

СП «Детский сад № 57» ГБОУ СОШ № 21 г. Сызрани

**Педагогический проект по теме «Использование нестандартного
оборудования на занятиях по физкультуре. Спортивное полотенце».
с 1.02.2016 - 30.05.2016 г.**

**Выполнила:
инструктор по физической культуре
СП ГБОУ СОШ №21
Конкина Лариса Геннадьевна.**

**г. Сызрань
2015 г.**

Актуальность

Главной ценностью для человека является его здоровье. Причем эта ценность выступает в двух уровнях: личном и общественном. Дошкольный возраст в развитии ребенка – это период, когда закладывается фундамент его здоровья и культуры движения. В современном обществе предъявляются высокие требования к психофизической подготовленности детей.

Исследования последних лет свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают дефицит движения. Одной из причин этого является их длительное пребывание в сидячем положении.

Одной из приоритетных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучение и привитие навыков здорового образа жизни.

Важным направлением в этой сфере является правильно организованная предметно-пространственная среда. Прежде всего, это двигательная предметно-развивающая среда. Она должна носить не только развивающий характер, но также являться разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной

Удовлетворить естественную потребность детей в движении и увеличить двигательную активность дошкольников, призваны занятия физкультурой. Это возможно, как за счет изменения методики проведения занятия, так и за счет применения на физкультурном занятии нестандартного оборудования, изготовленного руками педагогов или инструктора по физическому воспитанию из бросового материала.

На эффективность проведения занятий влияет качественная и глубоко продуманная предварительная работа по подготовке всех необходимых пособий и инвентаря, которые помогут проводить комплекс упражнений живо, эмоционально, интересно.

Надо признать, что в современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Дети в большинстве своем испытывают “двигательный дефицит”, то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже нормы. Это увеличивает статистическую нагрузку на определенные группы мышц. Снижается сила и работоспособность мускулатуры, что влечет за собой нарушение функций организма. Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Мы осознаем, что физическое и интеллектуальное развитие должно проходить параллельно. Решение этой проблемы видится в совокупности социально – педагогических условий.

Этому способствует и использование нестандартного оборудования в работе по физическому воспитанию детей.

Новизна

Нестандартное оборудование – это всегда дополнительный стимул физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому оно, никогда не бывает лишним. Можно без особых затрат обновить игровой инвентарь в спортивном зале, если есть желание и немного фантазии.

При его использовании у детей быстро формируются двигательные умения и навыки, вырабатывается чувство равновесия, формируется правильная осанка, проводится профилактика развития плоскостопия. Выполнение упражнений с предметами оказывает значительное влияние на освоение дошкольниками движений, развитие сенсорики, двигательных качеств и способностей. Вместе с тем активные действия с предметами в процессе упражнений будут способствовать познанию дошкольниками цвета, веса, формы, качества материалов и других свойств предметов. Использование предметов придает упражнениям характер конкретных заданий (поднять, положить, достать, сложить), делает понятной поставленную двигательную задачу, помогает детям контролировать свои действия. Естественно совершенствуется и мелкая мускулатура, ведь предметы захватывать, удерживать, переключать из одной руки в другую. Это особенно важно для детей с ОНР и ЗПР. При выполнении разнообразных упражнений с нестандартным оборудованием у детей преодолевается стереотип действия с ним. Создаются условия для творчества, усиливается интерес физическим упражнениям.

Практика работы с применением нетрадиционного оборудования показала, что создание благоприятной двигательной среды с использованием нестандартного оборудования побуждает ребенка проявлять двигательную активность, удовлетворять интерес к разнообразным видам движений и потребность в них.

Оптимизация уровня двигательной активности детей может рассматриваться как одно из действенных средств сохранения здоровья ребенка, улучшения его физической подготовленности, обогащения двигательного опыта, увеличения творческого и познавательного потенциала.

Цель: укреплять здоровье и повышать работоспособность детей через организацию подвижных игр и игр с элементами спорта с использованием нестандартного оборудования.

Задачи:

Образовательная

- Формировать и совершенствовать жизненно необходимые двигательные умения и навыки (ходьба, бег, равновесие)

- Развивать основные физические качества и двигательные способности детей (силовые, скоростно-силовые, координационные и др.).
- Формировать умения выполнять правила подвижных игр, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность.

Оздоровительная

- Формировать представления о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья.
- Содействовать формированию гармоничного телосложения, правильной осанки и стопы.
- Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей.
- Удовлетворять потребность детей в движении

Воспитательная

- Воспитывать у детей интерес к занятиям физической культурой как организованной форме максимального проявления его двигательных и функциональных возможностей.
- Поощрять двигательное творчество и разнообразную игровую деятельность детей.
- Способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности.
- Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

Таким образом, посредством использования нестандартного оборудования наряду с двигательной активностью развивается сноровка, внимание, ловкость, закрепляются знания цвета, формы, воспитывается умение быть в коллективе, увеличивается моторная плотность занятий, повышается эмоциональный тонус, стремление к достижению более высоких спортивных результатов, изобретательность в самостоятельной деятельности, закрепляются достижения коррекционно-восстановительной работы. Оказывается, чтобы заняться развитием общей координации, растяжением и расслаблением позвоночного столба, укреплением мышечного тонуса и многими другими важными для дошколят проблемами, вовсе не требуется хороших и сложных тренажеров, специального оборудования. Надеюсь, что в будущем наши детские сады будут оборудованы всем необходимым, а пока для рациональной организации двигательного режима мы используем нестандартное оборудование.

Проект: игровой, долгосрочный, групповой

Участники проекта: дети, воспитатели, инструктор по физической культуре.

Ожидаемые результаты:

- Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия.
- Улучшение соматических показателей здоровья.
- Наличие потребностей в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.
- Внедрение нестандартного оборудования, новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников.

Этапы реализации

Этап	Содержание	Исполнители
Подготовительный	Подбор материала для разработки подвижных игр и игр- эстафет Оформление папки-раскладушки “ Использование нестандартного оборудования для занятий физкультурой в семье” Разработка игр, игровых упражнений, игр-эстафет с использованием полотенца. Консультация для родителей на тему: «Использование полотенца для занятий по физической культуре».	Инструктор по физической культуре
Основной	Игра – эстафета “ Завяжи и развяжи” Подвижная игра “Сушим полотенце ” Комплекс ОРУ “С полотенцем” (длиной 60-70 см, шириной 30-40 см) Игровое упражнение “Скрути полотенце” Игровое упражнение “Сложи-	Инструктор по физической культуре воспитатели дети

	разложи” Подвижная игра “Строим дорогу” (из полотенцев)	
Заключительный	Физкультурное развлечение “Веселые соревнования с доктором Айболитом”	Инструктор по физической культуре воспитатели музыкальный руководитель дети

Характеристика уровней физической подготовки.

ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ:

- Ребенок результативно, уверенно, точно, с хорошей амплитудой, в заданном темпе выполняет движения.
- Хорошо владеет техникой выполнения.
- Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения движения и его результатом.
- Цифровые показатели соответствуют высокому уровню выполнения движений.

СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ:

- Дети справляются с большинством элементов техники, допуская некоторые ошибки.
- Ребенок понимает зависимость между качеством выполнения движений и результата.
- Движения выполняет уверенно с небольшой помощью педагога.
- Цифровые показатели соответствуют среднему уровню выполнения движений.

НИЗКИЙ УРОВЕНЬ:

- Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений.
- Не соблюдает заданный темп, действует в сопровождении показа педагога.
- Движения скованные, координация движений низкая.
- Цифровые показатели соответствуют низкому уровню выполнения движений.

Список литературы

1. Васильева, М.В. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст]: метод. пособие / Под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – 3-е изд. испр. и доп.- М.: Мозаика- Синтез, 2005. -208 с.
2. Рунова М.А. День за днем. Двигательная активность- источник здоровья детей. (Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно-игровой среды) [Текст] : Методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей./ М.А. Рунова – М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007.-96 с+ цв. вкл. 16 с.
3. Шлыкова, Н.В. Приобщаем детей к физической культуре в ДОУ [Текст] / Н.В. Шлыкова// Инструктор по физкультуре. – 2010-№4-С.44-48
4. Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартное оборудование. М.: Издательство « Скрипторий 2003», 2009.- 112с.
5. Добророднова, О.В.,Бредихина, Ю.Ю. Использование нестандартного физкультурного оборудования в работе с детьми, имеющими речевые нарушения [Текст]/ О.В. Добророднова, Ю.Ю. Бредихина // Инструктор по физкультуре. – 2010-№1 -С.60-69

Приложение №1

Игра – эстафета “ Перемени положение бутылочки”

Цель: учить во время бега менять положение предмета, развивать глазомер, двигательную активность, ориентировку в пространстве.

Оборудование: пластиковые бутылки 0,5 л (на 1/3 заполненные водой) - по 6 штук на каждую команду, 4 ориентира, большие мячи на каждого игрока

Ход занятия

Дети делятся на 2 команды по 10 человек. По команде игроки начинают бег. Во время бега игроки должны поочередно поднимать и ставить бутылки, которые стоят на расстоянии 40 см друг от друга. Побеждает команда, игроки которой быстрее справятся с заданием.

Условие: Бег нельзя продолжать, пока игрок не поменяет положение бутылки

Усложнение: игрок ведет мяч левой рукой, во время ведения мяча игрок правой рукой меняет положение бутылочки. Обрато игрок бежит с мячом в руках.

Подвижная игра “Защитник дома”

Цель: упражнять в ориентировке в пространстве, в беге на скорость; развивать ловкость, мелкую моторику рук.

Оборудование: обручи на каждого игрока, по 3- 5 бутылок (0,5л-1/3 воды) в обруче.

Ход игры.

Обручи располагаются в разном порядке в зале. Каждый игрок – хозяин своего обруча. По сигналу игроки двигаются бегом по всему залу от одного обруча к другому.

Условие: пользуясь невнимательностью или отсутствием других игроков игрок должен успеть:

Забрать у них бутылки по условию - одну или несколько сразу

Вернуть бутылку, если хозяин осалил игрока

Хозяин не имеет права находиться внутри обруча

Правило: побеждает игрок, в обруче которого наибольшее количество бутылок

Игра продолжается 3- 5 мин. и прекращается по сигналу.

Подвижная игра «Огород».

Цель: упражнять в беге с продвижением вперед, развивать гибкость, ловкость, мелкую моторику рук, профилактика плоскостопия.

Оборудование: гимнастическая скамейка, 4 маленьких обруча, пробки от пластиковых бутылок (по 70 шт. на каждую команду)

Ход игры.

В центральном круге рассыпаны пробки от пластиковых бутылок, по обе стороны стоят гимнастические скамейки. Дети делятся на 2-3 команды. У каждой команды обруч. Игрок бежит до скамейки, ложится на нее животом, достает пробки и приносит их в свой обруч. Передвигаться можно разными способами:

Бегом, скачками, прыжками, гусиным шагом и т.д.

Оценивать очки можно по количеству пробок, по цвету пробок.

Усложнение: можно предложить игрокам выложить рисунок в обруче или построить башню

Правило: за скамейкой пола можно касаться только ладонями рук

2 вариант

Ход: достать пальцами ног пробки и принести их в свой обруч. Передвигаться можно разными способами: бегом, скачками, прыжками, гусиным шагом и т.д.

Правило: за скамейкой пола можно касаться только стопами ног.

Игровое упражнение “ Шагаем на бутылочке”

Цель: упражнять в равновесии, профилактика плоскостопия, развивать ловкость, двигательную активность

Оборудование: по 2 бутылки (0,5 л нап. 1/1) на каждого ребенка

Ход игры.

На полу у каждого ребенка лежат 2 бутылки доньшками друг к другу. Ребенок встает на каждую бутылку одной ногой, поочередно перекачивая бутылки вперед, продвигаясь, как можно дальше, сохраняя равновесие

Усложнение: когда дети освоят ходьбу на бутылочках, можно им предложить игру – эстафету.

Игровое упражнение “Шагаем с бутылочкой вместе”

Цель: упражнять в равновесии, развивать глазомер, ловкость

Оборудование: бутылка (0,5л 1/1) на каждого ребенка

Ход игрового упражнения.

Бутылка лежит на полу, одна нога находится около бутылки, другая на шаг сзади. Ребенок делает ногой зашагивание за бутылку, другой ногой метает бутылку вперед.

Правило: при движении вперед ребенок должен постоянно менять метающую ногу.

Приложение №2

Комплекс ОРУ “С пластиковыми бутылками”

Для проведения комплекса используется фонограмма записи веселой музыки.

1. И.п. — ноги на ширине плеч, бутылки в обеих руках, руки согнуты перед грудью. 1 — правую руку вперед, 2 — и.п. 3 — левую руку вперед, 4 — и.п. (8 раз)
2. И.п. — ноги на ширине плеч, бутылки в обеих руках, руки согнуты перед грудью. 1 — 4 попеременное движение рук вперед с наклоном вперед, 1 — 4 с наклоном назад. (8 раз)
3. И.п. — ноги на ширине плеч, бутылки в обеих руках, руки согнуты перед грудью, локти в стороны. 1—4 круговые движения бутылками перед собой с одновременным поворотом туловища вправо, 1 — 4 влево. (10 раз)
4. И.п. — ноги на ширине плеч, бутылки в обеих руках, руки перед грудью. 1 — шаг правой ногой в сторону, руки выпрямить в правую сторону, 2 — и.п. 3 — шаг левой ногой в сторону, выпрямить руки в левую сторону. (6 раз)
5. И.п. — сидя на полу, бутылки в обеих руках, руки выпрямлены перед собой. 1 — 4 поочередное движения прямыми руками назад, опуститься на спину, 1—4 поочередное движение прямыми руками вперед прийти в и.п. (сгибание, разгибание туловища 8 раз)
6. И.п. — сидя на полу, бутылки в обеих руках, руки выпрямлены перед собой.
1 — 4 поочередно двигать то правую, то левую прямую ногу вперед, 1—4 движение назад, вернуться в и.п.. (6 раз)
7. И.п. — лежа на животе, бутылки в обеих руках, руки вытянуты вперед. 1—4 одновременно поднять и руки и ноги вверх и покачаться вперед, назад (10 раз)
8. И.п. — стоя ноги на ширине плеч, бутылки в обеих руках, перед собой. 1—4 бег на месте с захлестыванием голени поворачиваясь вокруг себя в правую сторону, 1—4 в левую сторону. (8 раз)
9. Упражнение на восстановление дыхания.
И.п. — стоя ноги на ширине плеч, бутылки в обеих руках, руки опущены вниз.
1 — руки через стороны вверх, слегка присесть, 2 — опустить вниз, 3—4 повторить упражнение. (8 раз)

**Конспект физкультурного развлечения для детей подготовительной группы
"Веселые соревнования с доктором Айболитом"**

Задачи:

- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге;
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений
- Совершенствовать различные виды ходьбы и бега.
- Развивать ловкость, глазомер, скоростные качества
- Воспитывать интерес к физкультуре, положительный эмоциональный настрой, посредством использования нестандартного оборудования.

Оборудование: массажная пробковая дорожка, бутылки пластмассовые по количеству детей, ориентиры, пробки пластмассовые, обручи 14 шт., гимнастическая скамейка

Ход занятия

Под звуки марша все участники выстраиваются перед зрителями и болельщиками. У каждой команды на груди эмблема, где указано название команды.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята! Сегодня вы все будете принимать участия в веселых соревнованиях! Я предлагаю взять собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку и еще терпение болельщика. Проверяем нашу осанку.

Упражнение для сохранения правильной осанки "Посмотрите, как я встала"

Воспитатель:

Посмотрите, как я встала,
Как головку подняла,
Спинкой, шейкой потянулась
И назад слегка прогнулась,
Ручка на шее, ручка на спинке,
Встали все дружно, как на картинке.

Дети выполняют упражнения

Воспитатель: Молодцы! Равняйся! Смирно! Налево! В обход, по залу, шагом марш!
Построение в 2 колонны по разным сторонам зала.

Разминка:

Ходьба выполняется под музыку М.Н. Протасова "Веселые шаги"

- Построение в 2 шеренги у противоположных сторон зала.
- Ходьба шеренгами навстречу друг другу с ритмичными притопами.
- Бег врассыпную.
- Ходьба колонной с перестроением в 3 колонны.
- Комплекс ритмической гимнастики.

1. Будь внимательным.

И.п.- о.с. В.1) правая рука на пояс, 2) левая тоже, 3) правая к плечу, 4) левая тоже, 5) правая вверх, 6) левая тоже, 7-8) два хлопка над головой. Опускаем руки обратном порядке, в конце два хлопка по бедрам (2 раза).

2. Спрятали- показали

И.п. о.с. В. 1)наклон вперед, руки за спину;2) встать, руки вперед, 3)наклон вперед, руки за спину;4)и.п. (4 раза).

3. Приседай

И.п. - стоя, ноги на ширине ступни, руки на поясе; В. 1) отставить правую ногу вправо,2) присесть на нее, руки в стороны,3) и.п., тоже левой ногой.(4 раза)

4. Пингвин

И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки внизу, ладони в стороны; В. 1)перенести тяжесть тела на правую ногу, 2) то же самое на левую (по 3 раза в каждую сторону).

5. Бабочка

И.п. - о.с. В. 1) стоя на левой ноге, поднять правую ногу, согнутую в колене, опереться ею на голень левой ноги, 2-3)помахать руками вверх-вниз, 4) и.п.; то же на правой ноге.(2 раза)

6. Поймай комарика

И.п. то же: В. 1) слегка присесть, 2) прыжок вверх, одновременно хлопок руками над головой.(4 раза)

7. Галоп

И.п. - встать прямо, ноги на ширине ступни, руки на поясе; В.- 3 приставных шага вправо, присесть, 3 приставных шага влево, присесть; и.п.(4 раза)

8. Утята

4 движения пальцами - уточки открывают и закрывают клюв;

4 движения, согнутыми в локтях руками вверх- вниз (машут крыльями);

4 движения – поворот туловища вправо, поднять плечи, а руки развести в стороны; то же влево (утята удивляются);

4 хлопка перед собой, кружатся поскаками вокруг себя в одну, затем в другую сторону (утята радуются).

Спокойная ходьба в колонне по 1.

Воспитатель:

Сияет солнышко с утра,
И мы готовимся заранее.

Ребята, начинать пора
Спортивные соревнования.

Вбегают Айболит:

Подождите, подождите!
Ох, дети! Я еле-еле успел на ваш праздник.
По полям, по лесам, по лугам я бежал,
И два только слова шептал:

Детский сад, детский сад, детский сад!
И вот я здесь! Здравствуйте ребята!

Воспитатель: Здравствуй, Айболит! Приглашаем тебя, доктор Айболит, на наши соревнования. Посмотри, какие у нас смелые, сильные и ловкие ребята. (Подходит и осматривает детей)

Айболит: Ох, какие вы здоровые дети! Вы только посмотрите!

Айболит: Все веселые, нет болезней никаких. А я пришел к вам с подарком. Я принес вам свою подружку – «Спортивную бутылочку». Она очень веселая и знает много интересных игр.

Айболит отдает бутылочку воспитателю. К руке бутылочки приклеен конверт.

Воспитатель: Спасибо дорогой Айболит! Давайте посмотрим, что же в конверте.

Воспитатель достают письмо и читает.- Ребята! Я приготовила для вас разные игры. Смотрите на картинку и играйте. Ваша спортивная бутылочка.

Воспитатель достает № 1 карточку.

Игра- эстафета “ Перемени положение бутылочки”

Воспитатель: Для этой игры нужны 2 команды.

Дети под музыку делятся на 2 команды по 7 человек.

По команде игроки начинают бег. Во время бега игроки должны поочередно поднимать или ставить бутылки, которые стоят на расстоянии 40 см друг от друга.

Побеждает команда, игроки которой быстрее справятся с заданием.

Условие: Бег нельзя продолжать, пока игрок не поменяет положение бутылки.

Воспитатель: Молодцы ребята! С 1 заданием справились! В обход за направляющим шагом марш!

Дети идут по залу и берут обручи.

Воспитатель: На месте стой! Раз-два! Посмотрим, что у нас еще в конверте!

Воспитатель достает № 2 карточку “ Подвижная игра “ Защитник дома”

Сначала играют мальчики, потом девочки.

Дети в рассыпную идут по залу, раскладывают обручи в обручи кладут бутылки (1-3 шт.)

Подвижная игра “ Защитник дома”

Ход: обручи располагаются в разном порядке в зале. Каждый игрок – хозяин своего обруча. По сигналу игроки двигаются бегом по всему залу от одного обруча к другому.

Условие: игрок может забрать бутылки у своих соседей, но обязан вернуть если хозяин осалил игрока. Хозяин не имеет права находиться внутри обруча.

Правило: побеждает игрок, в обруче которого наибольшее количество бутылок.

Игра продолжается 3-5 мин. и прекращается по сигналу.

Воспитатель: Молодцы ребята! Со 2 заданием справились! В обход за направляющим шагом марш!

Дети идут по залу, кладут обручи, берут 1 бутылку.

Воспитатель: Смотрим следующую картинку- № 3.

Игровое упражнение “ Поставь ногами бутылочку вертикально”

Дети выполняют упражнение сидя на ковре, руки на поясе. Условие: руками не помогать.

Воспитатель готовит следующее задание.

Айболит:

Да, вы дружно поднимали,

И наверное, устали,...

Не пора ли по домам,

Иль в больницу к докторам?

Воспитатель (обращается к детям): Ребята, вы устали? Нет? Смотрим дальше мы в конверт.

Воспитатель достает карточку №3.

Подвижная игра “Огород”

Ход: в центральном круге рассыпаны пробки от пластиковых бутылок, по обе стороны стоят гимнастические скамейки. Дети делятся на 2-3 команды. У каждой команды обруч. Игрок бежит до скамейки, ложится на нее животом, достает пробки и приносит их в свой обруч. Возвращается к своей команде, передает эстафету другому игроку. Передвигаться можно разными способами:

Бегом, скачками, прыжками, гусиным шагом и т.д.

Правило: за пределами скамейки пола можно дотрагиваться только пальцами рук.

Игра продолжается пока не закончатся пробки.

Воспитатель: Молодцы ребята! И с последним заданием справились! В обход за направляющим шагом марш!

Воспитатель убирает оборудование.

Дети выстраиваются в шеренгу вдоль стены зала.

Айболит:

Очень рад я:

Из ребят никто не болен,

Каждый весел и здоров,

К награждению готов!

Дайте мне, пожалуйста, конверт. Айболит достает из конверта медали и вручает каждому участнику.

Воспитатель:

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать.

А наши веселые соревнования подошли к концу. Давайте скажем большое спасибо доктору Айболиту и его спортивной бутылочке.

Айболит: Я очень рад, что пришел к вам сегодня! Но мне пора прощаться, я и моя спортивная бутылочка побежим дальше в другие детские сады. До свиданья!

Дети прощаются с Айболитом.

Воспитатель: Равняйся! Смирно в обход по залу шагом марш!

Дети под музыку выходят из зала.

Консультация для родителей на тему:

«Использование нестандартного физкультурного оборудования»

Народная мудрость гласит :

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным:

сделайте его крепким и здоровым!»

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – первооснова его полноценного развития.

В любом цивилизованном обществе нет более важной и главной ценности, чем здоровье детей, а, следовательно, приоритет должен быть отдан решению в первую очередь задач, связанных с детским здоровьем.

Главная цель физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении состоит в том, чтобы удовлетворить естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня здоровья и физического развития детей.

Надо признать, что в современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже нормы. Это увеличивает статистическую нагрузку на определенные группы мышц. Снижается сила и работоспособность мускулатуры, что влечет за собой нарушение функций организма. Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Мы осознаем, что физическое и интеллектуальное развитие должно проходить параллельно. Решение этой проблемы видится в совокупности социально – педагогических условий. Этому способствует и использование нестандартного оборудования в работе по физическому воспитанию детей. Движение - это основа любой деятельности ребёнка. Но при этом в наше время многие врачи отмечают значительное сокращение объёма двигательной деятельности детей. Именно гиподинамия в детском возрасте приводит чаще всего к снижению уровня здоровья малышей дошкольного возраста, ослаблению иммуннозащитных сил организма, способствует задержке физического и умственного развития. На основе собственных наблюдений могу отметить заметное снижение интереса детей к организованной двигательной деятельности: дети малоподвижны, не желают принимать участие в подвижных играх и упражнениях.

Опираясь на мнение специалистов в области физического воспитания дошкольников утверждающих, что именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, создаются предпосылки для развития выносливости, скоростно-силовых качеств, происходит совершенствование деятельности основных физических систем организма, можно сделать вывод, что необходимо.

- 1) Повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности.
- 2) Увеличить объём двигательной активности детей.
- 3) Побуждать детей к самостоятельной двигательной деятельности.
- 4) Поднять эмоциональный настрой детей.

Все вышеуказанные задачи легко решаются на физкультурных занятиях, а также в играх, эстафетах и самостоятельной двигательной деятельности с применением нетрадиционного физкультурного оборудования.

Нестандартное оборудование – это всегда дополнительный стимул физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому оно никогда не бывает лишним. Можно без особых затрат обновить игровой инвентарь в спортивном зале, если есть желание и немного фантазии.

Спортивно – игровое нестандартное оборудование призвано содействовать решению, как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и решению задач их всестороннего развития и формирования личности, а именно:

- * обогащать знания о мире предметов и их многофункциональности;
- * приучать ощущать себя в пространстве, ориентироваться в нем;
- * создать условия для проявления максимума самостоятельности, инициативы, волевых усилий;
- * приучать применять предметы спортивно – игрового нестандартного оборудования в самостоятельной деятельности;
- * пробуждать интерес к спортивным играм, занятиям, расширять круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений, их оздоровительном значении.

Именно использование нетрадиционного физкультурного оборудования позволяет:

- 1) Повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр.
- 2) Развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память.
- 3) Развивать чувство формы и цвета.
- 4) Способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Наряду с традиционным стандартным оборудованием в физкультурных уголках групп детского сада обязательно необходимо иметь и нестандартное физкультурное оборудование. При этом, оно обязательно должно соответствовать требованиям «Инструкции по охране жизни и здоровья детей», легко подвергаться санитарной обработке, обеспечивать безопасность детей во время игр и занятий.

Я предлагаю несколько примеров нестандартного физкультурного оборудования, которые легко можно изготовить своими руками и использовать его для проведения подвижных игр в группе и на прогулке, различных игровых упражнений и занятий на свежем воздухе.

1) *Массажёрная дорожка.*

Состоит из ковролина и пластмассовой мозаики. Улучшает кровообращение, активизирует восстановительные процессы в мышцах, суставах. Используется для коррекции стопы.

2) *«ЧЬИ СЛЕДЫ»*

Развивает координацию движений, равновесие. Используется при обучении прыжкам на одной, двух ногах, прыжках с поворотами вправо, влево, с продвижением вперед. Такие следы можно использовать в играх-эстафетах.

3) *Корректирующие коврики*

Сделаны из клеёнки, расшиты пуговицами. Предназначены для массажа стоп и профилактики плоскостопия.

4) *Веселый обруч*

Применяется для дыхательной гимнастики.

Использование:

- упражнения на дыхания (ленты шевелятся).
- прыжки на двух ногах вдоль зала
- «Достань рукой до ленточки».

Проведение физкультурных занятий с использованием нестандартного оборудования показывает, что увеличение двигательной активности детей возможно как за счет качественного улучшения методики занятий, повышение их моторной плотности, так и за счет применения нестандартного оборудования, его эффективного использования, что позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки.

Эффективно использовать физкультурное оборудование – это значит обеспечить оптимальную продолжительность его применения в течение всего дня в разных формах и видах деятельности с тем, чтобы добиться овладения детьми всеми видами физкультурных упражнений, их двигательного творчества на уровне возрастных и индивидуальных возможностей. Один из приемов повышения эффективности физкультурного оборудования – новизна, которая создается за счет внесения нового нестандартного оборудования, смены переносного оборудования разных пособий в своеобразные комплексы (полосы препятствий, домики, заборчики). Дети всех возрастов выполняют упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием с большим удовольствием и достигают хороших результатов.

Применяя нетрадиционное оборудование на физкультурных занятиях, играх и игровых упражнениях, эстафетах, занятиях на свежем воздухе мы повышаем интерес детей к различным видам двигательной деятельности, увеличиваем объем двигательной активности, поднимаем эмоциональный настрой.