

Сборник

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИФО В
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
ПРОЦЕССЕ С
ДОШКОЛЬНИКАМИ



1.

"Тигрёнок прыгает в горящее кольцо"

Деревянное или картонное кольцо (диаметр - 40 см) крепится в дверном проёме. К кольцу пришивается тесьма (около 2 м) с тигрёнком (мягкая игрушка) .

Назначение: развитие ловкости, навыки точного попадания в цель, Ребёнок должен попасть тигрёнком в кольцо. Играющих может быть двое. Они располагаются по разные стороны от кольца. В этом случае задача усложняется: играющие должны не только бросать, но и ловить.



Самодельный воланчик.

Воланчик для игры в бадминтон можно изготовить из пластиковой бутылки, причем самодельный вариант не сильно будет уступать, тому, что продают в спортивных магазинах.



«Лошадки»

Назначение: для игр и эстафет.

Материал:

пластиковая бутылка,
деревянная палочка,
самоклеющаяся
бумага, нитки или
пакля.



«Тропа здоровья»

Материал:

губки для мытья посуды, пуговицы, жёсткое напольное покрытие, деревянные бусины, крышки от бутылок, поролон.

Назначение: стимуляция стопы и предупреждение плоскостопия, профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Использование: физкультурные занятия, занятия по ЛФК, гимнастика после дневного сна, в течение дня.



Скакалка из «Киндер- сюрпризов»

используется для перешагивания, для перепрыгивания, в подвижной игре - как скакалка, как ориентир - в игре «Попади в цель».



Лыжи из пластмассовых бутылок

Описание:

бутылки прорезаны так, чтобы входила стопа, края обклеены цветной изолентой или тканью.

Цель использования: развивает координацию движений, физические качества.

В играх-эстафетах, например - «По лыжной тропе» .



«Ловишка»

Материал:

пластиковая бутылка,
мячик или «киндер-
сюрприз», шнурок.

Назначение: развитие
ловкости, координации
движений.

Использование: в
свободной

деятельности, в
подвижных играх,
эстафетах,

специальные
упражнения для зрения
на физкультминутке.



«БАСКЕТБОЛ»

Назначение:

развивать координацию движений, меткость,

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.

Материал: пластиковая бутылка, пряжа синтетическая.



«Волшебные колечки»

Назначение:

развитие ловкости,
координации движений,
навыки точного
попадания в цель.

Использование: в ОРУ, в
подвижных играх, в
основных движениях
(метание в вертикальную
и горизонтальную цель) .

Материалы: «киндер-
сюрпризы», шнур.



«Пушистики»

Используются в ОРУ, подвижных играх, в основных движениях (различные задания в подбрасывании и ловле) .

Материалы:
полиэтиленовые пакеты, нитки.

«Пчёлки на полянке»

Назначение:
развитие ловкости,
навыка точного
попадания в цель.

Материал: пакеты из-
под сока, скотч,
«киндер-сюрпризы»-
для пчёлок, материал
для декора.

