М Д О У «Детский сад «Дружба»р.п. Дергачи»

Проект

«Нестандартное оборудование для двигательной активности детей»

Воспитатель: Орлова Оксана Николаевна.

Актуальность темы.

Основной задачей дошкольных учреждений является оздоровление, обеспечение разностороннего физического развития ребенка, детский сад имеет определенные, которые позволяют в полной мере заниматься оздоровлением дошкольников. Это закаливающие процедуры в группах, дыхательная гимнастика и точечный массаж, утренняя гимнастика физкультурные занятия и бассейн, спортивные праздники и развлечения, дни здоровья, разнообразные кружочки.

Не секрет, что в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статическом положении за столами, у телевизора и т. д.

В последнее время в детском саду увеличилось количество детей, имеющих нарушения опорно-двигательного . Я считаю, что главное назначение физической культуры — движение и активный отдых, которые должны помочь детям избавиться от синдрома гиподинамии.

Новое спортивное оборудование — это всегда дополнительный стимул акти­визации физкультурно-оздоровительной работы с детьми,

Многообразен и непредсказуем мир вещей, способных обрести вторую жизнь благодаря творчеству выдумке и умелым рукам. Не одно поколение использова­ло для реализации своих фантазий ку­риные яйца, катушки, пробки, спичеч­ные коробки и др.

На смену исчезающим бытовым любимцам мы выбрали современные предметы, которые привлекли нас не­обычными формами и материалами, из которых они сделаны: футляры от «киндер-сюрпризов», пластиковые буты­лочки, баночки из-под йогуртов, а так­же всевозможные упаковки, резиновые пробки, бобины из-под скотча и т д. Эти бесполезные на первый взгляд предме­ты превратились в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик.

Детям на физкультурных занятиях должно быть, прежде всего, интересно.

не последнюю роль в создании захватывающей атмосферы занятия играет оборудование, особенно нестандартное.

Проблема проекта:

Развитие движений в младшем возрасте -это потребность или путь к здоровью?

Цели:

* Нестандартное оборудование позволяет более быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки, способствует повышению интереса к физкультурным занятиям.

Задачи

* Формировать двигательные умения и навыки.
* Приобщать детей к здоровому образу жизни.
* Развитие творчества, фантазии при использовании нетрадиционного оборудования.
* Способствовать развитию культуры движений и телесной рефлексии.
* Вызвать у детей интерес к использованию нетрадиционного оборудования на занятиях и в свободных видах деятельности.

Предполагаемые результаты:

**Для детей:**

1.Формирование представления о З О Ж.

2.Развитие двигательной активности.

3.Интерес к занятиям физического развития.

4.Владение культурно-гигиеническими навыками.

**Для родителей:**

1 Вовлечение всех родителей в работу над проектом.

2.Поиск новых форм и методов работы с родителями в работе по данной теме.

**Итог проекта:**

Изготовление родителями нестандартного оборудования для двигательной активности детей.

Нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в играх; вызывает радость и положительные эмоции. Материалы для изготовления такого пособия разнообразны и малозатратные: футляры от «киндер-сюрпризов», пластиковые бутылочки из-под йогуртов, разные пуговицы, ткань, бобины из -под линолеума и т.д. Эти, бесполезные на первый взгляд, предметы превратились в забавные игрушки и пособия для выполнения различных упражнений и корригирующих гимнастик. Достигнув цели расширить предметно-развивающую среду путем создания нового нестандартного оборудования, помогающего полноценному физическому развитию детей, мы решаем следующие задачи:  
- Обеспечить высокую двигательную активность, совершенствуя движения детей и их физические качества.  
-Развивать творческое воображение, стремление к активности, самостоятельности.  
- Развивать у детей интерес к процессу движений с использованием нестандартного оборудования.  
- Создавать и закреплять позитивное психосоматическое состояние.  
- Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, стремление прийти на помощь друг другу.  
Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Нестандартное оборудование 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.

ГАНТЕЛИ  
Можно использовать для общеразвивающих упражнений на занятиях физкультурой.   
Цель: Развиваются мышцы плечевого пояса, рук и спины.  
Материалы: Пластиковые бутылки, песок.

БАРЬЕРЫ  
Можно использовать для перешагивания, перепрыгивания, подлезания, преодоления препятствий.   
Цель: Стимулируются энергичные действия, различные физические качества.  
Материалы: Деревянные палочки, металлические крышки от стеклянных банок.

ВЕСЕЛЫЕ ПОГРЕМУШКИ  
Можно использовать для общеразвивающих упражнений на занятиях физкультурой. Погремушки придают упражнениям характер конкретных заданий ( поднять, положить, погреметь)   
Цель: Развиваются мышцы плечевого пояса, рук и спины.  
Материалы: Пластиковые бутылки, деревянная палочка, горох, фасоль, кукуруза.

МАССАЖНАЯ ДОРОЖКА  
Использовать для массажа ступней, ходьба с целью профилактики плоскостопия.  
Цель: Стимулирует работу внутренних органов. Развивает координацию движений, равновесие.  
Материалы: Резиновый коврик, деревянные палочки, камушки, пуговицы, поролон.

РАЗНОЦВЕТНЫЕ РУЧЕЙКИ  
Можно использовать для прыжков через «ручей», для ходьбы по «дорожке» ( по узкой по широкой).  
Цель: Упражнение развивают координацию движений, прыгучесть, ловкость, укрепляют мышцы ног.  
Материалы: Линолеум, деревянные палочки, пластмассовые палочки.

РАЗНОЦВЕТНЫЕ ПЕНЕЧКИ   
Можно использовать на занятиях для перешагивания, бега змейкой.  
Цель: Развивает устойчивость во время движений и в статическом положении, координацию движений.  
Материал: Ведра из- под майонеза, банки из-под кофе.

ЗМЕЯ  
Использование: Для перешагивания, перепрыгивания, построение в шеренгу, колонну, круг, для игр и забав.  
Цель: Развивает мышцы туловища, координацию движений, ловкость, положительные эмоции.  
Материал: Капсулы киндер-сюрприз, крышки от пластиковых бутылок.

ШТАНГА   
Использование: Для упражнений в равновесии, игр и забав.  
Цель: Развивает мышцы плечевого и брюшного пояса, координацию движений.  
Материал: Деревянный черенок и деревянные кольца.

ЛИПКИЕ РУКАВИЧКИ  
Использование: Для ловли мяча.  
Цель: Развивает координацию движений, глазомер, ловкость, умение играть в паре, положительные эмоции.  
Материал: Ткань (или готовые варежки), « липучки».

ПОРОЛОНОВЫЕ МЯЧИ  
Использование: Ходьба змейкой между мячами, бросание вдаль из-за головы двумя руками, толкание мяча головой перед собой, перешагивание через мячи, перебрасывание мяча друг другу из разных положений.  
Цель: Развивает координацию движений, глазомер, ловкость, умение играть в паре, положительные эмоции.  
Материал: Ткань, поролон.

ЛЫЖИ  
Использование: Для игр эстафет,преодоления препятствий.  
Цель: Развивать ловкость, быстроту движения, умение ориентироваться на местности.  
Материал: Пластиковые бутылки, резинки.

ХОДУЛИ  
Использование: Для игр.  
Цель: Развивать ловкость, координацию движений, выносливость.

КОЛЬЦЕБРОС   
Использование: Для игр.  
Цель: Развивать глазомер детей, координацию движений, ловкость, упражнять в счете, воспитывать волевые качества.  
Материал: состоит из пластиковых бутылок, закрепленных на трапециевидной поверхности.

БОЙ ПОДУШКАМИ  
Использование: Для игр.  
Цель: Развивать глазомер детей, координацию движений, ловкость, воспитывать волевые качества.  
Материал: вата, материал.

ДРАКОН КУСАЕТ СВОЙ ХВОСТ  
Цель: Развивать быстроту реакции, ловкость, скорость, внимание.  
Описание игры: Ребенку на голову одевают голову дракона, все берут канат и держатся за него, первый «голова», последний « хвост», первый ребенок пытается дотронутся до последнего, а последний старается увернутся.  
Материал: голова дракона из папье-маше, канат.

ПОЙМАЙКА С ШАРИКОМ; ПОЙМАЙКА С КОЛЬЦОМ.  
Использование: Для игр.  
Цель: Развивать глазомер детей, координацию движений, ловкость, воспитывать волевые качества.  
Материал: пластиковая бутылка, на ней закреплена веревка с мячиком.  
Палка, на ней закреплена веревка с кольцом.

КАРУСЕЛЬ  
Использование: Для игр.  
Цель: Развивать ловкость, координацию движений, воспитывать волевые качества.

ШКОЛА МЯЧА.  
Использование: Для игр.  
Цель: Развивать физические качества, формировать правильную осанку  
Материал: Футбольный мяч для дошколят – это мягкий резиновый мяч с петлей. Резиновый шнур прикреплен одним концом к петле мяча, другим фиксируется на талии ребенка.  
Материал: Мяч, резиновый шнур.

РЕЗИНОВЫЕ ЖГУТЫ.  
Использование: Для упражнений.  
Цель: Развивать общею координацию движений, растяжением и расслаблением позвоночного столба, укреплением мышечного тонуса.  
Материал: Жгут длина 1м. ширина 5 см., шведская стенка.

ГОРОДКИ  
Использование: Для игр.   
Цель: Развивать физические качества, глазомер детей, координацию движений, ловкость, воспитывать волевые качества.  
Материал: Деревянные палочки, бита.

Массажер «ножной»

Использование: массаж стоп.

Материал: дерево, деревянные колечки .

«Эспандер ручной»

Используется :для развития мышц плечевого пояса.

Материал: верёвка и пробки от пластиковых бутылок.

«Следочки, ладошки»

Используется :для закрепления понятий «левая нога», «правая нога», для общеразвивающих упражнений.

Материал:куски линолиума.

Игры с нестандартным оборудованием.

* «***Весёлые дорожки***»:
* а) «Не намочи ноги»- младший возраст- ходьба в прямом направлении по сигналу педагога или родителей.
* б) « Не упади»- старший и младший возраст- ходьба по канату в прямом направлении на вей стопе и боком на пятках, на носках, на середине стопы.
* «***Многоуровневые стойки***»:
* а) « Перепрыгни- не задень»- прыжки на двух ногах через перекладину в высоту.
* б) «Подлезь- не задень»- подлезание под перекладину (можно использовать в эстафетах на скорость).
* в) « Не задень верёвку»- в эстафетах бег змейкой по сигналу педагога или родителей.
* «***Туннель***»:
* а) «Пролезь в туннель» -в игре принимают участие две команды по пять человек(на скорость).
* «***Забавны клоун***»:
* а) «Всем здравствуйте»- младший возраст- подлезть на четвереньках под клоуном и поздороваться с ним за руку.
* б) «Поздоровайся с клоуном»- старший возраст - подлезание в прямом направлении, правым и левым боком.
* «***Кольцеброс***»:
* а) «Попади в цель»- старший возраст- играющие договариваются о количестве колец, которые каждый из них будет набрасывать, становятся на определённое расстояние( от 1м-до 3-хм) от клоуна и набрасывают по одному все кольца.
* ***Игры с нестандартным оборудованием «Парашют»***
* ВОЛНА»  
  Поочередное поднимание и опускание рук, чтобы получались волны.  
    
  «КТО БЫСТРЕЕ»  
  Дети одновременно поднимают руки вверх, двое, по указанию педагога, в это время под парашютом меняются местами.   
    
  «КЛОУН»  
  Дети одновременно поднимают руки вверх, один, по указанию педагога, встает в центре парашюта, чтобы голова прошла в отверстие в центре парашюта.   
    
  «КАРУСЕЛЬ»  
  Держась за ручки парашюта, идут по кругу, говоря слова «Еле-еле, еле-еле завертелись карусели…»  
    
  «МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ…»  
  Держась за ручки парашюта, делают движения руками, изображая волны. После слов «Морская фигура замри…» делают какую-нибудь фигуру, не отпуская парашют. Для усложнения: фигура на одной ноге.

Литература

1. Л.Глазырина. «Физическая культура – дошкольникам». М.: «Владос», 2001год.
2. Б.Егоров. «Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми». Журнал «Дошкольное воспитание». 2001год.
3. Н.Попова, Е.Харламов. «Дыхательная гимнастика для детей в домашних условиях». Издательский центр «Март». Москва- Ростов-на-Дону, 2004год.
4. М.Рунова. «Корригирующая лечебная гимнастика». Журнал «Дошкольное воспитание». 1999год, №12.
5. М. Рунова. «Формирование и коррекция осанки. Профилактика нарушения осанки». Журнал «Дошкольное воспитание». 2002год, № 12.
6. А. Саркисян, Г. Овакемян. Как выработать правильную осанку у младших дошкольников». Журнал «Дошкольное воспитание». 1989год,№ 4.
7. Л.Фомина. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду». Москва: Просвещение,1984год
8. Т.Е.Харченко Организация двигательной деятельности в детском саду

М.: «Детство-пресс»2010год.