

Муниципальное автономное
дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска
«Детский сад № 439 комбинированного вида»

Спортивно-дидактическая игра
«ВЫБИРАЮ ФИЗКУЛЬТУРУ!»
для детей 5 – 7 лет

Автор: Безгачева В.П.
Инструктор по ФК
I квалификационная категория

*Верно,
заведующий МАДОУ д/с № 439
Е. Н. Толужина Юшу*



Новосибирск 2020г.



Спортивно – дидактическая игра

«Выбираю физкультуру!»

Спортивно – дидактическая игра «Выбираю физкультуру!» составлена для детей 5 – 7 лет. Игра представляет собой набор игр и упражнений, собранных в комплекты по характеру их использования на разных этапах НОД, прогулки, досуга или спортивного праздника. Источником случайного выбора выступает игральная кость. Число точек на кубике показывает номер, под которым скрывается определенная игра или упражнение. Ребенка, который будет бросать кость можно выбрать несколькими способами:

- считалкой;
- ребенка назначает инструктор по ФК или воспитатель;
- именинник и т.д.

Цель спортивно – дидактической игры «Выбираю физкультуру!» - внесение в образовательный процесс нетрадиционных форм обучения и воспитания для повышения качества образовательного процесса.

В зависимости от этапа НОД, инструктор по ФК может использовать данную дидактическую игру для решения следующих **задач**:

- развития активности и самостоятельности дошкольников;
- формирования у детей устойчивого интереса к физкультуре и спорту;
- развития физических качеств детей;
- внесения в процесс обучения интересного, захватывающего, творческого и эмоционального момента.

Спортивно – дидактическая игра «Выбираю физкультуру!» может использоваться в процессе обучения и воспитания не только инструктором по ФК, но и воспитателями, и другими специалистами ДОУ. Данная игра может быть использована во время НОД в зале и на свежем воздухе, во время спортивных праздников и досугов, в группе детей и во время индивидуальных занятий.

Комплекты случайного выбора:

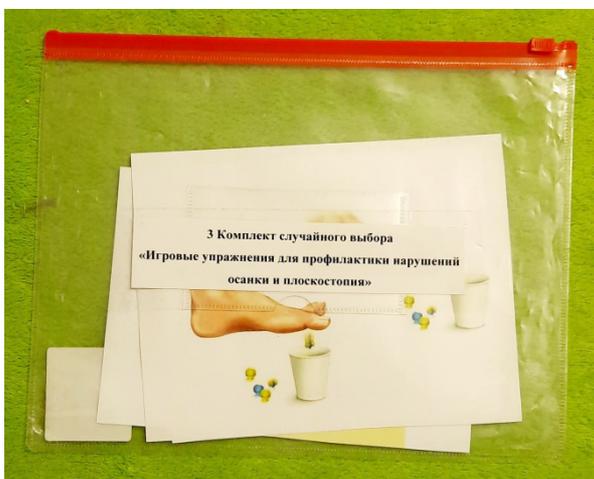
- 1) Подвижные игры;



2) Малоподвижные игры;



2) Игровые упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия;



3) Эстафеты.



Выбор комплекта случайного выбора осуществляет инструктор по ФК / воспитатель, основываясь на том, на каком этапе НОД проводится данная дидактическая игра.

По мере использования данных комплектов в качестве источника случайного выбора, инструктор по ФК, или воспитатель могут добавлять и другие комплекты, что только разнообразит спортивно – дидактическую игру и расширит возможности ее использования в образовательном процессе.

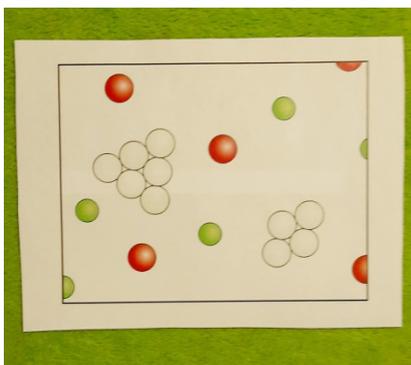
1 Комплект случайного выбора «Подвижные игры»

Ребенок бросает игральную кость (кубик) и если выпадает 1 точка на кубике, то дети играют в подвижную игру «Хитрая лиса»;

2 точки на кубике: «Гуси – лебеди»;



3 точки: «Атомы и молекулы»;



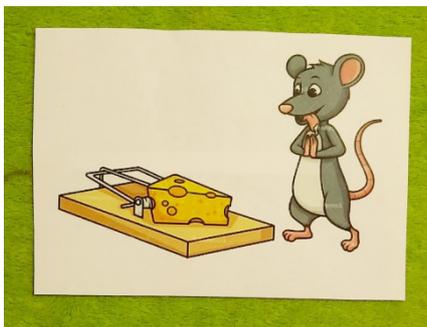
4 точки: «Кот и мыши» (с хвостиками);



5 точек: «Успей взять мешочек»;

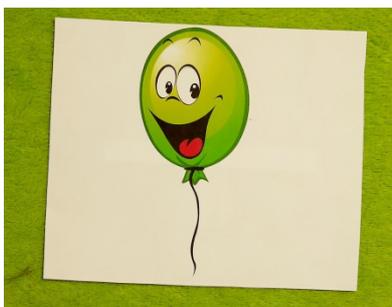


6 точек: «Мышеловка».



2 Комплект случайного выбора «Малоподвижные игры»

1 точка: «Воздушный шарик»;



2 точки: «Лежа в кругу на животе, дети перекатывают мяч друг другу»;



3 точки: «Море волнуется раз...»;



4 точки: «Делай все наоборот»;



5: Сидя на скамейке поднять платочек с пола пальцами ноги, без помощи рук. Сначала правой, потом левой ногой;



6: «Взрослому мяч бросай и слово называй» (например: называем животных, или имена, или мебель...).



3 Комплект случайного выбора «Игровые упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия»

1: Умеренная ходьба с мешочком на голове с выполнением заданий: ходьба на носках, руки на поясе. Руки в стороны и т.д.;

2: Сидя на скамейке, собрать мелкие предметы пальцами ног, без помощи рук;

3: Ходьба по дорожкам здоровья;

4: «Стройная елочка» - стойка у стены, прижав к стене лопатки, ягодицы, голени и пятки;

5: Вис на гимнастической стенке в течение нескольких секунд;

6: Сидя лицом в круг, передаем по часовой стрелке друг другу небольшой мяч или кубик ногами, руки упор сзади.

4 Комплект случайного выбора «Эстафеты»

1: «Бег в мешках»;

2: «Прыжки на фитболах»;

3: «Донеси, не урони!»;

4: «Тараканьи бега»;

5: «Собери солнышко»;

6: «Передай эстафетную палочку».