

Консультация для педагогов "Играем в классики"

Подготовила: инструктор по ФК Донец С.М.

Большую роль в коррекции и профилактике нарушений осанки, плоскостопия, а также оздоровления детей дошкольного возраста играют подвижные игры и физические упражнения на прогулке, во время свободной двигательной деятельности.

Используются упражнения на нормализацию мышечного тонуса и развитие силовых качеств. Классики -это игра, незаслуженно сейчас забытая, ведь она не только помогает укреплению связочно-мышечного аппарата ног, развитию навыков элементарных передвижений, тренировке зрительного анализатора, но и обучению координации, увеличению силовой выносливости мышц.

Классики формируют положительные навыки крупной моторики, координации в пространстве и в собственном теле, укрепляют голеностопный сустав; развивают мыслительные процессы и помогают детям закрепить цвет и форму.

Классики многофункциональны, их можно использовать в физкультминутках, на занятиях по рисованию или математике. Педагог может предлагать игровые задания детям во время карантина, когда нельзя посещать спортивный зал.

Разместить классики можно в игровой комнате. В летнее время можно оформлять свободную площадь (асфальт) на территории детского сада. "Волшебные классики" настолько разнообразны по форме и сложности выполнения заданий, что они подойдут как для младшего, так и для детей старшего дошкольного возраста .

Формы бывают разные. На асфальте или на земле чертят фигуру или несколько фигур, чаще всего это квадраты, прямоугольники или круги. Каждый квадрат называют классом. К последнему можно дорисовать полукруг, где пишут "огонь" или "дом". Для игры нужна битка (металлическая плоская баночка, заполненная песком или шайба) Первый из участников с определенного расстояния бросает битку в первый класс. Если он попадает, то выпрыгивает туда на одной ноге, выбивает баночку из первого класса носком ноги и выпрыгивает сам. Снова бросает баночку, но уже во второй класс, прыгает на одной ноге в первый, затем во второй класс и снова выбивает баночку наружу. Если участник на каком-то этапе игры ошибается (битка попадает на черту или не в тот класс) то очередь передается

следующему игроку. После он продолжает игру с того класса, где допустил ошибку. Если битка попадает в "огонь", то участник начинает игру снова, с первого класса.

Играть в классики можно и безбитки, перепрыгивая или даже переходя из одного сектора в другой. Классы должны быть довольно крупными (гораздо больше по размеру, чем ступня ребенка)

Для классиков подойдут любые правила, которые вы придумаете сами. Если сделать классы с буквами, то можно предложить детям составить слово. При этом они должны перепрыгивать с буквы на букву, на одной или на двух ногах составляя то или иное слово :кот, дом, мама, лампа. По желанию детей или взрослого набор и последовательность расположения букв могут быть изменены.

В классики можно играть и парами.

-бег по классикам, не наступая на линии и не толкая друг друга, попадая в каждый класс;

-прыжки на двух или на одной ноге попадая в каждый класс;

-друг за другом, через класс.

Для всех вариантов классиков существуют общие обязательные правила:

1.Прыгая не вставать на линии, разделяющие клетки.

2.Нельзя, чтобы битка перескочила одну клетку.

3. Не допускается, чтобы битка попала на линии , разделяющие клетки.

4.Передвигать битку нужно по номерам клеток.

Побеждает в игре тот, кто первым ее закончит.

Классики можно не рисовать, а составить из обручей.