

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад №28 «Огонек»

Автор: Воронкова Л.В.

Примеры дидактических игр с «Йога-Азбукой»

Цель - Развитие физических качеств детей дошкольного возраста на занятиях детской йоги.

Задачи:

- Освоение техники выполнения асан (поз) детской йоги.
- Развитие физических качеств: выносливость, гибкость, координацию движений.
- Воспитание морально-волевых качеств.

1. Зеркало. Взрослый выбирает карточку, которую не показывает ребёнку. Медленно входит в позу и говорит: «Смотри, как я умею! А ты так сможешь?» Ребёнок повторяет все движения. Затем игроки меняются местами: теперь ребёнок — ведущий, а взрослый повторяет за ним.

2. Угадай позу. Разложите карточки перед ребёнком. Взрослый выполняет позу, а ребёнок находит её на картинках. Затем взрослый и ребёнок меняются местами. Количество карточек увеличивается по мере возраста ребёнка. Рекомендуем начинать с двух карточек. Если ребёнку сложно угадывать, делайте это вместе с ним, задавая наводящие вопросы и сравнивая позы на карточках.

3. Угадай букву. Разложите карточки перед ребёнком. Взрослый называет букву, ребёнок показывает соответствующую позу. И наоборот: взрослый показывает позу — нужно отгадать, какой букве она соответствует.

4. Изобрази увиденное. Игра возможна в группе. Разложите на полу карточки лицевой стороной вниз. Включите музыку и начинайте двигаться в её ритме. Как только музыка останавливается, игроки берут ближайшую к себе карточку, по очереди произносят букву и изображают позу с карточки. Остальные игроки должны отгадать название позы. Снова включите музыку, положите карточки лицевой стороной вниз и продолжайте движение под музыку до следующей музыкальной паузы.

Занятия йогой очень понравились детям. Благодаря регулярным тренировкам улучшилась координация, осанка, гибкость. Дети научились ориентировать в собственном теле и управлять им. Дыхание дошкольников стало глубоким и осознанным. И, конечно, мы закрепили образы букв! Ведь при изучении грамоты мы задействовали и слуховые, зрительные и двигательные анализаторы. В будущем учебном году планирую продолжить работу с технологией «Йога-Азбука». Данная технология будет интересной для учителей-логопедов и инструкторов физической культуры в ДОУ. Надеюсь, мой опыт станет для вас полезным!

Список использованной литературы.

1. Журавская О.В. Обучающая игра "Йога-азбука", Издательство: АЙРИС-пресс, 2022г.



ЙОГА - АЗБУКА

 А акула	 Б бабочка	 В воин	 Г гора	 Д дерево	 Е единорог	 Ё ёж	 Ж жук
 З звезда	 И игуана	 Й йог	 К кобра	 Л лодка	 М мостик	 Н ночь	 О обезьяна
 П павлин	 Р рыба	 С стол	 Т треугольник	 У утка	 Ф фламинго	 Х хамелеон	 Ц цветок
 Ч чайка	 Ш шарик	 Щ щенок	 Ъ	 Ы ь мышь	 Э эму	 Ю юла	 Я яйцо