5 КОМАНДНИХ ІГОР НА РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЇ РУХІВ

За матеріалами експерток Команди підтримки реформ МОН

Розвинена координація допомагає дитині впевнено та вільно орієнтуватись у просторі. Розвиток цієї функції не відбувається миттєво – на це йдуть роки. У процесі розвитку координації задіяні вестибулярний та м’язовий апарат, а також органи зору.

Розвинена координація свідчить не тільки про злагоджені рухи тіла, а й про коректну роботу механізмів збудження та гальмування нервової системи дитини. Тож вправи на координацію рухів будуть впливати і на письмо, мовлення, читання, малювання, танці та, навіть, музику.

Вежа з паперових стаканчиків

Кількість гравців: 5-6
Вік: від 5 років
Матеріали: мотузка (не слизька), паперові стаканчики (10-15 штук), резинка канцелярська.
Підготовка: до резинки міцно прив'язати шматки мотузки довжиною приблизно 10 см за кількістю гравців (діти будуть розтягувати за них резинку).
Хід гри: запропонуйте дітям побудувати вежу з паперових стаканчиків у незвичний спосіб. Учасники гри стають у коло та беруться за кінці мотузок, що прив'язані до канцелярської резинки. Дітям потрібно розтягнути резинку, одягти її на стаканчик та перемістити у потрібне місце, аж поки не вийде вежа.

Перші рази необхідно, аби педагоги брали участь у грі разом з дітьми та допомагали координувати рухи. **Ускладнювати** завдання можна шляхом збільшення кількості гравців чи довжини мотузки.
Коли гравці дійдуть до рівня "профі" запропонуйте будувати вежу за певним алгоритмом: заздалегідь намалюйте схему вежі на ватмані та на стаканчиках за допомогою кольорових позначок, цифр, букв.
Таким чином розвиватися буде не лише координація чи вміння працювати у команді, а й концентрації уваги.

Гаряча картопля: версія 2.0

Кількість гравців: до 15
Вік: від 4 років
Матеріали: м'ячі різного розміру та структури (надувні, тактильні, тенісні тощо).
Хід гри: діти стають у коло, педагог кидає м'яч, через 1-2 хвилини гри додає ще один, потім ще. Завдання дітей тримати усі м'ячі в повітрі та не дозволити їм впасти.
Для першої гри достатньо трьох м'ячів. Поступово **ускладнюйте** і додавайте м’ячі різного розміру та ваги. Не давайте дітям інструкцій чи порад перші рази, дозвольте малюкам самостійно дійти до висновку, що варто робити, аби при збільшенні кількості м'ячів вони не падали. Якщо самостійно дітям важко дійти до висновку, поставте уточнюючі запитання: “Коли ловити мяч легше/важче?”, “Що варто робити, аби товариш зловив м'яч?”.
Наприкінці гри підведіть підсумки, шляхом колективного обговорення та виробіть правила гри: перш ніж кинути м’яч, назвіть ім'я дитини; одна дитина – один м'яч; кидати м'яч в руки товаришу тощо.

Струмок

Кількість гравців: до 10
Вік дітей: від 3 років (кількість гравців для молодшої вікової групи до 6-8)
Матеріали: м'ячик для пінг-понгу, картонні втулки від паперових рушників різного діаметру, ножиці.
Підготовка: розріжте втулки навпіл, так щоб утворилися "жолоби" по яким може котитися м'яч.
Хід гри: в залежності від довжини "жолобу" діти тримають кожен по двоє-троє. Діти утворюють з розрізаних втулок "струмок", підставляючи одну втулку під іншу. Педагог пускає м’ячик "струмком". Дітям потрібно підлаштуватися так, аби м’ячик скотився донизу і не впав.
Ускладнювати гру можна додаючи м’ячики чи змінюючи діаметр втулок (ширша/вужча).
Не давайте дітям порад щодо виконання завдання. Наприкінці гри спробуйте колективно обговорити що вдалося, а що ні і чому.

Тримай баланс

Кількість гравців: 2
Матеріали: гімнастичні палиці, м’яч, доріжка-балансир чи матеріали, які можуть її замінити (гімнастичні лави, м’які продовгуваті блоки).
Підготовка: викладіть дві доріжки-балансира паралельно одна одній так, щоби ширина між ними була приблизно на 10 см менше за довжину гімнастичної палиці.
Хід гри: гравці розбиваються на пари, кожен учасник стає на свою доріжку-балансир і береться за дві палиці з свого боку. Завдання дітей – пронести м’яч, тримаючи його на гімнастичних палицях до кінця доріжки, не впустивши його.

Як і в попередніх іграх радимо не давати дітям порад чи інструкцій – нехай малеча спробує знайти вихід із ситуації.
Ускладнити завдання можна збільшивши відстань між доріжками-балансирами.

Смуга перешкод

Кількість гравців: необмежена
Вік дітей: від 1,5 року (складність смуги адаптуємо під вік дітей)
Матеріали: декілька пар вирізаних відбитків долоней та стоп (можна заламінувати для багаторазового використання), двосторонній скотч, гімнастичні палиці, обручі, м'які блоки, канат, стільці, тунель.
Хід гри: розмістіть та закріпіть на підлозі вирізані пари долоньок і стоп по черзі (пара долоньок, а за ними пара стоп) так, щоби постійно змінювався напрямок (праворуч/ліворуч). Решту матеріалів розташуйте по колу так, аби долаючи перешкоди дитина постійно змінювала рухи: пролазила, переступала, перестрибувала тощо. Домовтеся з дітьми про напрямок руху усіх учасників, аби уникнути зіткнення, вмикайте веселу музику та насолоджуйтеся розвагою.
Складність та довжину смуги регулюйте в залежності від ступеня зацікавленості та фізичної підготовки дітей. Згодом можна додати у смугу “станції” з завданнями на логіку, мислення.

Веселих розваг вам та малечі!

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КОМАНДА ПІДТРИМКИ РЕФОРМ
URA UKRAINE REFORMS ARCHITECTURE
European Bank for Reconstruction and Development
ПРЯМУЄМО РАЗОМ