

Выступление к презентации «Веселая зверобатика»

Слайд 1. Уважаемые коллеги, хочу познакомить вас с игровой технологией Зверобатика.

Слайд 2. Укрепление здоровья детей имеет огромное значение. Ведь в наше время информационных технологий современные дети испытывают «двигательный дефицит». Дошкольники большую часть времени проводят в статическом положении, смотрят телевизор, играют в компьютерные игры, сидят в мобильном телефоне. Конечно же все это негативно сказывается на их здоровье, вызывает утомление определенных мышечных групп, влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития основных физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений.

Каждый родитель хочет видеть своего малыша здоровым, веселым, гармонично развитым. Поэтому в детском саду, в котором дошкольники проводят значительную часть времени, необходимо удовлетворить их потребность в движении.

Слайд 3. Пытаясь найти что-то новое для своих занятий по физического развитию детей, я наткнулась на нестандартную игровую технологию «Зверобатика, автором которой является Сергей Владимирович Реутский. В своей книге «Шпаргалки по зверобатике. Игры и физкультурные занятия с детьми на основе необычных способов передвижения» он предлагает совместить выполнение физических упражнений с веселой игрой.

Слайд 4. Что же такое Зверобатика? Зверобатика – это акробатика, которая проще, чем кувырок. Это элементарные перемещения, которые включаются в любую спортивную игру или занятие. Дети используют при этом непривычные способы передвижения, имитируя животных и насекомых, поэтому она интересна и понятна им.

Эффективность игровой технологии «Зверобатика» заключается в том, что она способствует не только развитию физических качеств ребенка, таких как сила, гибкость, скорость, выносливость, координация, но и развивает его творческое начало и фантазию.

Слайд 5. Упражнения «зверобатики» – это работа в непривычных условиях. Непривычно уже то, что это движения не в вертикальном, а в горизонтальном

положении. На слайде представлены способы передвижения: «паучок», «червячок», «лягушонок», «гусь», «собачка», «медвежонок», «кошка».

При выполнении этих упражнений появляется нагрузка на руки, ноги, все тело включается в работу. В положении на четвереньках все тело вовлечено в движение – снимаются физические и психические зажимы. Непривычное положение («не стоя») стимулирует разгрузку сознания. Ведь чем более положение человека вертикально, тем больше он настроен на сознательное поведение. В горизонтальном положении не только отдыхает позвоночник, но и куда активнее включается интуиция.

Слайд 6. Зверобатика представляет собой изящную форму общей физической подготовки. Зверобатикой могут заниматься все дети, она не требует от ребенка больших усилий и конкретных выработанных движений. Дети с лёгкостью играют в своих животных, в свою игру, поэтому в зверобатике нет противопоказаний!

Паучок бежит так ловко, здесь нужна, друзья, сноровка.

Крокодил вперед ползет. За собою хвост везет.

В болоте топком живет лягушка, то скачет боком, то ловит мушек.

Краб живёт на дне морском, ходит он всегда пешком.

Слайд 7. Выполняя упражнения, имитирующие движение и позы животных, ребенок развивает все пять основных функциональных качеств: выносливость (варан), гибкость (цапля), координацию и ловкость (кузнечик), силу (медведь) и быстроту (пантера). Ребёнок, согласно методике, играет в слоника, медведя, цаплю... Он именно **ИГРАЕТ** в физкультуру, а не просто приседает или отжимается. Это делает занятие интересным и нескучным для ребенка, ему хочется ходить на тренировки, а не сидеть дома за телефоном или перед телевизором.

При использовании элементы зверобатики во время физкультурных занятий, у детей улучшается настроение, появляется чувство радости, удовольствия.

Слайд 8. Основная направленность зверобатики – физическое развитие.

Вспомогательные функции зверобатики это:

- физическое воспитание, спортивная подготовка, развитие творческих способностей ребенка, развитие лидерских качеств;
- социализация и групповое взаимодействие;
- художественно- эстетическое развитие.

В зверобатике нет новых упражнений, но важно учитывать:

- постоянное усложнение заданий, упражнения выполняются от простого к сложному;
- возможность совместных действий. Здесь учитывается слаженность движений вместе, парами или командой, умение договариваться друг с другом;
- образную основу движений.

Слайд 9. Превращаться в зверюшек детям помогают шапочки с изображением животных и словесное сопровождение педагога. Зверобатика для малышей может легко заменить гимнастику, в ней достаточно отжиманий и подтягиваний.

Дети внутренне преображаются, меняются в движениях, когда превращаются в разных зверят, «бабочки» - расправляют крылья и готовы лететь на цветочную полянку, «гуси» - вытягивают шеи и важно шипят. Зверобатика помогает поддерживать интерес, благодаря постоянным сменам, вариациям в способах передвижения.

Занятия проходят в игровой форме. Можно двигаться на четвереньках головой вперед, ногами вперед, боком, вращаясь с продвижением вперед, назад, с прыжками. Способов очень много и все они разнообразны.

Зверюшки могут носить различные предметы: палки, мячи, элементы мягкого конструктора. Нашим детям очень нравится играть, правила для игры придумываются на ходу, важно создать интересные условия для игры.

Слайд 10. Элементы зверобатики я использовала на утренней гимнастике «Морская тема».

Слайд 11. Занимаясь зверобатикой всего год с детьми старшего возраста, я видела, как им интересны такие занятия и упражнения. Наблюдая за детьми в свободной игровой деятельности в группе и, видя, как дети встают на четвереньки и имитируют движения животных, я спрашивала: «Ты кто сейчас? Собачка? Кошечка? Или кто-то еще?». Всегда поддерживала интерес к играм. Предлагала: «Давайте придумаем новое движение». Если детям были непонятны некоторые способы передвижения или были сомнения в их правильности, мы искали ответы в сети интернет, смотрели видео и пробовали новые способы выполнения упражнения.

Начинала я работу с простых упражнений таких как собачка, кошка, лягушка. Затем я брала упражнения с усложнением, элементы командной зверобатики. Все

элементы командной зверобатики могут объединяться в длину, высоту и в ширину. В длину – сороконожка, в ширину – парами, перенося какой-либо груз, в высоту – пирамидкой, «бутербродом» снизу ползет червячок, а над ним медвежонок.

Брала, например, такое задание: «кошке» и «собаке» нужно разойтись на гимнастической доске, не потеряв равновесия. Доска сначала лежит на полу, потом приподнята, а наши кошка и собака расходятся на гимнастической скамейке.

Слайд 12. «Зверобатика» позволяет устраивать различные сказочные маршруты – путешествия к разным героям с трудным долгим маршрутом. Ну и выстраивали для них в зале маршрут со всякими препятствиями: чтобы перелезть, подлезть, протискиваться, перешагивать, перепрыгивать, спрыгивать, забираться и т.д. Сначала дети ползли «червяками» под землей – подлезали под разными мостиками, по норкам, по туннелю... Потом встретили лягушку, пошли по-лягушачьи (еще раз по тому же маршруту, но теперь «лягушачьим способом», то есть не подлезть, а перелезть, обойти, перепрыгнуть - разные вариации).

Эти упражнения — отличное средство развития всех видов выносливости.

Слайд 13-14. Использовать всевозможные «зверобатические» способы передвижения можно в виде соревнования или эстафеты. В эстафетах происходит соревнования различных животных, можно дать задание передвигаться только как домашние животные или только как дикие животные. Таким образом, мы расширяем и закрепляем представления об окружающем мире, развиваем фантазию.

Если, приходя в зал на физкультурное занятие, я говорила, что сегодня у нас зверобатика, было столько положительных эмоций, никто никогда не говорил, что у меня не получается. Потому что дети занимались и играли, кто как мог, умел, в своем темпе.

Начинать занятия по зверобатике можно с 3-х лет, а работу парами с пяти лет. В настоящее время с детьми младшего дошкольного возраста я беру самые простые упражнения: собачка, кошка, для детей постарше лягушка, рак.

Слайд 15. «Зверобатика» помогает поддерживать постоянный интерес благодаря постоянным сменам, вариациям в способах передвижения. Играйте с детьми в любую игру, салочки или футбол, но разными «зверобатическими» способами – и игра станет бесконечной! Спасибо за внимание!