

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Радуга»

Мастер-класс тема: « Использование элементов нейрофитнеса в подвижных играх
для развития физических качеств дошкольников»

Подготовил:
Инструктор по физической культуре
Загоровская Л.С.

г. Советский, 2023г.

Теоретическая часть.

Цель: Развитие умственных и физических способностей детей.

Задачи:

1. Способствовать развитию физических качеств: координации, быстроты, крупной и мелкой моторики через игры с элементами нейрофитнеса;
2. Обогащать двигательный опыт детей за счёт нейроигр ;
3. Развивать у детей интерес к подвижным играм;

Нейроигры — это игры, направленные на тренировку мозга и развитие нейронных связей. Они стимулируют работу различных функций мозга, таких как внимание, память, логика и координация движений. В отличие от обычных игр, нейроигры направлены на достижение определенных образовательных и развивающих целей.

Преимущества использования нейроигр на занятиях физической культуры:

1. Повышение мотивации. Нейроигры делают процесс занятий более интересным и захватывающим, что стимулирует детей к активному участию в упражнениях.
2. Развитие навыков командной работы. Нейроигры учат детей работать в коллективе, развивая социальные навыки и способность к сотрудничеству.
3. Улучшение координации движений. Нейроигры требуют от детей выполнения сложных двигательных задач, что способствует развитию моторики и координации.
4. Развитие когнитивных функций. Участие в нейроиграх стимулирует работу мозга, улучшая память, внимание и способность к принятию решений.

Использование нейроигр на занятиях физической культуры в детском саду открывает новые горизонты для развития детей. Эти игры не только увлекательны и захватывающие, но и оказывают положительное влияние на развитие моторики, координации движений, внимания, логики и командной работы.

Практическая часть.

Игра с парашютом «Солнышко и дождик»

(под музыкальное сопровождение).

Цель: Развивать скоростные способности и реакцию на заданный сигнал; синхронизировать развитие полушарий.

Описание игры. Игроки становятся боком к парашюту, хватом за ручку парашюта. Под весёлую музыку все передвигаются приставным шагом в правую (левую) сторону. Под музыку «дождика» все прячутся под парашютом не отпуская ручку парашюта. Игра повторяется несколько раз в разных направлениях.

Игра с мячом. (возможно для прогулки)

Цель: Развивать координационные способности и реакцию на заданный сигнал; синхронизировать развитие полушарий.

Описание игры: Дети в паре кидают друг другу большой мяч с разных расстояний и ловят двумя руками. Сначала лучше кидать в руки, потом немного правее, левее, выше, ниже. Дети должны уметь кидать мяч, подавая его двумя руками снизу, сверху, по воздуху или ударяя об пол. Надо стараться не прижимать мяч к себе, а ловить его только руками.

Игра: «Подбрось-поймай».

Цель: Развивать скоростные способности, зрительно – моторную координацию.

Описание игры: Дети делятся на пары, у каждой пары в руках 2 пакета и мяч. По сигналу: «Начинай!» дети подбрасывают пакеты вверх и ловят их, одновременно передавая футбольный мяч ногой. Игра может проводиться как элемент соревнований