**МАСТЕР-КЛАСС «НЕТРАДИЦИОННОЕ ДВИГАТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ «ВОЛНА», КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

**Мастер-класс:**

Следует отметить, что современные дети мало двигаются, у них пропал интерес к физической культуре. Причина в том, что из-за привязанности к телевизору и гаджетам дети много времени проводят в статичном положении. Это приводит к их утомлению и задержке возрастного физического развития, а именно таких качеств, как быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость, так как они являются одними из главных составляющих нормального роста и развития организма ребёнка.

Возникает вопрос, как поддержать у дошкольников интерес к двигательной активности и развить их физические качества?

В современной практике детских садов часто используют нетрадиционные пособия различной направленности. Одно из таких игровых пособий – это всем знакомый «Парашют».

Первый мой опыт также был связан с этим пособием. Наблюдая за детьми, я обратила внимание, что такое пособие применимо для детей разных возрастов и темперамента, разной физической подготовленности и групп здоровья. Оно привлекает своей красочностью и возможностью тактильного общения с тканью.

И у меня, как инструктора, возникла идея создания аналогичного двигательного оборудования «Волна», но направленного уже на развитие именно физических качеств (скорость, быстрота, выносливость), которые являются основой при прохождении тестовых испытаний при сдаче норм ГТО.

Первоначально это был простой отрез ткани, размером 1,5 м на 5 м. С помощью его я могла заменить скакалку, волейбольную сетку и планку для прыжков.

Фантазия в использовании этого полотна неограниченна.

Далее я стала усовершенствовать это оборудование, делая его более вариативным, мобильным и многофункциональным. И в итоге получилось двигательное оборудование «Волна»: это полотно легкой ткани синего цвета, размером 4 х 1,40 м, с вышитым рисунком в стиле морского дна (водоросли, кораллы, рыбки). В середине ткани располагаются три съемных отверстия на «липучках» квадратной формы. По углам полотна располагаются кольца для крепления к опорам (например, дерево, стойка, лесенка, перекладина и т.д.)*.*

Данное двигательное оборудование соответствует принципу безопасности – подлежит гигиенической обработке, выполнено из качественного материала, легко сворачивается для хранения, простое и доступное для перемещения в пространстве зала или игровой.

При необходимости трансформируется, может заменить волейбольную сетку, баскетбольное кольцо, мишень, длинную скакалку, планку или веревку. А сейчас на практике я вам это покажу *(приглашаю трех педагогов).*

Как вам я уже сказала, «Волну можно использовать как планку для «прыжков в высоту» *(выполнение упражнений участниками),* «прыжков с места» *(выполнение упражнений участниками).* Обратите внимание, что данное упражнение подготавливает ребенка к тестовому испытанию при сдаче норм ГТО. «Прыжок в длину с разбега» *(выполнение упражнений участниками).* Раскачивая «Волну», мы усложняем задание *(выполнение упражнений участниками).*

Скрученная в жгут «Волна», дает возможность подготовить детей к прыжкам через скакалку. Упражнение: «Пробегание через раскачивающую скакалку» *(выполнение упражнений участниками).* «Пробегание через вращающуюся скакалку» и «прыжки с места и с забегом» *(выполнение упражнений участниками).* Как правило, при обучении манипуляций со скакалкой дети испытывают определенный страх. А этот способ обучения с использованием «Волны» самый безопасный и легкий для них.

«Волна» соответствует эстетическим требованиям: привлекательно для детей необычностью, яркостью красок, способствует развитию физических качеств и творческому воображению, создает положительный эмоциональный комфорт.

Сейчас я продемонстрирую ряд игровых упражнений на развитие основных видов движений.

Упражнение пролезание: правым, левым, боком, прямо *(выполнение упражнений участниками).*

Упражнение метание в вертикальную цель: снизу, от плеча, из-за головы различными пособиями: мячом, теннисным мячом, мешочком из песка *(выполнение упражнений участниками).* Обращаю ваше внимание, что упражнение «метание в цель» также подготавливает детей к тестовому испытанию при сдаче норм ГТО.

А сейчас я вам покажу подвижные игры, игры-эстафеты и игры – забавы с использованием двигательного оборудования «Волна».

Подвижные игры, игры-эстафеты и игры – забавы с использованием двигательного оборудования «Волна».

- Подвижная игра «Невод». Мы с воспитателем рыбаки, а дети рыбки. Имитируя «Волной» «Невод» мы ловим детей *(выполнение упражнений участниками).*

- Игра-эстафета «Переправа». Сейчас наша «Волна» превращается в «Плот», с помощью которого дети переправляются на другой берег *(выполнение упражнений участниками).*

- Игра-забава «Кокон». С помощью этой игры дети ощущают прикосновение ткани и одновременно развивают ловкость, быстроту и координацию *(выполнение упражнений участниками).*

Такие игры могут использовать воспитатели в свободной игровой деятельности, как в групповых комнатах, так и на игровых площадках.

Также можно использовать данное оборудование для регуляции мышечного тонуса после физической нагрузки.

-Игровое упражнение «Ветерок» *(выполнение упражнений участниками).* Обдувая лежащих детей ветерком, мы тем самым, даем возможность им расслабиться и привести дыхание в норму.

- Упражнение «Лошадки» *(выполнение упражнений участниками).* С помощью тактильного касания с тканью снимается мышечное напряжение и детская агрессия. Хочу обратить ваше внимание, что такие упражнения и оборудование могут использовать в своей работе и педагоги-психологи детских садов.

«Волну» могут использовать в работе разные категории специалистов: инструктора по физической культуре; воспитатели и как я уже сказала, педагоги-психологи.

Результатом накопленного опыта работы с этим оборудованием стала методическая разработка, выпущенная издательством «Медиа Книга».