



Использование нестандартного физкультурного оборудования в ДОУ

«Здоровье и счастье наших детей во многом зависит от постановки физической культуры в детском саду и семье...»

Цель: изготовление нестандартного оборудования своими руками для использования его в непосредственно образовательной деятельности и в играх.

Задачи:

- формировать интерес к нестандартному оборудованию;
- приобщать педагогов и родителей к его изготовлению;
- развивать творчество, фантазию при использовании нестандартного оборудования;
- мотивировать детей на двигательную активность, через использование нестандартного оборудования в самостоятельных видах деятельности;
- повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности; поднять эмоциональный настрой детей.

Все перечисленные задачи можно решить на физкультурных занятиях, в непосредственно образовательной деятельности, а также в играх, эстафетах и самостоятельной двигательной деятельности детей с применением нестандартного оборудования.

Нестандартное физкультурное оборудование – это оборудование, сделанное своими руками из списанного инвентаря и подручных средств и материалов.

Конечно, к нестандартному оборудованию предъявляются определённые санитарно-гигиенические требования.

Нестандартное оборудование должно быть:

- 1.Безопасным;
- 2.Максимально эффективным;
- 3.Удобным к применению;
- 4.Компактным;
- 5.Универсальным;
- 6.Технологичным и простым в изготовлении;
- 7.Эстетическим.

Предлагаю Вашему вниманию оборудование, сделанное своими руками, педагогами и родителями нашего детского сада, для пополнения предметно – развивающей среды. Интерес детей к различным новшествам вызывает у детей положительные эмоции и это тонизирует организм в целом. Совместное изготовление оборудования активизирует родителей, настраивает их на сотрудничество с педагогами.

Изготовления таких пособий не требует больших затрат. В основном используется разнообразный бросовый материал: все то, что наверняка найдется в любом доме из разряда ненужных вещей. Минимум затрат и времени! А в результате получаются очень яркие, привлекающие к себе внимание, пособия. Они помогают развивать мышцы рук, ног, координацию движений, меткость, ловкость, внимание.

Массажные коврики и дорожки

Цели: развитие мышц нижних конечностей, координации, ловкости, внимания, массаж рефлекторных зон стопы; формирование навыков различных видов ходьбы, прыжков.

Материалы: на основу (пластинки, линолеум, плотная ткань) нашивают и наклеивают различные бусины, крышки от пластиковых бутылок, пенициллиновых пузырьков, камни, пуговицы, карандаши, деревянные палочки и т.д.

Задания: ходьба и бег на носках, пятках, ладонях и стопах, скрестным шагом, прыжки.



Тренажёры «Бильбоке»

Цели: развитие глазомера, меткости, координации, ловкости, внимания.

Материалы: пластиковые бутылки из-под сока, к которым на шнуре прикрепляются мягкие шарики.

Задания: поймать шарик ёмкостью.



Тренажёры для профилактики плоскостопия «Забавные фломастеры»

Цели: развитие и укрепление мышц стопы, воздействие на биологически активные точки стопы.

Материалы: крышки от пластиковых бутылок, цветные карандаши, фломастеры, цилиндры.

Задание: собирание крышек пальцами ног или перекладывание из одной ёмкости в другую; рисование цветными карандашами на листах бумаги; катание и хватывание цилиндров стопами.



Снаряды для метания «Бомбочки», «Мешочки», «Снежочки»

Цель: развитие глазомера, меткости, координации, ловкости, внимания.

Материалы: мешочки с песком, связанные крючком бомбочки, снежочки и наполненные поролоном.

Задание: попади в цель; пронеси не урони.



«Шишки» Массаж сосновыми, елочными шишками.

1. для профилактики плоскостопия.

Цели: развитие и укрепление мышц стопы, воздействие на биологически активные точки стопы

Задание: собирание шишек пальцами ног или перекладывание из одной ёмкости в другую.

2. Задание: сосновые шишки намного грубее (колючие). Берем шишку и хорошо сжимаем в ладони, затем перекладываем в другую ладонь и (повторяем упражнение 3-4 раза). Кладем шишку на ладонь и перекладываем из ладони в ладонь (упражнение выполняем 3-4 раза). Катаем «колобки» (упражнение выполняем 5-6 раз). Катаем шишку до локтевого сгиба, меняем руку (выполняем упражнение 5-6

раз). Дети присаживаются на стульчики паровозиком и катают по спинке другу, делая тем самым массаж ладони и массаж спины.



«Ручеек»

Описание: «ручеек» сделан из ткани. Рыбки, камешки и другие элементы декора, можно сделать из цветной клеящей бумаги или так же из ткани.



Цель: Развитие у детей навыка ползания, тренировка вестибулярного аппарата, укрепление мышц туловища и конечностей. Воспитание правильной осанки, внимания.

Основные движения: перешагивание, прыжки, прокатывание мяча-кораблика. Использование: режимные моменты, закаливание после дневного сна, на физкультурных занятиях, индивидуальная работа с детьми.

«Кирпичики-гантели»



Материал: пластиковые, картонные коробочки, цветной скотч или цветная бумага, песок (или другой материал для их наполнения).

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, для развития силы рук, воспитывать любовь к спорту.

«Блинчики»



Материал: пластиковые бутылки, наполнитель песок, ткань и ленты для оформления «конфеты»

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, для развития координации, развития физических качеств.

«Флажки»



Материал: ткань атласная разного цвета, для древка – шпажка для шашлыков
Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, подвижных игр.

«Бильбоке - Веселый Буратино»



Задачи: развивать глазомер, координацию мелких движений, тренировать предплечье и кисти рук.

Материал: деревянная фанера, ленты, кольцо, самоклеющаяся бумага или краски для декора.

Варианты использования: дети подбрасывают кольцо вверх и ловят его носом буратино. Если поймали — молодцы!

«Разноцветные варежки»



Материал: разноцветная ткань для варежек, ватные комочки в ткани для декора или пуговицы, важно чтобы не было одинаковых парных варежек, чтобы дети не забыли, не запутались, какой цвет им нужно собирать.

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметами (варежками), развивать внимание, ловкость, координацию движений.

Варианты использования: праздники, танцы, подвижные игры. Варежки рассыпаем на полу и перемешиваем. По команде: «Раз, два, три», дети собирают варежки, каждый своего цвета. Кто первый найдет свою пару, тот и молодец! Так же можно использовать варежки для закаливающего обтирания после дневного сна, ленивой гимнастики после сна.

«Косички»



Материал: шерстяные или хлопчатобумажные нитки.

Задачи: используются для занятия ОРУ, для подвижных игр.

«Мягкие мячики»



Задачи: развивать глазомер детей, ловкость, воспитывать волевые качества, внимание, быстроту реакции, умения регулировать и координировать движения, формировать навыки самоконтроля.

Материал: носки, колготки бывшие в употреблении или просто материал, нитки.

Задачи: развивать мелкую моторику, координацию движений, зоркость, меткость.

«Дорожки для координации движений»



Материал: плотная ткань, разнообразный материал для массажа.

Задачи: осуществлять профилактику плоскостопия; укреплять иммунитет, развивать внимание, мышление, сообразительность. Развитие у детей координации движений, тренировка вестибулярного аппарата, укрепление мышц туловища и конечностей. Воспитание правильной осанки, внимания.

Основные движения: перешагивание, прыжки на двух ногах и на одной ноге.

Использование: режимные моменты, закаливание после дневного сна, на физкультурных занятиях, индивидуальная работа с детьми.

«Атласные ленты или косички из ткани»



Материал: лента, шнур, косичка из ткани

Задачи: обучать детей прыгать через ленту, развивать прыгучесть, ловкость, внимание, координацию движений.

Использование: для прыжков, ходьбы.

«Осенние листики»



Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом (листочками), развивать ловкость, координацию движений, использовать в ОВД, подвижных играх.

Материал: ткань.

«Платочки»



Материал: разноцветные платочки из легкой прозрачной ткани

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметами, развивать внимание, ловкость, координацию движений. Развивать дыхательный аппарат (речевое дыхание).

Варианты использования: праздники, танцы, подвижные игры, дыхательная гимнастика или просто для хорошего настроения.

Задание: дуть на платочки, усиливая или уменьшая воздушную струю.

«Резиночки»



Материал: резинка.

Задачи: учить детей перешагивать, перепрыгивать, пролезать через натянутую резинку.

«Мячики-массажеры»



Материал: резиновые шарики с пупырышками.

Задачи: укреплять мышцы рук, улучшение кровообращения в пальцах, кистях рук и предплечий.

Варианты использования: массаж ладоней (вращение мяча между ладонями), массаж кончиков пальцев, массаж тыльной стороны и внутренней стороны ладони. Можно также использовать для массажа стоп.

«Дыхательный тренажер»



Материал: пластиковые прозрачные баночки, одноразовые трубочки, блестки или пенопласт-шарики.

Задачи: учить детей правильному дыханию, используется для дыхательной гимнастики.

«Лягушка путешественница»



Материал: цветная бумага, глазки.

Задачи: учить детей правильному дыханию, дуть на лягушку, усиливая или уменьшая воздушную струю, развивать умение контролировать свое дыхание, используется для дыхательной гимнастики, для игры. Использование: под слабым потоком воздуха лягушка начинает двигаться и разворачиваться, а при сильном потоке воздуха отпрыгивает далеко в сторону.

«Ленточка на кольце - Солнечные лучики»



Материал: атласные ленты, пластиковые кольца.

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, для развития координации, развития физических качеств.

«Паутинка»



Материал: обруч большого размера, резинки, скотч для фиксации резинки.

Задачи: учить выполнять ОРУ с наклонами, ползание, перешагивание, для развития координации, развития физических качеств.