

Использование нестандартного физкультурного оборудования в работе с дошкольниками



***«ЗДОРОВЬЕ НАШИХ ДЕТЕЙ ВО МНОГОМ
ЗАВИСИТ ОТ ПОСТАНОВКИ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ В ДЕТСКОМ САДУ И СЕМЬЕ...»***

Н.М. АМОСОВ.

Специалисты в области физического воспитания дошкольников утверждают, что именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье.



Цель: создавать условия для формирования крепкого здоровья дошкольников, повышать интерес к подвижным играм и упражнениям

- **Задачи:** *формировать* физические качества и двигательные умения детей *повысить* моторную плотность физкультурных занятий *развивать* у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память



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

Требования, предъявляемые к нестандартному физкультурному оборудованию:

безопасное

удобное к применению

компактное

универсальное

технологически простое в изготовлении

эстетически оформленное



Массажные коврики и дорожки

Цель: 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, камни, пуговицы, карандаши, деревянные палочки и т.д.

Задания: ходьба и бег на носках, пятках и стопах, прыжки на одной или двух ногах



Эспандер

Цели: развитие силы и гибкости, улучшение координации движений.

Материалы: пустые катушки от ниток, костяшки от счёт, контейнеры от киндер-сюрпризов, резинка.



«Бильбоке»



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

Материалы:

пластиковые бутылки, к которым на шнуре прикрепляются мягкие шарики.

Задание: поймать мяч ёмкостью.

«Гантели»

Цель: развитие мышц плечевого пояса и рук.

Материалы:

пластиковые ёмкости от киндер-сюрпризов, наполненные крупой и соединённые друг с другом.



Задание: различные упражнения для мышц плечевого пояса и рук.

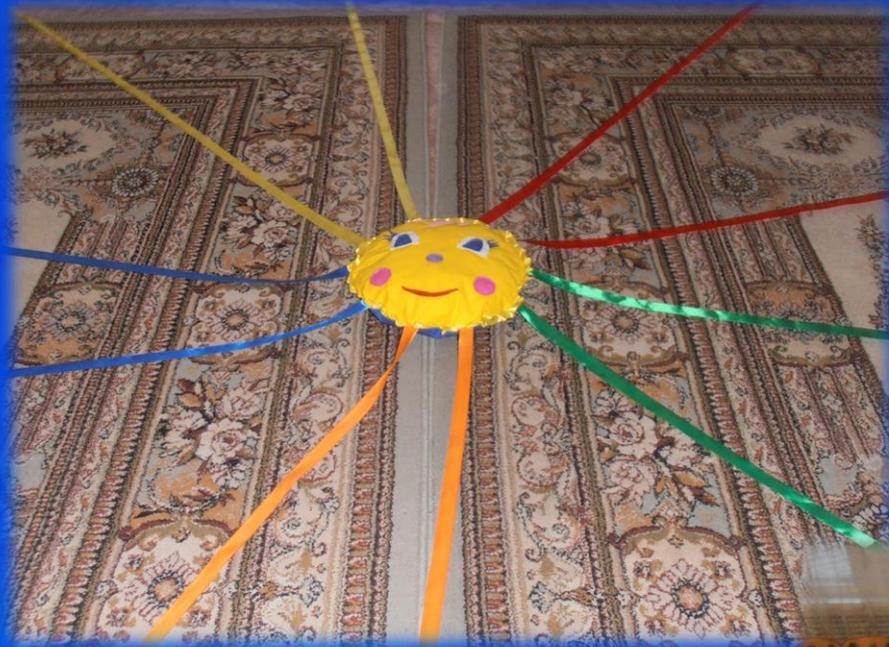
«Моталочки»

Цель: Развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.

Материал: палочки из дерева, атласные ленточки, мягкие игрушки



«Солнышко»



Цель: развитие мышц плечевого пояса и рук, воспитание координации движений и тренировка вестибулярного аппарата

Задание:

раскручивание и закручивание солнечных лучиков, перешагивание и перепрыгивание через лучики



«А ну-ка, проползи!»



Цель: учить детей проползать под препятствием не задевая шнур, учить ползать на четвереньках в прямом направлении

Задание: проползать определенным способом: опираясь на колени и ладони, на ступни и ладони; подлезать, не касаясь руками пола; перепрыгивать через препятствие на одной или на двух ногах; перешагивать через препятствие разными способами.



«Змейка»



Цель: развивать мышцы стоп, развивать координацию движений и равновесие, профилактика плоскостопия

Задание:

продвижение по «змейке» сохраняя равновесие, перешагивание или перепрыгивание



«Ветерок в бутылке», «Веселые человечки»,

Цель: учить
правильной
регуляции
дыхания,
развивать
мелкую
моторику рук

«Попади в ворота»



Оборудование для прогулок на участке



***СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!***