

Парашют – это лёгкая яркая ткань, состоящая из нескольких цветовых секторов. Количество секторов на парашюте зависит от диаметра парашюта. Для детей раннего возраста используется 2 цвета каждого сектора. Для старших дошкольников используется 4 цвета каждого сектора. Диаметр парашюта может быть разным: от 1,5 метров до 3 метров.

Главное предназначение парашюта: удовлетворение естественной биологической потребности в движении, создание условий для физического, социального, психического здоровья.



[Ознакомиться с изготовлением пособия «Парашют здоровья» можно перейдя по QR коду](#)



#### Задачи:

1. Учить дошкольников применять двигательный опыт в игровой деятельности.
2. Развивать ловкость, быстроту реакции, глазомер, координацию движений, скорость, внимание, воображение.
3. Воспитывать умение действовать в коллективе согласованно.

[Методика работы с игровым пособием «Парашют здоровья» :](#)



#### Применение парашюта:

С парашютом можно играть как на улице, так и в помещении. Одновременно могут участвовать разное количество человек (8-12 человек) в зависимости от диаметра парашюта и количества секторов на нём.

Парашют можно использовать в игровой деятельности, на досугах, совместных развлечениях детей и взрослых, на физкультурных занятиях, и на других занятиях познавательного цикла.

#### Игры с парашютом способствуют:

1. развитию внимания, памяти;
2. выработки согласованности движений с музыкой;
3. укреплению мышц спины и рук;
4. активизации двигательных навыков;
5. развитию координации движений;
6. быстрой адаптации в коллективе сверстников тихим и застенчивым детям;
7. развитию творческих способностей и вызывают положительные эмоции.

### Игры с парашютом здоровья:

#### Ветер

**Цель:** развивать мышцы плечевого пояса и синхронизацию движений.

**Содержание:** Дети и педагог берутся за ручки парашюта, и плавно его поднимают и опускают, и наслаждаются ветром, который вылетает из-под парашюта. При этом для синхронизации движений хорошо приговаривать:

«Высоко-высоко подняли,  
А теперь низко-низко опустили!  
А теперь снова высоко-высоко  
подняли,  
И снова низко-низко опустили!»

Можно рассказывать стишок про ветер:  
«Дует ветер (поднимать парашют вверх)

Ветерок, (отпускать вниз)

Задувает (поднимать парашют вверх)

Листья (отпускать вниз)» и т.п.

Вариант: «надувать» парашют – при вдохе через нос поднимаем руки с парашютом вверх, при выдохе – отпускаем вниз.



#### Сугроб

**Цель:** развивать внимание, обучать бегу, не наталкиваясь друг на друга.

**Содержание:** Педагоги поднимают и опускают парашют, немного раскачивая его, а дети бегают вокруг, или забегают внутрь, потом снова выбегают. Педагоги произносят слова:

Дует-дует ветер в лоб,  
И надул большой сугроб.

На слове «сугроб» парашют опускают.  
**Правила:** все дети должны при слове «сугроб» спрятаться внутри под парашютом.



Игры с парашютом способствуют благоприятной адаптации детей, помогают педагогам ДОУ корректировать эмоциональные нарушения у ребенка.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
(МАОУ СОШ №2)

### Игровое пособие «Парашют здоровья»



Подготовила: воспитатель  
Коваленко Оксана Анатольевна

г. Тобольск, 2023 г.