

**«Подвижные игры с
балансирующей подушкой в
организации досуга
дошкольников».**

**Инструктор по физической
культуре: Румянцева В.С.**

БАЛАНСИРОВОЧНАЯ ПОДУШКА – ЭТО, УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ТРЕНАЖЕР, КОТОРЫЙ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ КАК НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ, А ТАКЖЕ НА ЗАНЯТИЯХ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ С РЕБЕНКОМ УЧИТЕЛЕМ –ЛОГОПЕДОМ И ПЕДАГОГОМ-ПСИХОЛОГОМ, ВО ВРЕМЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ. ВОЗМОЖНО ПОСТРОЕНИЕ ЦЕЛИКОМ ВСЕГО ЗАНЯТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭТОГО ОБОРУДОВАНИЯ.



Цель:

- РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ РЕБЁНКА, УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ УПРАЖНЕНИЙ И ПОДВИЖНЫХ ИГР С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕСТАНДАРТНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБОРУДОВАНИЯ.

Задачи:

- - укреплять мышцы ног и спины, вестибулярный аппарат;
- - развивать чувство равновесия, координацию движений, глазомер;
- - совершенствовать психофизические качества (повышение настроения, преодоление чувства страха, внимание);
- - воспитывать дружеские взаимоотношения, поддерживать интерес к достижениям сверстников.



Балансировочные подушки представляют собой универсальный снаряд, обладающий следующими свойствами:

Безопасность:

балансировочная подушка произведена из высококачественной резины, имеет сертификат качества, лёгкая, мягкая.

Полифункциональность:

- профилактика плоскостопия;
- снаряд для ОРУ по одному, в парах;
- средство для развития вестибулярного аппарата;
- ориентир в эстафетах, играх;
- предмет для игр.

Трансформируемость:

- использование как снаряда в различных видах деятельности детей, досугах, индивидуально, дома самостоятельно;
- как подставка для ног при сидении за столом;
- как подставка на стул при работе за столом для профилактики статической нагрузки позвоночника.

Доступность:

обеспечивается надёжностью и простотой в эксплуатации.



ИСХОДНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ:

Сидя:



Стоя на коленях:



Стоя:



В парах:



Лежа:





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

