

Мастер класс для педагогов ДОО. Изготовление нестандартного оборудования для стимулирования и сохранения здоровья дошкольников.

Автор работы: Седова Марина Адольфовна

Описание материала: Мастер класс направлен на сохранение, поддержание и обогащение здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду (дети, педагоги, родители). Материал будет полезен инструкторам по физической культуре, старшим воспитателям, родителям.

Цель: Популяризировать нетрадиционные формы работы при выполнении корригирующей гимнастики с детьми.

Задачи:

1. Систематизировать образовательную работу по областям «Физическая культура» и «Здоровье».
2. Активизировать взаимодействие всех специалистов в ДОО.
3. Повысить профессиональную компетентность педагогов, психолого-педагогические знания в области здоровья сбережения.
4. Развивать творческий потенциал педагогов, инициативность, активность, ответственность.

План проведения мастер класса.

1. Физкультурная разминка «степ аэробика».
2. Представление педагогического опыта по использованию нестандартного оборудования для стимулирования и сохранения здоровья детей. Демонстрация нестандартного оборудования из киндер-сюрпризов.
3. Изготовление нестандартного оборудования «Веселый карандаш» для корригирующей гимнастики во время динамических пауз.
4. Практическое занятие с изготовленным пособием «Веселый карандаш».



1. Физкультурная разминка «Степ аэробика»

Все свои мастер классы с педагогами я начинаю с физкультурной разминки. Это могут быть: эстафеты, разминки в движении с упражнениями для рук и ног, комплексы занятий на фитболах, подвижные игры, степ аэробика.

В нашем ДООУ нет степ платформ, поэтому я использовала обычные мягкие пуфики. Сначала мы выучили упражнения под счет в медленном темпе, затем соединили выученный материал с музыкальным сопровождением. Базовые шаги степ аэробики достаточно просты, главное — выполнять их правильно и в ритм музыки.

Описание шагов используемых в степ аэробике.

1.**Basic Step**, по сути мы просто поднимаемся на платформу и сходим с нее, шаг одной ногой прямо на степ-платформу, шаг другой ногой прямо на степ-платформу, шаг первой ногой со степ-платформы, шаг второй ногой со степ-платформы.

2.**Tap up**, первый шаг нужно сделать на степ-платформу, переносим вес на эту ногу, второй ногой касаемся платформы рядом с первой ногой, вторую ногу возвращаем на пол, первую ногу ставим на пол рядом со второй.

3.**V-Step**, шаг ноги врозь, ноги вместе, шаг правой ногой на правый конец платформы, шаг левой ногой на левый конец платформы, шаг правой ногой со степ-платформы, шаг левой ногой со степ-платформы.

4.**Knee up**, шаг одной ногой на угол степ-платформы (правой ногой шагаем на левый угол и наоборот), переносим вес на эту ногу, вторую ногу поднимаем вверх согнутую в колене, вторую ногу возвращаем на пол, первую ногу ставим на пол рядом со второй.

5.**Step kick**, шаг одной ногой на угол степ-платформы (правой ногой шагаем на левый угол и наоборот), переносим вес на эту ногу второй ногой делаем пинок в воздухе вторую ногу возвращаем на пол первую ногу ставим на пол рядом со второй

6.**Step curl**, шаг одной ногой на угол степ-платформы (правой ногой шагаем на левый угол и наоборот), переносим вес на эту ногу, второй ногой делаем захлест, вторую ногу возвращаем на пол, первую ногу ставим на пол рядом со второй.

2.Представление педагогического опыта по использованию нестандартного оборудования для стимулирования и сохранения здоровья детей. Демонстрация нестандартного оборудования изготовленного из киндер-сюрпризов.

Впереди летний период времени, это время когда воспитатель воплощает в жизнь все свои идеи накопленные за год. Поэтому мне хочется, чтобы вы в свои планы включили пополнение физкультурно-игровых зон пособиями, изготовленными своими руками. Проще говоря, нестандартным оборудованием из бросового материала. Нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, вызывает радость и положительные эмоции. Материалы для изготовления такого оборудования разнообразны и малозатратны, можно использовать все то, что наверняка найдется в любом доме из ряда ненужных вещей. Эти, бесполезные на первый взгляд, предметы могут превратиться в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик. Нестандартное оборудование помогает полноценному физическому развитию детей, и решает следующие задачи:

- обеспечивает высокую двигательную активность, совершенствуя движения детей и их физические качества;
- развивает творческое воображение, стремление к активности и самостоятельности;
- повышает интерес к процессу движений с использованием нестандартного

оборудования;

- создает и закрепляет позитивное психосоматическое состояние;

Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Оно объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску.

При изготовлении пособий необходимо соблюдать инструкцию:

1. пособие должно быть эстетичным;
2. не травмоопасным;
3. по мере возможности долговечным;
4. легко подвергаться санитарной обработке.

Сегодня я хочу продемонстрировать вам нестандартное оборудование из капсул киндер-сюрпризов и показать, как можно этим оборудованием манипулировать.

«Воля»

Материалы: капсула от киндер-сюрприза, цветные ленточки, утяжелитель (болт, гайка).

Используется: при бросках на дальность, бросках в обруч, переброске в парах, подбрасывании вверх и ловли его двумя руками.

«Колечки – рули»

Материалы: капсулы от киндер-сюрприза, обычная резинка.

Используются: в подвижных играх, общеразвивающих упражнениях, как тренажер для формирования правильной осанки.

Тренажер «Самый ловкий»

Первый вариант для детей старшего возраста

Материал: пластиковая бутылка, нитки для вязания, капсулы киндер-сюрприза.

Используется для развития ловкости.

Второй вариант для детей младшего возраста.

Материал: пальцы, нитки для вязания, капсулы киндер-сюрприза.

Используется для развития ловкости.

«Массажер для тела»

Материал: капсулы киндер-сюрприза, обычная резинка, ручки от скакалки.

Используется для массажа спины.

«Вербочные колечки»

Материал: капсулы киндер-сюрприза, цветной шнур.

Используется для общеразвивающих упражнений, как чаки-чаки крутки.

3.Изготовление нестандартного оборудования «Веселый карандаш» для корригирующей гимнастики во время динамических пауз.

Материал: карандаш, капсула от киндер-сюрприза, ножницы, гофрированная бумага зеленого и желтого цвета (15 4 см), обрезки бумаги самоклейки белого, синего и красного цвета.

Процесс изготовления:

1. Сделать в киндер-сюрпризе ножницами отверстие сверху и снизу.
2. Нарезать гофрированную бумагу с одной стороны и свернуть ее метелочкой.



3. Вставить метелочку из гофрированной бумаги в одно из отверстий киндер-сюрприза.
4. Вырезать из бумаги самоклейки глаза и рот, приклеить их на капсулу киндер-сюрприза.



5. Вставить карандаш тупым концом в свободное отверстие капсулы киндер-сюрприза.



6. Показать готовое изделие «Веселый карандаш»

4. Практическое занятие с изготовленным пособием «Веселый карандаш».

Упражнения корригирующей гимнастики для глаз с использованием нестандартного оборудования «Веселый карандаш».

1 упражнение

И.п. - взять предмет правой рукой за низ карандаша и расположить на уровне глаз на расстоянии 45 см. Двигать пособие в медленном темпе вправо, влево и следить глазами за ним не поворачивая головы.

2 упражнение

И.п. – то же самое. Двигать пособием в медленном темпе вверх, вниз и следить за ним глазами не поворачивая головы.

3 упражнение

И.п. – то же самое. Двигать пособием в медленном темпе по кругу и следить за ним глазами не поворачивая головы.

4 упражнение

И.п. – то же самое. В течение 3 секунд смотрите на пособие, а затем перенесите взгляд на любую точку в пространство за ним. Задержите там взгляд на 3 секунды и верните взгляд обратно на пособие. Сделайте это несколько раз.

Пальчиковая гимнастика с использованием нестандартного оборудования

«Веселый карандаш»

Карандаш в руках катаю, между пальчиков верчу.
Непременно каждый пальчик, быть послушным научу.

1 упражнение

Карандаш, в руках катаем и ладошки согреваем.
Зажать пособие между ладонями и прокатывать его между соединенными ладонями.

2 упражнение

Карандаш кручу я ловко, в школе мне нужна сноровка.
Вращать пособие между пальцами.

3 упражнение

Взять пособие за низ правой и левой рукой, большим и указательным пальцами.
Перебирать пальцами вдоль карандаша от одного конца до другого.

4 упражнение

Карандаш я подержу, в гости к пальчику приду.
Передача пособия каждому пальчику поочередно из правой руки в левую.
Сжать пособие большим пальцем правой руки и передать большому пальцу левой руки и т. д.

*Творчество подарит пусть плоды таланта,
Я желаю Вам раскрывать его,
А фантазией будет пусть душа богата!
Счастья и успехов. Хорошего всего!*

Практическая часть

Сегодня я хочу продемонстрировать вам нестандартное оборудование из капсул киндер-сюрпризов и показать, как можно этим оборудованием манипулировать.

«Волан»

Материалы: капсула от киндер-сюрприза, цветные ленточки, утяжелитель (болт, гайка).

Используется: при бросках на дальность, бросках в обруч, переброске в парах, подбрасывании вверх и ловли его двумя руками.



«Колечки – рули»

Материалы: капсулы от киндер-сюрприза, обычная резинка.

Используются: в подвижных играх, общеразвивающих упражнениях, как тренажер для формирования правильной осанки.



Тренажер «Самый ловкий»

Материал: пластиковая бутылка, нитки для вязания, капсулы киндер-сюрприза.

Используется для развития ловкости.



«Массажер для тела»

Материал: капсулы киндер-сюрприза, обычная резинка, ручки от скакалки.
Используется для массажа тела



«Веревочные колечки»

Материал: капсулы киндер-сюрприза, цветной шнур.

Используется для общеразвивающих упражнений, как чаки-чаки крутилки.



3. Мастер класс "Изготовление нестандартного оборудования «Веселый карандаш» для корригирующей гимнастики во время динамических пауз".

Материал: карандаш, капсула от киндер-сюрприза, ножницы, гофрированная бумага зеленого и желтого цвета (15*5см), обрезки бумаги самоклейки белого, синего и красного цвета.

Процесс изготовления:

1. Приготовьте материал для работы.



2. Сделайте в киндер-сюрпризе ножницами отверстие сверху и снизу.



3. Нарежьте гофрированную бумагу по длине на полоски 0,5см, не дорезая до конца 1,5см.



4. Сложите гофрированную бумагу и скрутите метелочкой.



5. Скрученную метелочку из гофрированной бумаги вставьте в одно из отверстий капсулы киндер-сюрприза.



6. Вырежьте из бумаги самоклейки глазки и ротик.



7. Приклейте глазки и ротик на капсулу киндер-сюрприза.



8 Вставьте карандаш тупым концом в отверстие киндер-сюрприза.