Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад открытий и изобретений «Эврика» г. Перми



|  |
| --- |
| Принято на педагогическом совете  МАДОУ «Эврика» г. Перми  Протокол № от г. |

|  |
| --- |
| Утверждено:  заведующим МАДОУ «Эврика» г. Перми  О.В. Провковой  от |

**Программа**

**краткосрочной образовательной практики**

**для детей 5-7 лет**

**нейрогимнастические упражнения для гармоничного развития**

**детей старшего дошкольного возраста**

***«Нейроскакалка»***

Автор-разработчик

Инструктор по физкультуре

Башкина Ольга Валентиновна

Пермь,2022г.

**Аннотация для родителей:**

Нейроскакалка - это не просто игрушка, а целый кардиотренажер, способствующий развитию координации движений, ловкости и чувства ритма. Это нейротренажёр, развивающий межполушарные связи, скорость реакции способность к быстрому переключению внимания.

Нейроскакалка развивает способность удерживать в голове и выполнять несколько действий одновременно, согласовывая их в общем ритме.

**Цель:** знакомство детей с нейроскакалкой и правильной техникой прыжков через нее со сменой ног, развивая координацию и ритмичность движений.

**Количество занятий:** 2

**Количество детей:** 6 человек

**Возраст детей**: 5-7 лет

**Перечень материалов и оборудования:** нейроскакалки 6шт.

**Предполагаемые результаты:**

Умение прыгать через нейроскакалку обеими ногами поочередно.

Тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема встречи | Задачи встречи | Содержание |
| 1 | «Знакомство с нейроскакалкой и техникой прыжков через нее» | Познакомить детей с новым видом тренажера – нейроскакалкой. Научить пользоваться нейроскакалкой, раскручивая ее свободной ногой. | 1. Упражнения разминки; прыжки с ноги на ногу, ноги на ширине плеч.   На двух ногах и попеременно с правой на левую, с левой на правую   1. Знакомство с правильной техникой выполнения прыжков через нейроскакалку, отталкиванием и раскручиванием вокруг ведущей ноги. 2. Игры с прыжками. «Позвони в колокольчик», «Волчий ров», и др… |
| 2 | «Закрепление правильное выполнения техники прыжков, чередуя обе ноги.» | Учить детей раскручивать скакалку левой и правой ногой поочередно, перепрыгивая через нее свободной ногой. | 1. Упражнения разминки: прыжки с ноги на ногу, ноги на ширине плеч. Перепрыгивание через натянутую веревку. 2. Выполнение раскручивание нейроскакалки правой ногой, поочередно левой ногой, перепрыгивая свободной ногой. 3. Игры «Я скачу, скачу…   До Москвы я доскачу.  (скачем перепрыгивая через нейроскакалку, продвигаясь вперед) |

приложение





