

ФИЗКУЛЬТУРНОЕ НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

«ОСЬМИНОГ»

Чудо море – осьминог –
Чемпионом стать бы мог,
Но довел его до слез
Не совсем простой вопрос:
Ноги – щупальца иль руки?
Так во что ж играть?
В футбол, в волейбол иль баскетбол?



Авторы: Инструктор физической культуры Леликова Наталья
Константиновна.
Старший воспитатель Рыбашлыкова Наталья Геннадьевна

Многофункциональное пособие «Осьминожка»

Цель: Профилактика плоскостопия, развитие умение сохранять равновесие на ограниченной плоскости, развитие координации, внимания, прыгучести. Создание интереса к физическим занятиям и упражнениям, поддержание положительных эмоций.

Задачи: Совершенствовать умения и навыки по профилактике плоскостопия, развивать координацию движений, ловкость, прыгучесть, учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку, укреплять и развивать основные движения, развивать творческие способности в сюжетных играх.

Материал: Голова «Осьминожки» - надувной мяч, обшитый тканью, глаза, сделаны из поролона, на них пришиты кольца, от карниза обшитые синей пряжей. На надувном клапане пришиты кусочки ткани и привязана бельевая синтетическая веревка, закрученная в локон – имитируют волос «Осьминожки». Внизу головы пришиты липучки для соединения ног. Ножек у «Осьминожки» 6 штук – это метровые бревнышки в диаметре 35см на концах, которых пришиты липучки. Они сшиты из двух цветов жёлтого и синего, на жёлтом фоне нашиты кольца, от карнизов обшитые синей пряжей, на синем фоне пришита в форме змейки заплетённая в косичку бельевая верёвка.

Руководство: Ходьба по ножкам «Осьминожки» для профилактики плоскостопия, перешагивание через ножки переменным, приставным шагом, ножки соединить в форме «удава» прыжки через «удава» в прямом направлении и «змейкой», соединить ножки между собой по кругу: ходьба, бег и прыжки по кругу (игра «Лягушки и болото»). Ножки положить параллельно друг к другу: перешагивание приставным, переменным шагом, перепрыгивание, прокатывание мячей. Перебрасывание «головы осьминожки» через волейбольную сетку (верёвку) или друг другу, отбивание о пол, подбрасывание вверх, подпрыгивание до головы «Осьминожки». Использование в сюжетно–ролевых играх.









