

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОСОБИЯ « ИГРОВОЙ ПАРАШЮТ »

Игра с парашютом является инструментом психолога и педагогов для наблюдения за детьми в период адаптации к ДОУ, коррекции видимых нарушений коммуникативной, эмоционально-волевой и познавательной сферы.

Парашют выполнен из яркой ткани (3 или 5 метров в диаметре) и состоит из нескольких цветных секторов, по кругу которого расположены ручки.

Рекомендации по использованию:

✚ В ходе выполнения движений у детей не должно быть длительной задержки дыхания, при выполнении движений надо обращать внимание на выдох, а не на вдох. Если дети начинают дышать через рот, необходимо снизить дозировку упражнений.

✚ Избегать длительного пребывания детей в одних и тех же позах, не допускать долгих объяснений заданий, т.к. это утомляет детей и снижает их двигательную активность.

✚ В процессе игровых действий контролировать степень натяжения парашюта и правильность захвата (петли или края парашюта).

✚ Не следует чрезмерно возбуждать детей, потому что возбуждение обычно усиливает мышечное напряжение и насильственные движения.

✚ Нельзя использовать упражнения, которые могут вызвать приведение и внутреннюю ротацию бедер, сгибательно-приводящую установку верхних конечностей, асимметричное положение головы и конечностей.

✚ Подбирать упражнения, подвижные игры, которые способствовали бы развитию разных сторон эмоционального опыта ребенка.

✚ Чередовать игры и упражнения разной степени подвижности.

✚ В процессе игр и упражнений обозначать моменты обязательных контактов между сверстниками, разных по степени сложности (ответы на вопросы, практические действия и т.д.).

Варианты игр

1. «Волны» или /« Пламя»

Возраст: 2-7 лет.

Цель: раскрепостить детей, вырабатывать согласованность движений, внимание, развивать чувство ритма, снять нервно-психическое напряжение.

Эта игра подходит для любого возраста. Она помогает, как активизировать группу, так и успокоить. Начинаем с мелких волн/ искорок, потом раскачиваем парашют всё сильнее, устраиваем шторм/огонь. Затем постепенно уменьшаем волны/огонь, приговаривая, что ветер/огонь стал слабее, волны/искорки утихают/ гаснут, и на море штиль.

Можно заменить слова музыкой. Громкая или быстрая музыка – сильные волны/огонь. Тихая или медленная музыка – слабые волны/огонь.

2.«Космическое путешествие»

Возраст: 3-7 лет.

Цель: раскрепостить детей, сплотить группу, вырабатывать согласованность движений, внимание, развивать чувство ритма, снять нервно-психическое напряжение.

Ведущий знакомит детей с двумя персонажами, которых необходимо запустить ракете в космос.

Парашют опущен, дети ждут команды взрослого. «3-2-1-пуск!» (громко, все вместе произносим команду). Купол поднимаем резко вверх - герой летит в космос! Эта игра вызывает бурный всплеск эмоций у детей.

Варианты игр



3. «Волшебный пузырь»

Возраст: 3-7 лет.

Цель: эмоциональная разрядка.

Купол парашюта («пузырь») надуть максимально (руки поднимаем вверх), со словом «бах!» (громко кричим) - сдули.

4. «Левая, правая!»

Возраст: 4-6 лет.

Цель: развивать произвольность психических процессов, развитие пространственных представлений.

Левой рукой поднимаем парашют, правой опускаем.

5. « Яблочко»

Возраст: 3-7 лет.

Цель: учить взаимодействовать детей друг с другом, развивает координацию движений, раскрепощает.

Ведущий бросает на поднятый парашют несколько мягких мячиков («яблочек»). Задача детей не допустить, чтобы они упали на пол.

6. « Ветерок для ... (имя ребенка) »

Возраст: 2-7 лет.

Цель: раскрепостить детей, вырабатывать согласованность движений, внимание, развивать чувство ритма, снять нервно-психическое напряжение.

Ведущий называет имя ребенка, который размещается в центре парашюта, сидя, лежа, как ему нравится. Дети дуют на него, делают волны.

7. «Каравай»

Возраст: 3 -7 лет.

Цель: Сплочение коллектива, поздравление именинника с Днем рождения.

Именинник располагается в центр парашюта, остальные дети приговаривают « Как на Олины именины испекли мы каравай.., Каравай-каравай, кого хочешь выбирай!»

8. « Кошки-мышки»

Возраст: 4-7 лет.

Цель: развить умение сотрудничать, взаимопонимание, умение воспринимать и следовать правилам игры.

Парашют лежит на полу, дети берутся за ручки (их задача запутать кошку). Один участник - кошка, он бегаем по полотну купола, другой участник - мышка – прячется под цветной тканью.

9. « Три шага, прыжок!»

Возраст: 4-7 лет.

Цель: развивать произвольность психических процессов, умение слушать инструкции взрослого, развитие координаций движений, учить ориентироваться в пространстве, способствует снятию нервно-психического напряжения, поднимает настроение.

Делаем три шага вправо, прыжок, парашют надувается.

10.«Спокойной ночи, малыши!»

Возраст: 2 -7 лет.

Цель: релаксация.

Взрослые 3-4 человека надувают парашют, дети в это время лежат «ромашкой». Взрослый предлагает детям почувствовать себя перышком, ощутить дуновение ветерка.