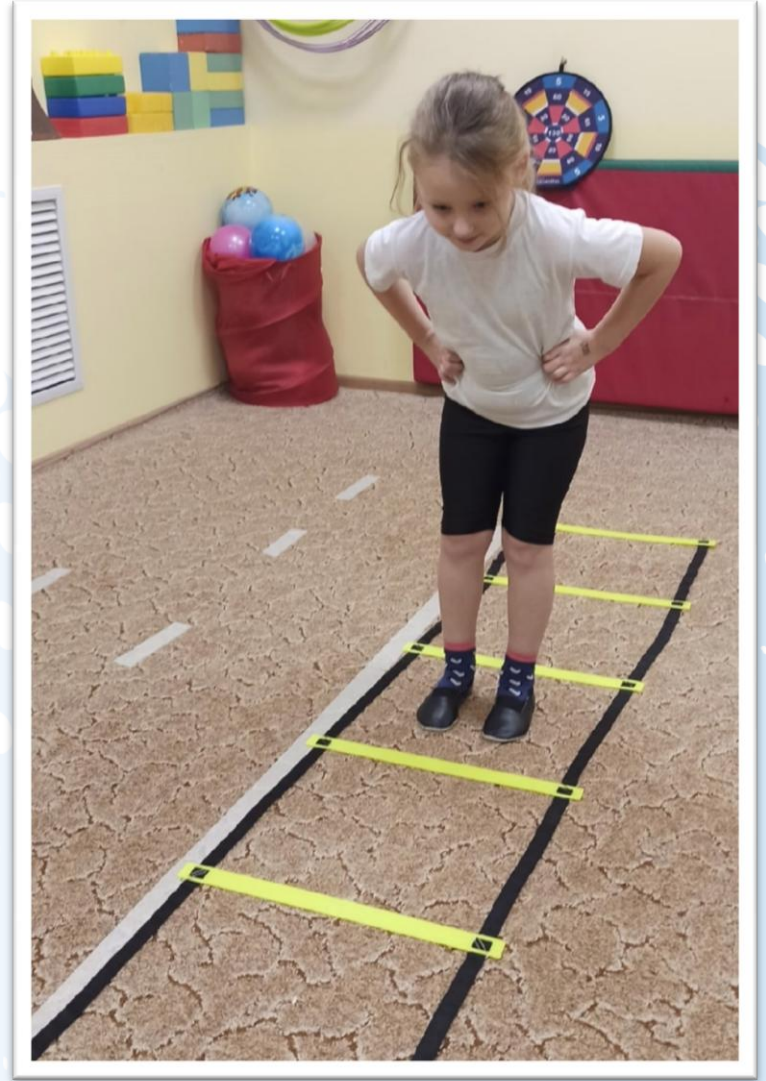
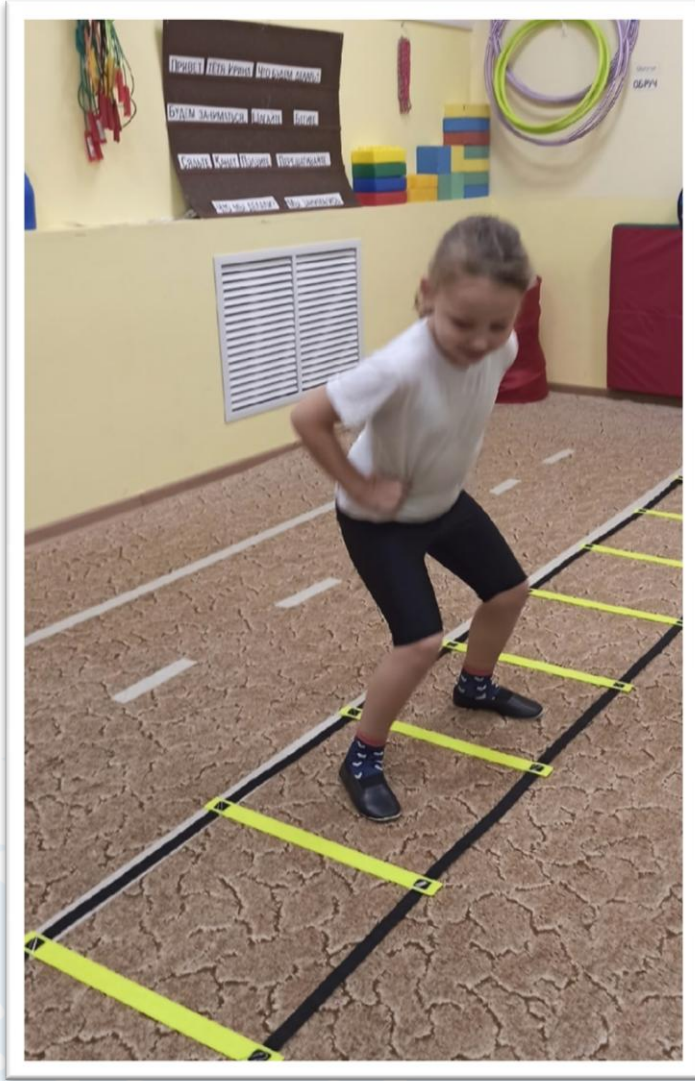
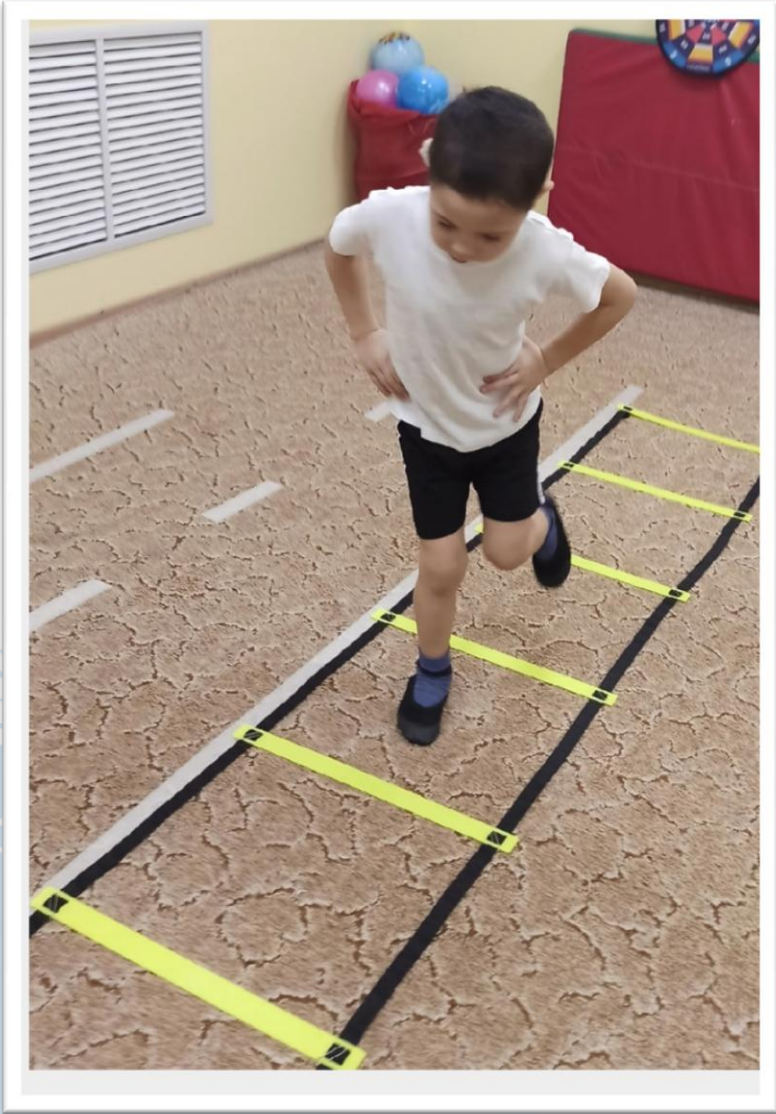
Координационная лестница состоит из параллельно уложенных строп длиной 4-10 метров и гибких пластиковых поперечных перекладин, которые абсолютно плоские по отношению к земле и могут фиксироваться на разном расстоянии друг от друга. Для детей дошкольного возраста размер ячейки равен 40*40 для выполнения упражнений.



Виды прыжков по показу и с использованием схем:

- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед в каждую ячейку;
- Прыжки на одной ноге с продвижением вперед (правая или левая);
- Прыжки на двух ногах со сменой положения ног с продвижением вперед (ноги вместе, ноги врозь);
- Прыжки на двух ногах боком с продвижением вперед (правым или левым);
- Прыжки на двух ногах с поворотом с продвижением вперед.





Гравитация земная
Над людьми имеет власть.
Человек живёт мечтая
Хоть на миг её прервать.

Этой власти непокорный
Совершает он прыжки.
Тренируется упорно,
Крепит мускулы свои.

Александр Мальцев