**Спортивная игра с элементами квеста «Крокодил и обезьянки »**

**как альтернатива физкультурного досуга и средство мониторинга физического развития детей.**

Инструктор по физической культуре ГБДОУ №28

Зуган Анастасия Сергеевна

Санкт-Петербург

2022

Содержание

Ведение………………………………………………………………………..3

История возникновения игры………………………………………………..4

Сюжет и правила……………………………………………………………...4

Оборудование…………………………………………………………………4

Тренируемые качества детей………………………………………………...5

Усложнение игры……………………………………………………………..5

Заключение……………………………………………………………………6

Приложение 1…………………………………………………………………7

Приложение 2 …………………………………………………………………8

Приложение 3 …………………………………………………………………9

**Введение**

Растить детей здоровыми, сильными и гармоничными — задача каждого дошкольного учреждения. Работа по физическому развитию с дошкольниками представляет собой комплекс оздоровительно- образовательных и воспитательных мероприятий, основу которых составляет двигательная деятельность. Главная цель их состоит в том, чтобы, удовлетворяя естественную биологическую потребность в движении, добиться хорошего здоровья и физического развития детей; обеспечить овладение дошкольниками жизненно важными двигательными навыками и элементарными знаниями о физической культуре; создать условия для разностороннего развития ребят и воспитания у них потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

В современных условиях особенно актуальны­ми задачами являются привитие детям интереса к физической культуре, спорту, активному образу жизни. Проще всего этого можно добиться с помощью игры, как основного вида деятельности ребенка. Популярные в наше время компьютерные игры и различные квесты получили отражение в разработанной совместно с детьми спортивной игре с элементами квеста - “Крокодил и обезьянки”.

Интересный сюжет игры, разнообразное спортивное оборудование, возможность “зарабатывать жизни”, постепенное усложнение как новый уровень игры, музыкальное сопровождение – все это приводит к созданию радостной игровой атмосферы, спортивному азарту и тяге к прохождению более сложного уровня.

**История возникновения игры**

Само название родилось совершенно случайно на одном из занятий в старшей группе. По сюжету игры, проводимой в конце одного из занятий, детям необходимо было преодолеть небольшую полосу препятствий, не наступая на ковер, т.к. он олицетворял собой глубокое озеро, в котором живут крокодилы. Наступивший выходил из игры, постепенно оставались 1-2 ребенка, самых ловких. Они и объявлялись победителями.

На следующем занятии дети уже упрашивали меня поиграть с ними в игру “Крокодил”, так они сами ее назвали. Так, постепенно добавляя новое физкультурное оборудование и дополняя правила игры, появилась эта игра, в которую дети готовы играть все занятие напролет с большим удовольствием, азартом и интересом.

**Сюжет и правила**

Сюжет таков: дети – обезьянки и перед ними озеро с крокодилами, пройти которое они могут, преодолевая полосу препятствий.

Правила игры: дети друг за другом преодолевают полосу, касаться пола любой частью тела запрещено.

Дети идут зарабатывать новую жизнь когда:

1. Касаются пола любой частью тела;
2. Наступают на красные “опасные” подушечки;
3. Касаются при прыжке султанчика – “огонь”.

Как заработать жизнь – выполнить определенное задание, например бросить 3 теннисных мяча ( “яблока”) в корзину.

**Оборудование**

Полоса препятствий, включает в себя разнообразное физкультурное оборудование: “островки ”: ортопедическая дорожка и вырезанные из поролона островки, дуги для подлезания, мат, канат, балансировочные массажные модули -“ежики” , обручи, гимнастическая стенка с развешенными “бананами”(до них нужно коснуться рукой , “съесть банан”), гимнастическая скамья, ребристая доска, султанчики (имитация огня), тоннель.

Вариант полосы препятствий – см. Приложение 1.

**Тренируемые качества детей**

В данной игре происходит развитие следующих физических качеств:

* ловкость, быстрота реакции, равновесие (ходьба по островкам, подлезания, хождение по канату);
* пространственная ориентировка, глазомер;
* профилактика плоскостопия (массажные модули ежики, ортопедическая дорожка);
* укрепление мышечного корсета;
* закрепление ранее пройденных ОВД.

А также воспитание сообразительности и нравственно-волевых качеств.

**Усложнение игры**

Когда установленная полоса препятствий полностью освоена всеми детьми, вносятся усложнения, как новый уровень игры, это:

* увеличение количества и смена положения балансировочных модулей – ежики “приползли”, ” расползлись”;
* уменьшение количества островков – “затонули”;
* увеличение высоты для перепрыгивания “огоня”;
* расположение на скамье кубиков и увеличение высоты для перешегавания;
* уменьшение поверхности скамьи (перевернуть скамью узкой стороной, для старших и подготовительных групп)
* усложнение зарабатывания жизни - пропрыгать “классики”, бросить 3 мячика в корзину и пропрыгать обратно.

Пример “зарабатывания жизни” см. Приложение 2.

Пример усложнения игры см. Приложение 3.

**Заключение**

Таким образом, используя в своей практике описанную выше игру можно повысить интерес и внести разнообразие в занятия, физкультурные досуги, закрепить и оценить тренируемые навыки у детей, легко вносить изменения - уменьшать или повышать сложность, в зависимости от уровня подготовки детей и их возраста. А также совместно с детьми придумывать и вносить что-то новое и сразу пробовать.

Приложение 1

Вариант полосы препятствий

 

 

Приложение 2

Вариант “зарабатывания жизни”



Приложение 3

Примеры усложнения игры

 