**Пояснительная записка**

Комаровских Нина Ивановна

Инструктор по физической культуре

МАДОУ – детский сад № 145

Кировский район, г. Екатеринбург.

**Мероприятие по физической культуре**

**с использованием нейроскакалки**

**для детей старшего дошкольного возраста**

**Тема: «Прогулка по весеннему лесу»**

**Актуальность.** Одним из детских кардио-тренажеров  является  нейроскакалка, она  одновременно тренирует мозжечок и межполушарное взаимодействие. Это хорошая профилактика гиподинамии. Работа с нейроскакалкой – это  физическая нагрузка и активность детей во время игры. Прыжки полезны для физического развития: держат тело в тонусе, укрепляют мышцы, повышают ловкость, скорость реакции и выносливость. От прыжков со снарядом укрепляется вестибулярный аппарат. Упражнения и игры с нейроскакалкой полезны для сердца и сосудов.

Прыжки со снарядом координируют работу полушарий мозга – чтобы войти в ритм, нужно совершать разнонаправленные движения ногами. Одна прыгает, как на обычной скакалке, другая – несколько иначе, заставляя ось вращаться.

* «Нейро» – потому что за счет игры улучшаются нейронные связи между полушариями мозга.
* Скакалка – потому что сохранен весь функционал обыкновенной скакалки.

Для движения на нейроскакалке нужна разнонаправленная работа ног: одна нога совершает прыжки, другая – вращательные движения

**Цель:** совершенствование координационных способностейс использованием нейроскакалки детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

**1. Образовательные задачи:**

- закреплять технику прыжков с нейроскакалкой: с поворотом во круг себя, с продвижением вперед и соблюдением дистанции;

- формировать технику прыжков с нейроскакалкой: ловля и бросок мяча друг другу.

**2. Развивающие задачи:**

- развивать физические качества: ловкость, быстроту, равновесие, силу, выносливость;

 - совершенствовать координацию движений при выполнении упражнений с нейроскакалкой и дыхательную систему организма;

- содействовать развитию к импровизации и творчеству в двигательной деятельности в сочетании с музыкой различного характера (шум леса, стрекочут кузнечики и т.д.), образно-игровых представлений, выразительной передачи движений.

4. **Воспитывающие задачи:**

- воспитывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями и здоровому образу жизни;

- воспитывать позитивные качества характера (находчивость, смелость, умение сопереживать, сила воли, целеустремленность);

- воспитывать умение взаимодействие со взрослыми и сверстниками.

**Технологии:**

-здоровьесберегающие;

-игровые;

-личностно-ориентированные.

**Интеграция образовательных областей:**

- социально-коммуникативное развитие;

- познавательное развитие;

- художественно-эстетическое развитие;

- речевое развитие.

**Доминирующая область:**физическое развитие.

**Ход мероприятия**

*Дети заходят в зал и строятся полукругом*

Инструктор: ребята, послушайте, что это за звуки? (включить аудиозапись «звуки леса»).

*Ответы детей.*

Правильно, эти звуки мы можем услышать в лесу. Вместе с солнышком просыпаются все лесные жители!

*Дети видят камень с надписью и задают вопросы инструктору.*

Инструктор: мы сегодня с вами совершим необычную прогулку в весенний лес, но по какой дорожке вы пойдете вы решите сами.

*Дети выполняют прыжки на нейроскакалке в движении по дорожкам (здоровья и силы).*

*По сигналу дети останавливаются и выполняют задание согласно звуковым сигналам.*

Инструктор: слышите, как шумит лес?

*Упражнение на дыхание* – вдох, выдох со звуком ш-ш-ш.

*Дети отвечают: «Я слышу, как стрекочут кузнечики*».

Упражнение на дыхание – вдох, выдох со звуком с-с-с.

Инструктор: ребята на этой поляне уже появились первые цветы, давайте полюбуемся их красотой и ароматом.

Упражнение прыжки на нейроскакалке на месте и с оборотом вокруг себя. С цветком в руках, перекладывая из одной руки в другую.

Инструктор: слышите, что это за звук?

*Дети отвечают: «Я слышу, как журчит вода в ручье*».

*Упражнение на дыхание*  – вдох, выдох со звуком ш-ш-ш.

Инструктор: дети как вы думаете? Лес - это чей дом?

**Игра «Жители леса»**

Работа в подгруппах: один прыгает на скакалке и ловит мяч, который бросает ему водящий.

Инструктор: дети по дорожке друг за другом вы пойдете и нейроскакалки уберете.

Подведение итогов мероприятия

**Игра «собери пословицу» *(из пеньков)***

«КТО ЗДОРОВЬЕ УКРЕПЛЯЕТ ТОТ СИЛУ ПРИБАВЛЯЕТ»!