КГУ Реабилитационный центр УО г. Шымкент

Доклад

на тему: «Использование нестандартного оборудования в физкультурно- оздоровительной работе в ДОУ».

Подготовила инструктор лечебной физической культуры: Прокопьева Е.М.

первой кв. категории

Г. Шымкент – 2021 год

Данный доклад будет полезен как педагогам дошкольных образовательных учреждений, а также родителям.

От состояния здоровья детей в настоящее время зависит благополучие общества. Однако в последнее десятилетие во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, гиподинамия, - лишь некоторые факторы, которые агрессивно воздействуют на здоровье дошкольников. Исходя из практических наблюдений, можно отметить снижение интереса детей к организованной двигательной деятельности: их малоподвижность, нежелание 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 физиологических 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 перечисленные задачи можно решить на физкультурных занятиях, а также в играх, эстафетах и самостоятельной двигательной деятельности детей с применением нестандартного оборудования. Что же понимается под термином «нестандартное оборудование»?

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

Работая над проблемой повышения интереса детей к различным видам двигательной деятельности, можно разнообразить самостоятельную двигательную активность детей с помощью нестандартного физкультурного оборудования, сделанного своими руками из различных подручных средств и материалов, так как оно позволяет:

- повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр;

- развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие;

- воображение, зрительную память;

- развивать чувство формы и цвета;

- способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Конечно к нестандартному оборудованию предъявляются определённые санитарно-гигиенические требования.

Нестандартное оборудование должно быть:

1. Безопасным;
2. Максимально эффективным;
3. Удобным к применению;
4. Компактным;
5. Универсальным;
6. Технологичным и простым в изготовлении;
7. Эстетическим.

Представляю вашему вниманию оборудование, которое можно разработать и применять в работе с детьми.

Массажные коврики и дорожки.

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

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, ладонях стопах, скрёстным шагом, прыжки.

Тренажёры «Бильбоке».

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

Материалы: пластиковые бутылки из под сока, к которым на шнуре прикрепляются мягкие шарики.

Задания: поймать шарик ёмкостью.

Эспандер.

Цели: развитие силы и гибкости, улучшение координации движений.

Материалы: пустые катушки из под ниток, костяшки от счёт, шнур.

Эспандер называют универсальным тренажёром. В некоторых странах растягивание эспандера стало признаным видом спорта. Эспандеры используются при выполнении общеразвивающих упражнений с старшем возрасте.

Гантели.

Цели: развитие мышц плечевого пояса и рук.

Материалы: пластиковые ёмкости из под сока, наполненные крупой и соединённые друг с другом.

Задания: различные упражнения.

Султанчики.

Цели: развитие дыхательного аппарата (речевого дыхания).

Материалы: на деревянной палочке крепятся полоски полиэтиленового пакета.

Задания: дуть на полоски, усиливая или уменьшая воздушную струю.

Тренажёры для профилактики плоскостопия.

Цели: развитие и укрепление мышц стопы, воздействие на биологически активные точки стопы.

Материалы: крышки от пластиковых бутылок, цветные карандаши, фломастеры, цилиндры.

Задания: собирание крышек пальцами ног или перекладывание из одной ёмкости в другую; рисование цветными карандашами на листах бумаги; катание и захватывание цилиндров стопами.

Снаряды для метания «Бомбочки» и «Мешочки».

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

Материалы: мещочки с песком, связанные крючком бомбочки и наполненные паролоном.

Задания: попади в цель; пронеси, не урони.

Моталочки.

Цели: развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.

Материалы: палки, шнур, упаковки от киндер сюрпризов, сшитый из ткани круг, верёвки.

Использование: можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях. Дети наматывают шнур с привязанным киндером на палочку. Игра «Кто быстрей?»

Массаж сосновыми шишками.

Сосновые шишки намного грубее (колючие). Берём шишку и хорошо сжимаем в ладони, затем перекладываем в другую ладонь и повторяем упражнение 3-4 раза. Кладём шишку на ладонь и перекладываем из ладони в ладонь (упражнение выполняем 3-4 раза) .Катаем «колобки» (упражнение выполняем 5-6 раз). Катаем шишку до локтевого сгиба, меняем руку(выполняем упражнение 5-6 раз).

Тренажёр «Солнышко».

Описание: «солнышко» сделано из ткани и набито мягким паролоном. Глаза, нос, рот – из цветной клеящей бумаги.

Цели: развитие у детей навыка ползания, тренировка вестибулярного аппарата, укрепление мышц туловища и конечностей. Воспитание правильной осанки, внимания.

Движения выполняются в: режимные моменты, закаливание после дневного сна, на физкультурных занятиях, индивидуальная работа с детьми.

Результативность опыта.

Подводя итоги, при использовании нестандартного оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с детьми, можно отметить, что у детей:

- возрастает интерес к разным видам движений;

- появляется изобретательность в самостоятельной двигательной активности;

- наблюдается положительная динамика состояния здоровья;

- повышается уровень физического развития детей, физической работоспособности, общей выносливости;

- видна положительная динамика в коррекционной работе по профилактике плоскостопия и нарушения осанки.

Литература:

Гуленина О.А. Использование нестандартного физкультурного оборудования «Дошкольная педагогика». – 2008. -№2

Утрубина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников». 2011 г.

Воронова Е.К., Калабина И.А. Инструктор по физкультуре. 2011 г. №5