

«Нестандартное физкультурное оборудование из бросового материала – как средство реализации здоровьесберегающих технологий в МОУ»

Двигательная активность - важная часть в жизни любого ребёнка. Польза спорта для детского здоровья трудно переоценить. Регулярная физическая активность в детском возрасте повышает силу и выносливость, способствует формированию навыков здорового образа жизни, повышает иммунитет и укрепляет здоровье.

Планируя работу с детьми дошкольного возраста по образовательной области физическое развитие, мы опираемся на высказывание В.А. Сухомлинского: *«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»*. Поэтому, организуя работу с детьми в детском саду, мы считаем одной из основных задач ФГОС ДО заботиться о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка.

В настоящее время с развитием современных информационных технологий наблюдается снижение интереса детей к спорту, физкультурным занятиям, некоторые дети с неохотой выполняют или отказываются выполнять физические упражнения, утреннюю гимнастику. Детям стало гораздо интереснее играть в анимационные игры на компьютере, планшете, сотовом телефоне, они могут часами сидеть и играть в них, не прилагая ни каких действий и физических усилий. Это негативно влияет на здоровье детей, приводит к снижению интереса детей к физической культуре, спорту, снижению двигательной активности, ухудшению зрения, формированию не правильной осанки и др.

Для решения этой проблемы особое внимание в нашем МОУ уделяется физкультурно-оздоровительной работе с детьми с использованием различных здоровьесберегающих технологий.

В каждой группе детского сада обустроен «Центр двигательной активности», который оснащён разнообразным физкультурным оборудованием. В процессе его использования мы заметили, что ребята быстро теряют интерес к атрибутам для физической активности приобретенным в магазине.

Чтобы активизировать интерес детей, мы решили разнообразить свои центры двигательной активности нестандартным оборудованием из бросового материала, опираясь на опыт коллег в этом направлении. Творческий подход и стремление к новому, позволило нам найти собственные авторские идеи изготовления нестандартного физкультурного оборудования, которые активно используются нами в физкультурно-оздоровительной работе с детьми в МОУ.

Изготовить такие пособия очень просто, не требуется больших затрат и много времени.

Главное нестандартное физкультурное оборудование обязательно должно быть:

- безопасным
- эффективным
- удобным
- компактным
- эстетичным.

На сегодняшний день нами изготовлены и активно используются следующее нестандартное физкультурное оборудование, сделанное своими руками:

- Массажные коврики и дорожки (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.).
- «Змейка» шнур из разноцветных, пластмассовых крышек- для развития мышц нижних конечностей, координации, ловкости, внимания, массаж рефлекторных зон стопы, формирования навыков различных видов ходьбы, прыжков.



- Тренажёры «Бильбоке» (1/2 пластиковой бутылки с горлышком из-под сока, к которой на шнуре прикрепляется мягкий шарик или капсула от киндер-сюрприза) - для развития глазомера, меткости, координации, ловкости, внимания.

- Эспандеры (капсулы от киндер - сюрпризов 7 штук, резинка, фломастеры (для ручек) – для развития силы и гибкости, улучшение координации движений).



- Моталочки (деревянные палочки или картонные трубочки, шнур, пластмассовые капсулы от киндер - сюрпризов с игрушкой внутри) - для развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений.
- Гантели (пластмассовые бутылочки от йогурта «Иммунели», гороха (наполнитель), скотч) – для укрепления опорно-двигательного аппарата, развития выносливости, общей координации.



- Авторское нестандартное физкультурное оборудование «Массажные ролики» (деревянные палочки от суши, разноцветные, пластмассовые крышки от детского питания (с проделанными отверстиями), колпачки от б/у фломастеров) – это универсальное, вариативное, нестандартное физкультурное оборудование, которое может использоваться как для выполнения физкультурных упражнений, самомассажа рук и стоп, так и для спортивных, подвижных игр: «Кто дальше прокатит ролик руками (ногами)?», «Городки», «Поменяйся местами», «Кольцеброс», соревнований.



- Авторское нестандартное физкультурное оборудование «Жираф» (широкая картонная труба, деревянный брус по длине трубы, пластиковая 10 л бутылка разрезанная на 2 части, деревянная подставка (основа на колёсиках) - для развития глазомера, меткости, координации движения, ловкости, внимания.



- «Валанчики» (сделанные из пластмассовых капсул от киндер - сюрпризов и кусочков атласных лент, сачок для ловли валанчиков).



« Гантели» (сделанных из маленьких пластмассовых бутылочек наполненных горохом и скреплённых между собой цветным скотчем).



- Авторское нестандартное физкультурное оборудование «Фонарики» (пластмассовые бутылочки от йогурта, верёвка (шнур) с привязанными крышками от бутылок (для закручивания) – для развития мелкой моторики рук, ловкости, быстроты движений; развития позитивного духа соревнований).



«Фонарики можно использовать для подвижных игр, эстафет: «Разноцветные фонарики», «Кто быстрее?», «Прикрути фонарик!» и др.

Дети с удовольствием применяют нестандартное физкультурное оборудование, как на занятиях по физической культуре, в ходе режимных моментов, так и в самостоятельной игровой деятельности.

Из опыта нашей работы хотелось бы отметить, что применение нестандартного физкультурного оборудования позволяет решить очень важные задачи в физическом развитии детей дошкольного возраста:

-повысить активный интерес детей к выполнению основных движений и подвижным играм;

-развить у детей чувство формы, цвета, воображения, наблюдательность, зрительную память, эстетический вкус;

- сформировать у детей физические качества и двигательные умения;

- способствовать формированию у детей коммуникативных навыков.

Как говорил Альберта Эйнштейна *"Все гениальное просто и все простое гениально"*.