

# СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ «НЕСТАНДАРТНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ В ДОУ»



Подготовила  
Балакина В.В  
Инструктор по  
физической культуре  
МБДОУ д/с № 4  
«Берёзка»  
С.Дзержинское

ЦЕЛЬ: ПРИОБЩЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ, ОПТИМИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ДЕТЕЙ И ПОВЫШЕНИЕ ИНТЕРЕСА К ФИЗКУЛЬТУРНЫМ ЗАНЯТИЯМ, ЧЕРЕЗ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ.

### Задачи:

- ◎ Определить возможные пути оптимизации двигательного режима детей.
- ◎ Познакомить с разнообразными видами нестандартного оборудования.
- ◎ Познакомить с техникой изготовления некоторых видов нестандартного оборудования.
- ◎ Дать практические навыки по использованию нестандартного оборудования.

## АКТУАЛЬНОСТЬ.

- ✓ *Гиподинамия современного ребёнка;*
- ✓ *Отсутствие необходимого оборудования.*
- ✓ *Оптимизировать двигательную активность детей посредством использования нестандартного оборудования!*



- ⦿ Физкультурное оборудование должно отвечать требованиям безопасности.
- ⦿ Инвентарь для физкультуры в детском саду должен быть гигиеничным.
- ⦿ Спортивные принадлежности должны быть красочными и привлекательными.



# НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Необычные спортивные приспособления — это дополнительная мотивация к физкультурно-оздоровительным процедурам.

Их применяют в любых видах активной деятельности детей:

- на физкультурных занятиях;
- в процессе утренней гимнастики;
- во время отдыха;
- игр.



# НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ОКАЗЫВАЕТ РАЗНОСТОРОННОЕ ВЛИЯНИЕ НА:

- ◎ развитие физических данных
- ◎ укрепление дыхательных органов
- ◎ профилактика нарушения зрительной функции
- ◎ профилактика плоскостопия
- ◎ развитие ловкости
- ◎ развитие мелкой моторики



# ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

## «БИЛЬБОКЕ»



**Материал:** верхняя часть пластиковых бутылок, контейнер от «киндер-сюрприза» или мячик, цветная нить или ленточка.

**Цель:** Совершенствование умения подбрасывать предмет вверх или ловить его; развивать глазомер, быстроту реакции, координация движений предплечья кисти и пальцев, ловкости, меткости, произвольности поведения. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества, формирование навыков самоконтроля.

**Вариант использования:** Дети подбрасывают контейнер вверх и бутылочкой ловят его. Если поймали — молодцы!

## «ВЕСЁЛЫЕ КАРАНДАШИ»



**Материал:** оборудование изготовлено из цветных карандашей или фломастеров, контейнер от киндер - сюрприза.

**Цель:** способствовать профилактике плоскостопия, массаж стоп. Улучшение кровообращения в пальцах, кистях рук и предплечий.

**Варианты использования:** Массаж ладоней (вращение ствола карандаша между ладонями), массаж кончиков пальцев, массаж тыльной стороны и внутренней стороны ладони. Массаж стоп, поднимание карандаша пальцами ног. Использование в качестве атрибутов.

## «МОТАЛОЧКИ»



**Материал:** Палки, шнур, сшитый из ткани круг, веревки.

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

**Использование:** Можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях. Дети наматывают шнур с привязанным предметом на палочку.

## «БАЛАНСИР»



**Материал:** Фанера, палка, самоклеющаяся пленка.

**Цель:** Развитие координации движений, равновесия, профилактика плоскостопия.

**Использование:** Для занятий ОРУ. Игра «Кто дольше удержит равновесие?»

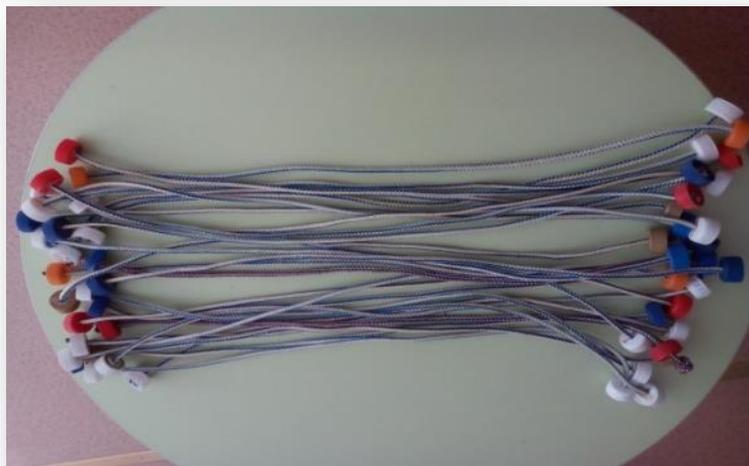
## «ШНУРОЧКИ»



**Материал:** шнур, шнурки, пояса; концы зафиксированы капсулами от киндер-сюрприза или пластиковыми крышками от бутылок.

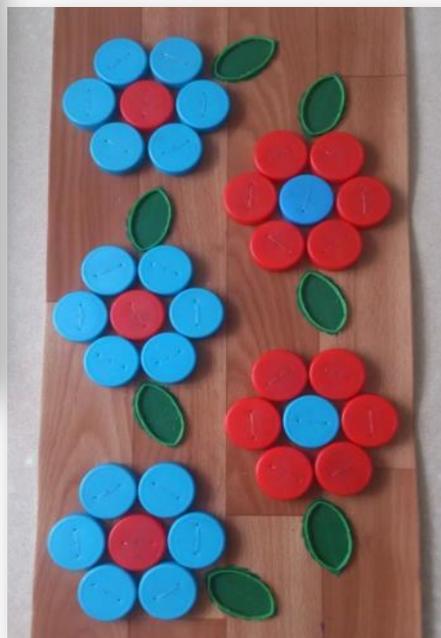
**Цель:** Развитие двигательной активности, ловкости движений, массаж стоп.

**Использование:** для ОРУ, для подвижных игр, как атрибуты, ходьба по шнурам, при обучении прыжкам на двух ногах. Игра «Ловишки с хвостиками»



# «ДОРОЖКА ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПЛОСКОСТОПИЯ»

**Материал:** на основу (линолеум, плотная ткань) нашивают и наклеивают различные бусины, крышки от пластиковых бутылок, пуговицы, карандаши, деревянные палочки, мочалки для посуды и т. д.



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

## Варианты

**использования:** дорожка здоровья предназначена для разнообразного воздействия на детские стопы. Используется для профилактики плоскостопия и улучшения кровообращения в нижних конечностях.

Применяется на физкультурных занятиях и в гимнастике пробуждения (ходьба и бег на носках, пятках, ладонях и стопах, крестным шагом, прыжки).

## «ПОПАДИ В ЦЕЛЬ»



**Материал:** коробка, деревянный щит, нарисованное лицо клоуна с вырезанным круглым отверстием на месте носа, мячики, шарик, ткань.

**Цель:** развитие ловкости, навыки попадания в цель, глазомер, координация движений; укреплять мелкую мускулатуру кистей рук.

**Варианты использования:** спортивные игры, индивидуальная работа с детьми. Добавить фото



# «ТРЕНАЖЕР- ЭСПАНДЕР»

**Материал:** ручки от пластиковых бутылок, костяшки от счёт, капсулы киндер-сюрприза, резинка.

**Цель:** развитие силы и гибкости, улучшение координации движений.

**Варианты использования:** эспандер называют универсальным тренажером, используются при выполнении общеразвивающих упражнений в старшем возрасте, так же используется для массажа.



## «МУСОРНЫЙ ПАКЕТ, МЕШОК»



**Материал:** мусорный пакет, мешок.

**Цель:** развитие двигательной активности, ловкости движений, координация движений.

**Варианты использования:** ОРУ, подвижные игры, эстафеты.

## «ПАРАШЮТ»



**Материалы:** ткань любая.

**Цель:** развитие функций опорно-двигательного аппарата, сообразительность, фантазии, ловкость, прыгучесть, меткость.

**Варианты использования:** командные игры, подвижные игры, ОРУ.

Вариантов нетрадиционного оборудования очень  
МНОГО...



## «КООРДИНАЦИОННАЯ (СКОРОСТНАЯ) ЛЕСТНИЦА»



- Координационная лестница — это своего рода удобный и компактный тренажер для выполнения упражнений на координацию, развитие ловкости, маневренности и выносливости.

**Будьте здоровы!**



**Спасибо за внимание!**