

**Тимонина Ирина Викторовна,**

*старший воспитатель;*

**Горбачева Ольга Юлиановна**

**Напыльникова Валентина Симоновна,**

*воспитатели*

*МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 52 «Родничок»*

*г. Вологда*

## **НАШ ГЛАВНЫЙ ДЕВИЗ – ДОЛОЙ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ!**

**Аннотация.** В статье рассматривается необходимость привития у детей дошкольного возраста интереса к физической культуре и спорту, как одной из составляющей здоровья ребенка. Рассматривается вопрос о необходимости развития двигательной активности, через изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования. Приведены конкретные примеры нетрадиционного физкультурного оборудования, которое можно изготовить своими руками для пополнения предметно-развивающей среды.

**Ключевые слова:** нетрадиционное физкультурное оборудование, здоровье, двигательная активность, физическое развитие, самостоятельная деятельность.

С XXI веком в нашу жизнь стремительно вошли новые методы и технологии, которые далеко не всегда положительно сказываются на здоровье людей. Привычными стали тревожные данные о системном ухудшении состояния здоровья, снижении уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста. Здоровье детей - это приоритет и основа нашего будущего. Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными - задача каждого дошкольного учреждения. И в наш современный век особенно актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступным двигательным умениям и навыкам.

Все специалисты в области физического развития отмечают, что в дошкольном возрасте формируется здоровье, создаются предпосылки для развития выносливости, силовых качеств, происходит совершенствование деятельности основных физиологических систем организма. Поэтому мы стараемся создать такие условия, которые будут повышать интерес детей к видам двигательной самостоятельной деятельности, и в этом нам помогает нестандартное физкультурное оборудование.

Нестандартное физкультурное оборудование – это оборудование, сделанное своими руками из подручных средств и бросового материала.

Скоро лето – мы ждем его всегда с нетерпением и радостью. Летом дети основную часть времени находятся вне помещения, на свежем воздухе. В целях развития и поддержания интереса к двигательной активности важно по-

заботиться о подборе физкультурного оборудования – оно должно развивать, быть разнообразным, динамичным, трансформируемым, функциональным, эстетичным.

Поэтому каждый год, весной, воспитатели делают совместно с детьми и родителями нестандартное физкультурное оборудование, которое дает дополнительный стимул к активизации двигательной активности детей, побуждает их к самостоятельной деятельности и к совместным играм с педагогом.

Изготовление нестандартного физкультурного оборудования – не сложное и не дорогостоящее, потому что используется бросовый материал, что само по себе уже ценно (пластиковые бутылки, киндер сюрпризы, картонные коробки, линолеум, бутылки из-под шампуня и т.д.). Эти, ненужные на первый взгляд, предметы превратились в забавные игрушки и пособия, повышающие у детей интерес к образовательной и игровой деятельности, придающие при этом положительную эмоциональную окраску прогулкам. Использование данных пособий и оборудования увеличивает количество упражнений для разных групп мышц и позволяет применять дифференцированный метод работы с ребятами. Дети, играя, с удовольствием занимаются с нестандартным оборудованием, что вносит эффект новизны, помогает повысить интерес к двигательной активности и позволяет шире использовать знакомые упражнения.

Изготовление нестандартного физкультурного оборудования не требует больших затрат. 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.

**Нестандартное физкультурное оборудование должно быть:**

- ✓ Безопасным;
- ✓ Максимально эффективным;
- ✓ Удобным к применению;
- ✓ Компактным;
- ✓ Универсальным;
- ✓ Технологичным и простым в применении;
- ✓ Эстетичным.

Нестандартное физкультурное оборудование позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки, способствует повышению интереса к физкультурным занятиям и позволяет решить следующие **задачи:**

1. Обеспечить двигательную активность, совершенствуя движения детей и их физические качества;

2. Развивать у детей интерес к процессу движений с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования;

3. Воспитывать у детей интерес к использованию нетрадиционного физкультурного оборудования на занятиях и в свободных видах деятельности.

### **Массажер «Орешки»**

Инструкция изготовления: на прочный шнур нанизали пластиковые футляры от киндер-сюрпризов, ручки сделали из старых фломастеров, шнур на конце фломастера закрепили с помощью бусин.

Цель: профилактика плоскостопия, нарушения осанки: массаж стоп, голени, мышц спины.

Использование: для выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движения (прыжки, упражнения на равновесие), самомассаж стоп, голени, мышц спины.



### **Оборудование «Разноцветный дождик»**

Инструкция изготовления: в картонной трубе (например, от линолеума) просверлили дрелью отверстия через 10-15 см. и вставили в эти отверстия цветные ленточки. Конструкцию подвесили в удобном для детей месте. Дети, подпрыгивая, должны выдернуть ленточку.

Цель: развитие ориентировки в пространстве, координации движения, ловкости, в прыжках в высоту, быстроты реакции, развития мышц голени.

Использование: в упражнениях «Дотянись до ленточки», «Допрыгни до ленточки», «Кто больше снимет», «Кто быстрее», «Допрыгни только до синей ленточки».



### **Оборудование «Волшебные бутылочки»**

Инструкция изготовления: пластиковую бутылку украсили узорами из самоклеящейся бумаги. На дощечку из фанеры с помощью шурупа прикрутили пробку от пластиковой бутылки (таким образом бутылка крепится к дощечке). Кольца для набрасывания изготовили из фанеры диаметром большим, чем диаметр бутылки.



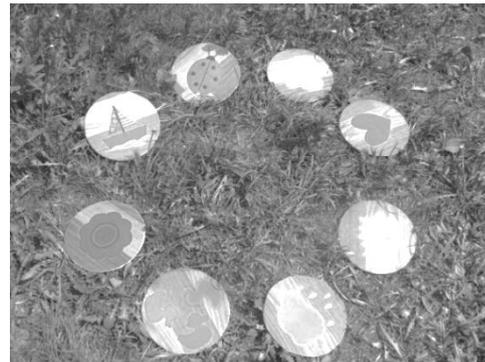
Цель: развитие глазомера, меткости, мелкой мускулатуры пальцев рук,

прыгучести; укрепление свода стопы, брюшного пресса.

Использование: для развития мелкой моторики (раскручивая и закручивая крышку); кисти (вращая бутылку); для выполнения ОРУ; для укрепления мышц брюшного пресса и стопы при передаче бутылки ногами сидя на полу; для прыжков, зажав бутылку между ног; перепрыгивания через нее. Прикрутив бутылку к подставке - для набрасывания колец на бутылку на прогулке и в группе.

#### **Оборудование «Веселые круги».**

Инструкция изготовления: два круга из линолеума склеили между собой. Украсили картинками из самоклеящейся бумаги. Как вариант можно использовать круги, сшитые из ткани с наполнителем из различной крупы, камешков, песка, пуговиц.



Цель: развитие ориентировки в пространстве, глазомера, упражнять в прыжках с продвижением вперед, профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы.

Использование: во время образовательной деятельности, развлечений, подвижных игр (как ориентиры), самостоятельной двигательной активности (перешагивание, перепрыгивание, различная ходьба, бег змейкой), для развития ориентировки в пространстве и координации движений: «Добеги до кораблика...», «Ходьба по кочкам с разным положением рук», «Прыгни с кочки на кочку», «Попади мячом в цветочек ...», «Перепрыгни».

#### **Оборудование «Разноцветный канат»**

Инструкция изготовления: канат изготовили из пластиковых разноцветных стаканчиков из-под йогурта, нанизанных на прочный шнур. Оборудование очень легкое, мобильное, удобное в обращении.



Цель: развитие чувства равновесия, ориентировки в пространстве

Использование: для ходьбы прямо, боком, сохраняя равновесие, осанку; для прыжков - прямо, боком, справа – слева; «Подлезь», «Перелезь», «Перешагни», «Перепрыгни», «Догони конец»; подвижных играх; перебрасывания мяча.

### **Оборудование «Набор для эстафет»**

Используется для проведения различных эстафет. Оборудование внутри контейнера может меняться в зависимости от темы спортивного развлечения или соревнования.

### **Оборудование «Мяч в сетке»**

Инструкция изготовления: сетки связали из прочных разноцветных ниток крючком, в них положили мячи разных размеров.

Цель: развитие ловкости, быстроты реакции, глазомера, координации движений.

Использование: «Гол» - толкание мяча одной ногой, не выпуская сетки из руки; раскручивать мяч над головой; «Кто дальше» - бросать вперед; «Попрыгунчик» - ударять об пол; «Рыцари» - размахиваясь, стараться ударить по мячу друг друга; «Молот» - взять сетку с мячом в обе руки и раскутиться на месте; «Молоток» - замах из-за спины, удар об пол.



### **Оборудование «Веселые штанги»**

Инструкция изготовления: два спиля из дерева прикрепили с помощью клея ПВА к палке. Украсили кольцами из самоклеящейся бумаги.

Цель: профилактика нарушения осанки, координации движения, ловкости, в прыжках в высоту.

Использование: для различных прыжков: вперед, назад, вправо, влево. Также для перепрыгивания через движущуюся штангу и упражнения на плечевой пояс. Если поставить штангу вертикально, то можно использовать в эстафетах как ориентир. Упражнения «Силачи», «Перепрыгни», «Будь внимателен».



### **Оборудование «Дорожки следов»**

Инструкция изготовления: дорожки изготовили из линолеума, отпечатки рук и следов наклеили из самоклеящейся бумаги.

Цель: профилактика плоскостопия, нарушения осанки, укрепления мышц ног, рук, спины и брюшного пресса.

Использование: ходьба по дорожкам с разным заданием «След в след», «Рука в руку».



### **Оборудование «Ловушка»**

Инструкция изготовления: изготовили из пластиковой бутылки. Отрезали часть бутылки в виде воронки и прикрепили пробку с помощью веревочки шарик или пластиковый футляр от киндер-сюрприза с наполнителем.

Цель: развитие глазомера, ловкости, внимания, быстроты реакции.

Использование: как правой, так и левой рукой, в играх на результат «Кто больше поймает», «Самый быстрый», «Самый меткий».

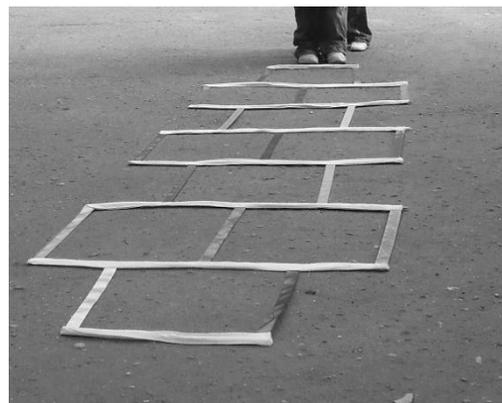


### **Оборудование «Мобильные классики»**

Инструкция изготовления: плотную тесьму (строп-ленту) сшили вместе, чтобы можно было поместить внутрь палки – поперечные элементы. Продольные соединения сделали из цветных атласных лент, имитируя игру «Классики».

Цель: развитие координации движения, мышц стоп, голени; порядкового счета от 1 до 10 и обратно, развитие глазомера, закрепление названия цвета.

Использование: Оборудование многофункционально. Его можно применять в группе и на улице. Оно легкое в обращении, достаточно только вынуть его из мешочка и развернуть на полу или на асфальте. Не смывается дождем, и в то же время легко стирается (палки несложно вынимаются из поперечных элементов).



### Оборудование «Накорми Мишку медом»

Инструкция изготовления: мишку изготовили из старой картонной коробки. Оклеили тисненными обоями. В середине лицевой части вырезали круглое отверстие, куда дети кидают пластиковые футляры от киндер-сюрпризов (с наполнителем для тяжести) - «медовые шарики». Для удобного хранения «медовых шариков» сзади сделали карман из картона.



Цель: развитие глазомера, меткости, ловкости.

Использование: оборудование используется в группе и на прогулке. Оно мобильное, легкое, эстетичное. Метание в вертикальную, а также в горизонтальную цель, с определенного расстояния, побеждает тот, кто попадет с самой дальней точки.

В заключении хочется отметить, что использование нетрадиционного физкультурного оборудования имеет огромную вариативность и интегративность, поэтому играть с таким оборудованием - одно удовольствие!