



## ФИЗКУЛЬТУРА НА КАРТОЧКАХ

Для повышения интереса ребенка к выполнению физических упражнений можно использовать карточки-схемы с изображением общеразвивающих упражнений и основных видов движений, отображающие двигательные действия, которые необходимо выполнить. С помощью карточек-схем дети учатся правильно называть физические упражнения, замечать сходство и различие в технике их выполнения, выделять элементы двигательного действия, сравнивать их между собой, оценивать правильность собственных движений, сначала по отдельным элементам, а затем и всего движения. Использование карточек позволяет развить у ребенка умение «считывать» схему, определять направление движения и соотносить направленность движений с собственным телом, способствует формированию инициативности и самостоятельности при выполнении упражнений и изменении элементов, представленных на карточке. Выполнение заданий по карточкам позволяет ребенку применить накопленный двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовать соревнования с родителями и сверстниками, соблюдать правила.



Помогите ребенку расшифровать символы и знаки, обозначающие двигательное действие или его отдельные элементы, что позволит подвести его к полноте восприятия нарисованного, усвоить план считывания рисунка или схемы. После ознакомления с символами, обозначающими конкретное двигательное действие, предложите ребенку самостоятельно выполнить упражнение с опорой на карточку, а затем комбинировать его из отдельных элементов, изученных ранее.

Возможные варианты заданий, которые вы можете предложить ребенку для выполнения:

- рассмотрите карточку и попросите ребенка рассказать о том, какие действия (упражнения) предстоит выполнить;
- предложите ребенку выполнить задание (упражнение) по карточке (схеме);
- предложите ребенку придумать новые упражнения, выполнить упражнения с предложенными предметами;
- устройте соревнование: кто больше сможет показать упражнений, используя карточку.

Предложите ребенку изготовить вместе карточки, а затем выполнить по ним упражнения. Обсудите с ним возможные варианты изображения упражнений. Для изготовления карточек вам потребуется белый картон, карандаши или фломастеры. Разложите карточки на видном месте или изготовьте специальные прозрачные кармашки. Чередуйте и обновляйте карточки, обращайте внимание ребенка на новые упражнения, стимулируйте придумывать новые варианты его выполнения.

