

УПРАВЛЕНИЕ  
ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №21»  
141300, г. Сергиев Посад, проспект Красной Армии, д.212А  
Тел./факс 8(496) 542-17-88

# Новые технологии в физической культуре для повышения качества обучения

Составила : Конопатова Н.В. ,учитель физической культуры,  
высшей квалификационной категории

2021 уч. Г.

## **Развитие ассоциативности: обобщения**

### **Придумать загадки про спортивный инвентарь:**

Круглый, но не арбуз,  
Мягкий, как кровать,  
Сделан из сетки, но не ракетка,  
Большой, как обруч,  
Можно прыгать, но не скакалка. (батут)

**Совершенствование ОВД:** разноименные прыжки на батуте, приземление, основная стойка

Это спортивный снаряд,  
предназначен для ловли мяча,  
отбитого ногой.

Похож на квадратный сачок,  
но больше в размерах. (футбольные ворота)

**Совершенствование ОВД:** ведение мяча, забивание в ворота

Вчера был тканью резиновой,  
сегодня арбуз с рожками малиновый. (фитбол)

**Совершенствование ОВД:** прыжки на фитболе с продвижением вперед

### **Загадки про виды спорта**

**Демонстрация упражнения с этим предметом, вид движения, элемент вида спорта.**

## **Приём «Объединение»**

### **Игра–упражнение «Кто больше знает?» метод «Снежного кома»**

Педагог предлагает детям по очереди называть разных животных (виды спорта), при этом стоя в двух шеренгах перебрасывать мяч по цепочке. Кто не знает или повторяет уже сказанное, теряет мяч – выбывает из игры. В конце игры остаются трое «ловких знатоков».

### **Игра–упражнение «Да–нетка» («Прыжок–хлопок»)**

Перед началом игры дети делятся на несколько подгрупп, одна подгруппа из которых загадывает животное и предлагает остальным по очереди при помощи движений отгадать его. Показывать движения, указывающие на различные признаки: летает? Ходит на четырёх лапах? Выпрыгивает вверх на двух? Домашнее? Хищник? И т.д. Движения и признаки заранее разучиваются и совершенствуются.

### **Игра «Фантастический спортивный инвентарь»**

Соединяя элементы стандартного спортивного оборудования, создать нереальный «фантастический» спортивный снаряд.

Например: гимнастические палки и обруч «Воздушные ворота»

**Совершенствование ОВД:** лазание через обруч правым, левым боком  
Вертикальная цель для метания,

### **Игра–упражнение «Новые названия»**

Педагог предлагает детям придумать новое название спортивным снарядам, считая их с видами спорта, в которых они используются. Работая подгруппами: первая – называет спорт.снаряд, другая – придумывает название. Затем наоборот.

Например: обруч – «колесо гимнаста», гантели – «рукавицы силача», мяч – «собачка баскетболиста».

**Совершенствование ОВД:** ору с гантелями, перекатывание обручей в паре, ведение мяча правой, левой рукой

### **Игра–упражнение «Новые спортивные животные»**

Педагог предлагает закрепить основные виды движения в эстафете с игровыми заданиями, называя (показывая) вид движения предлагает придумать ему «животное» название:

**Совершенствование ОВД: прыжки через скакалку:**

Прыгает– заяц, скакалка– змея: «животное»– заяц+змея «змеяц»

**Совершенствование ОВД: ползание под препятствием и кувырок вперед:**

ходит на четырёх лапах – волк, катится как клубок –ёж: «животное» –волк + ёжик «волжик»

Возможный вариант: показать картинку с необычным животным придумать вид движения (двигательный элемент) изображающий его.

### **Типовые приёмы фантазирования (ТПФ).**

#### **Уменьшение – увеличение.**

**Предмет:** Лыжа (–и)

**Увеличение:** Наклонная доска

**Совершенствование ОВД:** ползание, подтягивание с помощью рук к шведской стенке и т.д.

**Уменьшение:** Крючок альпиниста

**Совершенствование ОВД:** лазание по гимн. стенке

**Новое название:** тобоган – трёхместные зимние сани.



### **Типовые приёмы фантазирования (ТПФ).**

#### **Оживление–окаменение.**

#### **Игра–упражнение «Волшебная палочка»**

Предложить детям используя волшебную палочку совершить волшебство и превратить живые предметы в неживые, и наоборот с помощью двигательных действий.

**Совершенствование** координационных способностей, равновесия, двигательных умений и навыков

Например: деревья растут в лесу– показать статическое положение, стоя на одной ноге, руки и другая нога в стороны.

Оживает, показать в движении (деревья высоко поднимают колени, ходят по лесу, падают, качаются в разные стороны)

Бабочка после окаменения принимает статическое положение

#### **Приём «Хорошо– плохо»**

#### **Игра–упражнение «Перебежки»**

Дети делятся на две подгруппы и строятся по обе стороны площадки. Педагог называет объект, дети, называя по очереди с каждой подгруппы должны назвать положительные и отрицательные качества в данном объекте и перейти на другую сторону площадки, при это перепрыгивая через шнур на одной ноге правым, левым боком.

## Игра–упражнение «Кто дальше прыгнет»

Дети делятся на две команды. Педагог называет вид спорта. Дети выполняя прыжки в длину каждый следующий из исходного положения предыдущего, называя одна команда положительные стороны этого вида спорта, другая – отрицательные.

## Приём «Морфологический анализ»

### Синтез учебных игр

Педагог по принципу составления морфологической таблицы предлагает придумать игру.

Признак	Варианты признаков
Количество игроков	Да, три, группа, все девочки, светловолосые, у кого дома есть собака и др.
Количество команд	Две, три, команда белых чешек, команда шорт с белыми полосками
Место проведения	Мяч, канат, лента, гимн. палка, клюшка, обруч, воздушный шар и т.д.
Игровое действие	Идти, бежать, прыгать, ходить полным приседе, прятать, передавать и т.д.
Ограничение	Не ложиться на пол, с закрытыми глазами, на одной ноге, с поднятыми руками
Основная цель	Забить в ворота, забросить в кольцо, передать незаметно и др.

Затем дети, выбирая по одному варианту каждого признака, коллективно придумывают игру.

Например:

Признаки: группа, команда белых чешек, команда шорт с белыми полосками, обруч, передавать, забить в ворота.

Вариант игры: Две команды – команда белых чешек, команда шорт с белыми полосками передавая обруч забить(закатить) его в ворота.

## Приём «Морфологический анализ» Обобщение.

### Игра–упражнение «Аукцион»

1. Придумать упражнение с какой–либо частью тела.

Например: с пальцами

#### Тренинговое упражнение "Пальчики".

**Цель:** способствовать развитию саморегуляции, концентрации внимания, созданию положительного настроения.

Описание упражнения:

Упражнение выполняется до тех пор пока не будет достигнута синхронность и одновременность в движениях.

- Девочки и мальчики, кто меня слышит, повторяет за мной (*психолог выполняет действия и комментирует их, дети повторяют*):

Пальчики – ушки (*указательные пальцы обеих рук вначале протягиваем вперёд, как бы показывая, а затем касаемся ими ушей*).

Пальчики – носики (*указательные пальцы обеих рук протягиваем вперёд, как бы показывая, а затем дотрагиваемся до носа*).

Пальчики – плечики (*указательные пальцы обеих рук протягиваем вперёд, показываем, касаемся плеч*).

Пальчики – животики (*указательные пальцы обеих рук протягиваем вперёд, показываем, дотрагиваемся до животика*).

Пальчики – колени (*указательные пальцы обеих рук протягиваем вперёд, показываем, дотрагиваемся до колен*).

Пальчики – щёчки (*указательные пальцы обеих рук протягиваем вперёд, показываем, дотрагиваемся до щёк*).

С детьми 6-7 лет можно поиграть в игру "**Пальчики наоборот**": педагог называет часть тела, до которой нужно дотронуться, но показывает совсем наоборот. Дети должны делать то, что слышат, а не то, что видят. Упражнение способствует развитию внимания.

### **Метод «Золотая рыбка»**

**Цель:** разделить ситуации на составляющие (реальную и фантастическую), с последующим нахождением реальных проявлений фантастической составляющей.

Педагог предлагает поиграть в мини-футбол, но мяч пропал. Детям предлагается подобрать из предложенного инвентаря в спортивном зале предмет, заменяющий мяч. Например: мягкий модуль, куб, мешочек, и др. Проводиться игра с выбранным предметом.

### **Метод «Моделирования маленькими человечками»**

Цель: моделирование процессов, происходящих в природном и рукотворном мире между веществами (твёрдое – жидкое – газообразное) с помощью движений. На основе данного метода, проводили игру.

Маленькие человечки **«твёрдые тела»** – крепко держатся за руки вверх,

Маленькие человечки **«жидкие тела»** – руки опущены, стоят рядом,

Маленькие человечки **«газообразные тела»** – бегать врассыпную

1 вариант: Дети, стоя врассыпную, выполняют бег на месте с высоким подниманием колен.

Педагог озвучивает название предмета, дети изображают агрегатное состояние в необходимом положении

## **Приём «Действия объектов»**

### **Игра–упражнение «Кто? Что делает?»**

Дети перебрасывают мяч через сетку, при этом педагог называет какой-либо спортивный снаряд. Нужно вернуть мяч, назвав действие этого снаряда. Например: мяч – учит выполнять ведение, скакалка – учит перепрыгивать, скамейка – учить держать равновесие, и т.д. Можно повторять и перебрасывая говорить несколько действий.

## **Метод фокальных объектов**

### **Игра–упражнение «Где можно использовать?»**

Педагог предлагает детям, используя знакомые спортивные снаряды использовать в необычных ситуациях.

Например: обруч: кочки (прыгать из обруча в обруч), лужи (перепрыгивать), колесо (перекатывать), ворота (выполнять лазание правым, левым боком)

## **Приём фантазирования**

### **Игра–упражнение «Необычные партнёры»**

Педагог предлагает двум ребятам выбрать два спортивных снаряда. Остальные придумывая словосочетания с ними, выполняют соответствующие движения.

Например: мешочек, гимнастическая палка.

Мешочек через палку – броски через препятствие в высоту и вдаль

Палка по мешочку – отбивание и ведение к цели

Мешок в палку – метание с целью сбить палку

### **Приём «Творческая ошибка»**

#### **Игра–упражнение «Запрещённое движение»**

Педагог показывает различные движения, которые нужно вслед за ним повторять. При этом какое–либо движение (например: руки вверх) объявляется запрещённым, его повторять нельзя.

Игра повторяется в быстром темпе на выбывание.

### **Метод «Робинзон Крузо»**

#### **Игра–упражнение «Фантастические гипотезы (игры)»**

Придумывание игры, которая строится на основе: что было бы, если бы...

Педагог предлагает детям поиграть в мини–баскетбол (или другую игру), но мяч для игры куда–то пропал. А вместо мяча есть только мешочек (или др. предмет). Как можно поиграть в мини–баскетбол с мешочком. Дети придумывают двигательные действия и правила.