

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №4 «Ромашка» г.Светлоград

Выступление на РМО инструкторов по физической культуре

**Мастер- класс «Использование нестандартного оборудования при
проведении образовательной деятельности по физическому развитию в
ДОУ».**

Подготовил:
инструктор по ФИЗО
МКДОУ ДС № 4 «Ромашка»
И. В. Веселова
16.12.2020г.

г. Светлоград

Слайд -1.

Сегодня быть здоровым - актуально. «Береги здоровье смолоду»- этот девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребёнка с первых дней его жизни, ведь главная и великая ценность каждого человека - его здоровье.

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.

Специалисты в области физического воспитания дошкольников утверждают, 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.

Растить детей здоровыми, сильными, эмоциональными - задача каждого дошкольного учреждения. Педагоги **детского сада** проводят с детьми оздоровительные мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья дошкольника. Комплекс мер направленный на сохранение и укрепление здоровья дошкольника получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии». При **использовании в своей работе «здоровье сберегающих технологий»** перед собой мы ставим такие задачи:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни (алгоритм - от удовольствия к привычке, от привычки к потребности).
- развитие физических качеств и обеспечение хорошего уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка.
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни.
- поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям **физкультурой и спортом**.

Одной из приоритетных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучение и привитие навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста.

Важное значение в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно-пространственная среда, прежде всего это двигательная предметно-развивающая среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной.

Поэтому в нашем детском саду мы используем **физкультурное нестандартное оборудование**, изготовленное своими руками, не каждое учреждение может себе позволить купить новое физкультурное оборудование, а ведь новое спортивное **оборудование** - это всегда дополнительный стимул активации **физкультурно-оздоровительной работы**.

Слайд – 2.

При проектировании предметно-пространственной среды, способствующей формированию здорового образа жизни детей - дошкольников, следует исходить из необходимости учета следующих факторов:

- индивидуальных социально-психологических особенностей ребенка;
- особенностей его эмоционально-личностного развития;
- индивидуальных интересов, склонностей, предпочтений и потребностей.

В наше время в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора и т. д.). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

К сожалению, в детских садах еще есть дети, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата: сутуловатость, вялая осанка, уплощенная стопа, вальгусное положение пяток. В процессе роста организма по различным неблагоприятным причинам могут возникнуть деформации позвоночника, ног и стоп.

Как утверждал Гиппократ "Стопа - это фундамент, на котором стоит здание - наше тело", и поэтому в нашем детском саду мы внедрили в практику своей работы совершенно нестандартное оборудование для профилактики плоскостопия, которое используем после сна во время пробуждения. Дошкольникам обязательно нужно ходить босиком по разнообразным поверхностям. Выполнение упражнений с пособиями и дидактическим инвентарем повышает интерес к занятиям, улучшает качество их выполнения.

Нестандартное физкультурное оборудование используется во всех видах детской деятельности: в организованной, в самостоятельной, в свободной (отдых, индивидуальные занятия и игры). Оно позволяет повысить двигательную активность ребёнка, облегчить адаптацию, развить основные движения, поддержать положительные эмоции, разнообразить игровую деятельность, повысить уровень воспитательно-образовательного процесса, развивать каждого ребёнка с учётом его интересов и желаний.

Конечно же, при изготовлении и использовании нестандартного оборудования необходимо помнить, что к нестандартному оборудованию предъявляются определённые санитарно-гигиенические требования.

Слайд – 3.

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.

Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Оно объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску. Нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в играх; вызывает радость и положительные эмоции.

Представляю вашему вниманию **оборудование**, изготовленное нами и применяемое в работе с детьми нашей группы.

Дорожки здоровья и массажные коврики

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

Материалы: на основу (линолеум, плотная ткань) нашивают и наклеивают различные крышки от пластиковых бутылок, камни, пуговицы, веревки, семена фасоли, деревянные палочки и т.д.

Задания: ходьба и бег на носках, пятках, ладонях и стопах, прыжки.

Занятия с использованием коврика со следочками способствуют формированию фундаментальных координационных способностей детей: пространственной ориентации, равновесия, ритма, различных реакций. Занятия на коврике «Гофр» со следочками полезны также и для предупреждения и коррекции плоскостопия.

Слайд -4.

Массажные коврики

Изготовлены мною по моему же проекту, рекомендую **использовать** для занятий с детьми, имеющими плоскостопие, а также для занятий по профилактике плоскостопия у всех детей. Детям очень нравится заниматься на этих ковриках.

Цели: развитие мышц нижних конечностей, координации, ловкости, внимания, массаж рефлекторных зон стопы.

Материалы: остатки полипропиленовых труб и труб из металлопластика, веревка.

Тренажеры для профилактики плоскостопия

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

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

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

Слайд -5.

Тренажёры «Бильбоке»

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

Материалы: пластиковые бутылки из-под воды, к которым на шнуре прикрепляются контейнеры от киндер-сюрпризов, шарики.

Задания: поймать шарик ёмкостью.

Слайд – 6.

Гантели

Цели: развитие мышц плечевого пояса и рук.

Материалы: пластиковые ёмкости из-под воды, наполненные крупой, солью и соединённые друг с другом при помощи деревянных палочек и скотча.

Задания: различные общеразвивающие упражнения.

Слайд – 7.

Султанчики большие

Цель: развитие мышц плечевого пояса и рук.

Материалы: синтетические нити.

Задания: различные общеразвивающие упражнения, танцевальные упражнения.

Слайд – 8.

Игра «Футбол»

Цель: развитие дыхательного аппарата.

Материал: маски-ворота из плотного картона или фанеры, шарики.

Задание: дуть на шарики, усиливая или уменьшая воздушную струю до тех пор, пока шарик не окажется в воротах.

Слайд – 9.

Снаряды для метания «Мешочки», «Снежки».

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

Материалы: мешочки с солью, обручи из контейнеров от киндер-сюрпризов и крышек от пластиковых бутылок.

Задание: попади в цель.

Слайд – 10.

«Кольцеброс»

Материал: деревянные палочки, прикрепленные к основе, кольца из плотного картона, скотч или изолента.

Цель: развивать ловкость, меткость, глазомер, координацию движений.

Задание: попади в цель.

Слайд – 11.

«Моталочки»

Цель: развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества
Материал: палки, веревки, легкие игрушки.

Слайд – 12.

«Скачки на лошадях» или «Наездники»

Цель: учить двигаться друг за другом, согласовывать свои действия,
-развивать координацию движений
настойчивости, позитивного духа соперничества

Материал: Лошадки

Лошадок можно использовать ввремя проведения эстафет - скачки на скорость, как индивидуально, так и в командных составах;

во время прогулок;

во время физкультурных занятий;

во время индивидуальной работы с детьми.

Дети получают радость от таких игр. Они чувствуют себя настоящими наездниками. Использование: можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях.

Нестандартное оборудование мы используем во всех видах детской деятельности: как в организованной (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, гимнастика после сна и т. д., так и в самостоятельной, свободной (отдых, индивидуальные занятия и игры). Оно позволяет повысить двигательную активность ребёнка, облегчить адаптацию, развить основные движения, поддержать положительные эмоции, разнообразить игровую деятельность, повысить уровень воспитательно -образовательного процесса, развивать каждого ребёнка с учётом его интересов и желаний.

Гармоничное сочетание разнообразных форм, цветовой гаммы разных пособий вызывает у детей положительные эмоции. Рациональная двигательная активность детей в многообразии условий физкультурно-игровой среды формирует у детей привычку к регулярным занятиям физической культурой.

