



МБДОУ «Детский сад № 9 «Журавлик» станицы Марьинской

**Опыт работы
инструктора по физической культуре
Колпаковой О.Г.**

**«Использование нетрадиционного оборудования в
физкультурно-оздоровительной работе с
детьми дошкольного возраста»**

1. Актуальность опыта

Актуальность - поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Надо признать, что в современном обществе приоритетным становится интеллектуальное развитие ребенка. Исследования последних лет свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своём испытывают дефицит движения. Одной из причин этого является их длительное пребывание в сидячем положении: у телевизоров, компьютеров, за столами, особенно это касается детей старшего дошкольного возраста, когда идёт интенсивная подготовка к школе. Подобная гиподинамия приводит к увеличению статической нагрузки на определённые группы мышц, снижению сил работоспособности мускулатуры, нарушению функций организма. Поэтому необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физкультурой и спортом, развивая интерес к движению, как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым.

Поиск путей разрешения данной проблемы определил цель работы по данной теме.

Цель:

Достижение положительной динамики в процессе физкультурно – оздоровительной работы по средствам использования нестандартного оборудования.

Для достижения данной цели необходимо решить следующие **задачи**:

1. Укреплять здоровье детей.
2. Обогащать знания детей о мире предметов.
3. Расширять круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений с нестандартным оборудованием, их оздоровительном значении.
4. Применять нестандартное оборудование в самостоятельной деятельности для повышения двигательной активности.
5. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.

ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ: использование нетрадиционного оборудования в физкультурно оздоровительной работе.

ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ: педагогические условия использования оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками.

2. Описание основных методов и методик.

- *Форма проведения:* занятия, утренняя гимнастика, развлечения, праздники, досуги, подвижные игры, физкультминутки, самостоятельная игровая деятельность.
- *Форма организации:* групповая, подгрупповая, индивидуальная.
- *Методы:* наглядные - использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, диафильмы, кинофильмы), имитации (подражания), зрительных ориентиров, звуковых сигналов, показ физических упражнений.

Словесные - с помощью слова детям сообщают знания, дают задания, повышают интерес к их выполнению, анализируют и оценивают достигнутые результаты.

Практические - применяются для создания мышечно - двигательных представлений о физических упражнениях и закреплении двигательных навыков и умений. У детей легко образуются временные связи, но без повторения они быстро угасают, поэтому

важно уметь рационально распределять повторение упражнений во времени, чтобы не утомлять детей на одном занятии.

- *Приёмы:* вводная беседа, показ, команды, игровой приём, художественное слово, индивидуальная работа, анализ, поощрение.

3. Новизна.

Новизна опыта состоит в том, что в нем представлено рациональное использование нетрадиционного физкультурного оборудования, позволяющее шире использовать различные упражнения, варьировать задания в педагогическом процессе, с целью совершенствования физических качеств, развития творческих способностей дошкольников.

Новизна заключается в необычной форме и красочности нестандартного оборудования, которое привлекает внимание детей и повышает их интерес к выполнению основных движений и упражнений, способствует высокому эмоциональному тону во время занятий. Нестандартное оборудование – это дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому оно никогда не бывает лишним и скучным.

4. Технологичность.

Чтобы обеспечить воспитание здорового ребёнка, работу на первом этапе в нашем детском саду я вела по нескольким направлениям:

- Анализ научно-методической литературы;
- Создание материально-технических, кадровых, организационных, научно-методических условий;
- Разработка программы «Здоровый ребёнок»;

Весь процесс внедрения нетрадиционного оборудования в работу дошкольного учреждения строился в три этапа.

Первый этап: «Диагностико-прогностический»

Цель: Изучение возможностей и потребностей педагогического коллектива и родителей по оздоровлению детей.

Второй этап: «Практический»

Цель: Введение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.

Третий этап: «Обобщающий»

Цель: Совершенствование результатов проекта.

С.Я Файнштейн утверждал, что ни имитация, ни образы не дают такого положительного результата при выполнении двигательных заданий, как оборудование и пособия. Это и побудило меня к поиску и внедрению нового нестандартного оборудования для использования его на физкультуре, с целью повышения интереса к непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию, для укрепления здоровья детей и совершенствования физических качеств.

Свою работу я начала с изучения соответствующей научной и методической литературы, составила план оснащения предметной развивающей среды по физическому развитию в группах.

Разработанное и изготовленное мною нестандартное оборудование несложное, недорогое, универсальное, малогабаритное вносит в каждое мероприятие с детьми элемент новизны. Эти пособия многофункциональны, что дает возможность применять их в различных видах деятельности. Детей привлекают необычные формы, красочность такого оборудования, что способствует более высокому эмоциональному тону во время проведения непосредственно образовательной деятельности и интересу детей к ним, формирует потребность к движению. Нестандартное оборудование – это дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому оно никогда не бывает лишним и скучным. Нестандартное оборудование я применяла во всех спортивных мероприятиях: физкультурная

непосредственно образовательная деятельность, эстафеты, спортивные праздники и досуги, в подвижных играх, на утренней зарядке.

Я разработала конспекты непосредственно образовательной деятельности и общеразвивающих комплексов с использованием изготовленного мной нестандартного физкультурного оборудования и успешно применяю их на практике. В группах созданы физкультурные «центры здоровья», где в доступном для детей месте находятся пособия для развития двигательной активности. Это и фабричное спортивное оборудование, и нестандартное, изготовленное детьми, педагогами и родителями. Здесь можно увидеть различные массажные и ребристые дорожки, для профилактики плоскостопия, кольцебросы, «ловушки», мягкие мишени, разноцветные флажки, ленты, косички, султанчики и многое другое. Нестандартное оборудование используется в нашем детском саду во всех видах физкультурно-оздоровительной работы: во время проведения утренней гимнастики, оздоровительной гимнастики, в игровой деятельности, непосредственно образовательной деятельности, развлечениях, досугах.

«Уроки здоровья». Разработан цикл занятий «Познай себя» и физкультминуток «Отдыхаем - здоровья прибавляем». В детском саду проводятся «дни здоровья». В практику дошкольного учреждения внедряется опыт нетрадиционных технологий: ритмопластика, музыкотерапия, самомассаж, релаксационные упражнения, разные виды оздоровительной гимнастики (ритмическая, корригирующая, дыхательная). Традиционным стало у нас проведение перед началом занятий психологических оздоровительных минуток, а на занятиях - физкультминуток и пальчиковых игр. В режиме дня детского сада - гимнастика для глаз, упражнения после сна. Проведение мероприятий по физическому развитию с использованием нестандартного оборудования показало, что интерес к ним возможен за счет его эффективного использования, что позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки.

Спортивно-игровое нестандартное оборудования призвано содействовать решению, как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и решению задач их всестороннего развития и формирования личности, а именно:

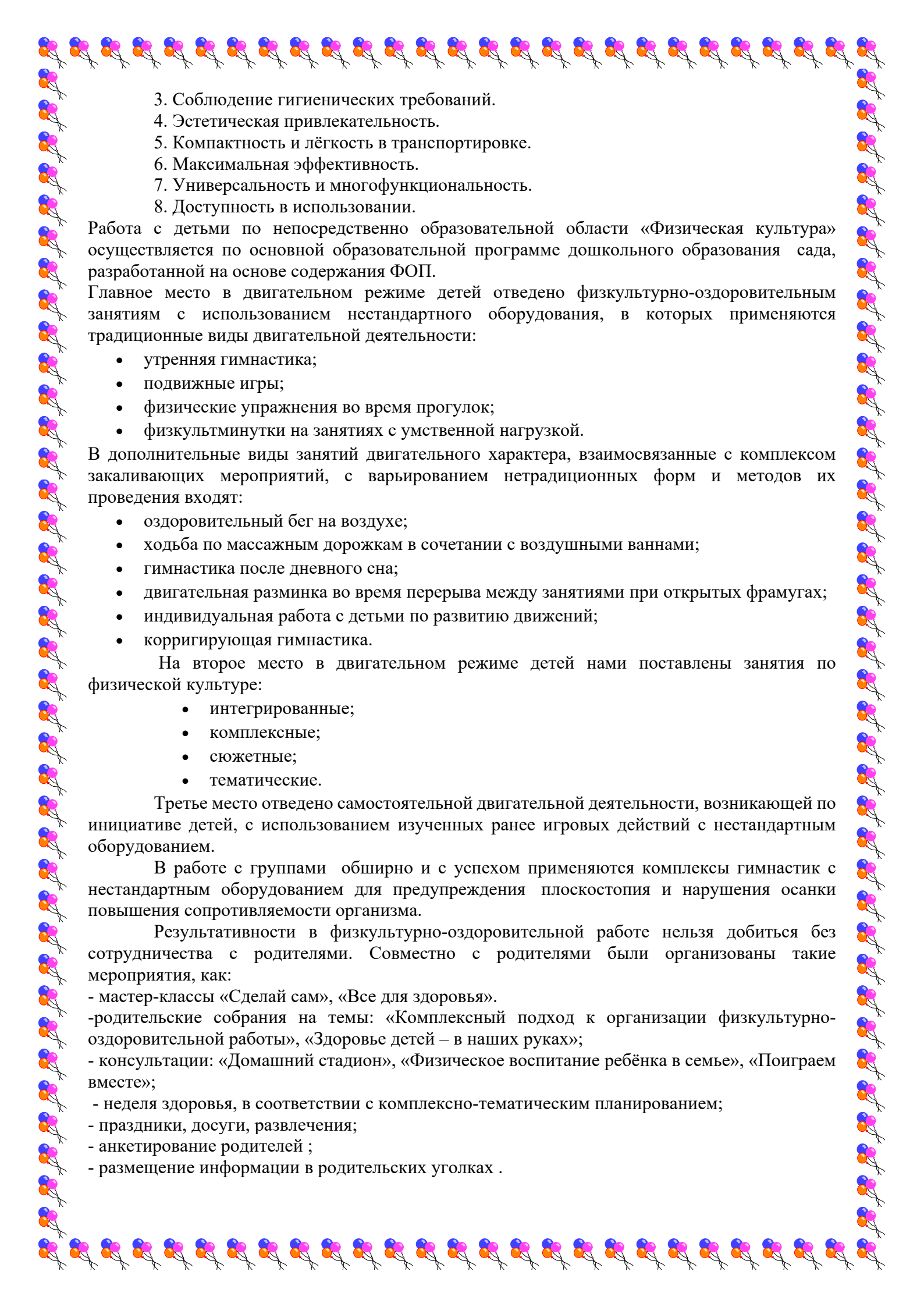
1. Обогащать знания о мире предметов и их многофункциональности
2. Приучать ощущать себя в пространстве, ориентироваться в нём.
3. Создать условия для проявления максимума самостоятельности, инициативы, волевых усилий.
4. Приучать применять предметы спортивно-игрового нестандартного оборудования в самостоятельной деятельности.
5. Пробуждать интерес к спортивным играм, занятиям, расширять круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений, их оздоровительном значении.

Задачи физического развития можно решать с применением нетрадиционного оборудования, которое позволяет:

- Повышать интерес детей к выполнению основных движений и игр;
- Способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей;
- Чередовать различные виды активности детей, направляя их интересы, стимулируя желания детей заниматься двигательной деятельностью;
- Повысить моторную плотность физкультурных занятий; 4
- Уточнять представления о форме предметов, положении частей, их относительной величине, о цвете предметов; развивать чувство цвета и формы;
- Развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память.

Требования, предъявляемые к нестандартному оборудованию:

1. Безопасность в использовании.
2. Простота в изготовлении.

- 
3. Соблюдение гигиенических требований.
 4. Эстетическая привлекательность.
 5. Компактность и лёгкость в транспортировке.
 6. Максимальная эффективность.
 7. Универсальность и многофункциональность.
 8. Доступность в использовании.

Работа с детьми по непосредственно образовательной области «Физическая культура» осуществляется по основной образовательной программе дошкольного образования сада, разработанной на основе содержания ФОП.

Главное место в двигательном режиме детей отведено физкультурно-оздоровительным занятиям с использованием нестандартного оборудования, в которых применяются традиционные виды двигательной деятельности:

- утренняя гимнастика;
- подвижные игры;
- физические упражнения во время прогулок;
- физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой.

В дополнительные виды занятий двигательного характера, взаимосвязанные с комплексом закаливающих мероприятий, с варьированием нетрадиционных форм и методов их проведения входят:

- оздоровительный бег на воздухе;
- ходьба по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами;
- гимнастика после дневного сна;
- двигательная разминка во время перерыва между занятиями при открытых фрамугах;
- индивидуальная работа с детьми по развитию движений;
- корригирующая гимнастика.

На второе место в двигательном режиме детей нами поставлены занятия по физической культуре:

- интегрированные;
- комплексные;
- сюжетные;
- тематические.

Третье место отведено самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей, с использованием изученных ранее игровых действий с нестандартным оборудованием.

В работе с группами обширно и с успехом применяются комплексы гимнастик с нестандартным оборудованием для предупреждения плоскостопия и нарушения осанки повышения сопротивляемости организма.

Результативности в физкультурно-оздоровительной работе нельзя добиться без сотрудничества с родителями. Совместно с родителями были организованы такие мероприятия, как:

- мастер-классы «Сделай сам», «Все для здоровья».
- родительские собрания на темы: «Комплексный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы», «Здоровье детей – в наших руках»;
- консультации: «Домашний стадион», «Физическое воспитание ребёнка в семье», «Поиграем вместе»;
- неделя здоровья, в соответствии с комплексно-тематическим планированием;
- праздники, досуги, развлечения;
- анкетирование родителей ;
- размещение информации в родительских уголках .

- на сайте нашего ДОУ регулярно размещаются фотографии о спортивной жизни и мероприятиях организации.

Таким образом, можно сказать, что только круглогодичный, системный подход к организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ и семье позволит эффективно способствовать укреплению и сохранению здоровья воспитанников, даст положительную динамику оздоровления организма, позволит добиться высоких результатов. Грамотная организация предметно - развивающей среды в физкультурном зале и группах, пополнение спортивного инвентаря нестандартным физкультурным оборудованием и его регулярное и правильное использование в процессе работы с детьми, помогли нам максимально снизить статический компонент в режиме дня воспитанников, а также способствовали повышению двигательной деятельности каждого ребёнка, его всестороннему психофизическому развитию.

Характеристика нестандартного оборудования, используемого в работе с детьми дошкольного возраста

№ п/п	Оборудование	Применение	Развитие
1.	«Косы»	ОРУ, ОВД, прыжки, подвижные игры	Развивает быстроту реакции, силу, ловкость, координацию движений, равновесие, вестибулярный аппарат
2.	«Забавные воротики»	Применяется в ОВД, эстафета, соревнованиях, спортивных играх	Развивает координацию движений, гибкость, ловкость, умение лазать на четвереньках
3.	«Цветные колпачки»	Подвижные игры, метание, подбрасывание, ОРУ, ОВД, ориентир, ограничитель, строительство пирамидок	Развитие глазомера, координации движений, равновесия, сохранения правильной осанки
4.	«Ручеёк»	ОВД (перепрыгивание, ходьба, перешагивание), игры, сюжетные занятия, массаж стоп.	Координация движений, профилактика плоскостопия, ловкость, равновесие, прыгучесть.
5.	Массажёр «Ёжик»	ОРУ, ОВД, самомассаж стоп, голени, спины	Профилактика плоскостопия, нарушения осанки
6.	«Лужи»	ОВД, игровые задания, метание в горизонтальную цель	Ловкость, координацию движений, равновесие, меткость
7.	«Эспандер»	ОРУ, самомассаж спины	Профилактика нарушения осанки
8.	Балансир «Следочки»	ОВД, корригирующая гимнастика, самостоятельная двигательная деятельность.	Формирование правильной осанки и коррекция её нарушений, равновесие, координация движений, укрепление мышц ног и поясничного отдела.
9.	«Массажные коврики»		Формирование и укрепление свода стопы, осанки, профилактика плоскостопия, стимулирование внутренних органов.

10.	«Волшебные классики»	«Дорожка следов», «Классики», «Цифровой квадрат» и др. ОВД, эстафеты, развлечения.	Ориентировка в пространстве, координация движений, умение различать правую и левую ноги, закрепление счёта от 1-10
11.	«Весёлая змейка»	ОВД, закаливание, профилактика плоскостопия.	Массаж стоп, координация движений, равновесие
12.	«Бусы»	ОРУ, игровые задания, подвижные игры, атрибут в развлечениях.	Быстрота, ловкость, координация движений.
13.	«Цветные палочки»	ОРУ; метание на дальность; эстафетная палочка; игра «Городки»; палочки-кегли; палочки-ориентеры; массажёр стопы.	Ловкость, глазомер, внимание, ориентировку в пространстве, закрепление знаний основных цветов, профилактика плоскостопия.
14.	«Парашют»	Перешагивание, ориентир, ограничитель, ОРУ, ОВД.	Устойчивость во время движений и в статическом положении, координацию движений
15.	«Бильбоке»	Самостоятельная деятельность, для игр	Развития ловкости, внимания, глазомера, быстроты реакции, умения регулировать и координировать движения, формирование навыков самоконтроля
16.	«Ветерок в бутылке»	Дыхательная гимнастика	<i>Органы дыхания</i>
17.	«Труба здоровья»	Для основных видов деятельности (перешагивания, перепрыгивания, обегания)	Устойчивость во время движений и в статическом положении, координацию движений
18.	«Рыбалка»	Подвижная игра	Развивает мелкую моторику пальцев рук, ловкость
19.	«Осьминожка»	ОРУ, ОВД, игры – соревнования, сюрпризный и игровой момент в сюжетном занятии	Укрепление мышц ног, рук, спины, плечевого пояса, брюшного пресса, равновесия
21.	«Султанчики»	Для общеразвивающих упражнений (ОРУ), помогают в создании веселой, красочной атмосферы, праздника, развлечения, соревнования.	Развивает мускулатуру рук
22.	«Силачи» ОРУ	Тренажёр для рук,	Развивает мускулатуру рук
23.	Дорожки «Здоровья»	» Для профилактики плоскостопия у детей	Массаж стоп

24.	«Мягкие мячики»	Игра с мячом, для метания	Развитие глазомера, меткости
25.	«Разноцветные ленточки»	Подвижные игры, при выполнении ОРУ, на праздниках и для забав, для выполнения музыкальных упражнений	Развития координационных способностей
26.	«Липкие рукавички»	Самостоятельная, свободная деятельность, игры -соревнования	Развивает координацию движений, глазомер, ловкость, умение играть в паре, положительные эмоции
27.	«Весёлые колечки»	Кольцеброс, самостоятельная деятельность	Развитие меткости, глазомера
28.	«Необычные гантели»	ОРУ, самостоятельная деятельность	Развитие мускулатуры рук
29.	«Мешочки для метания»	ОРУ, для метания вдаль, в горизонтальную и вертикальную цель	Развитие силы рук, профилактики нарушений осанки
30.	«Боулинг»	Свободная, самостоятельная деятельность детей, игры соревнования.	Ловкость, глазомер, меткость, координация движений, мелкая моторика рук, ориентировка в пространстве
31.	«Геометрические фигуры»	ОРУ, ОВД, самостоятельная деятельность детей, игры соревнования.	Развитие ловкости, прыгучести, меткости

Применяя нетрадиционное оборудование на физкультурных занятиях, играх и игровых упражнениях, эстафетах, занятиях на свежем воздухе мы повысили интерес детей к различным видам двигательной деятельности, увеличили объём двигательной активности, подняли эмоциональный настрой. Дети всех возрастов выполняют упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием с большим удовольствием и достигают хороших результатов.

Следует заметить, что эффективность работы по сохранению и укреплению здоровья детей зависит от чёткой слаженной работы с родителями. Опыт показывает, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов - если она не решается совместно с семьёй, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое сообщество (дети-родители-педагоги), для которого характерно содействие друг другу, учёт возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей

5. Результативность опыта.

Подводя итоги проделанной работы, можно отметить положительные результаты:

- возрос интерес детей к разным видам движений;
- появилась изобретательность в самостоятельной двигательной активности;
- положительная динамика состояния здоровья, снижение уровня заболеваемости;
- повышение уровня физического развития детей, физической работоспособности, общей выносливости;

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

6. Перспективы и возможности использования опыта.

Данный опыт может быть использован педагогами дошкольных образовательных учреждений, руководителями по физическому воспитанию.

В дальнейшем я намерена продолжить работу по формированию двигательной активности детей с использованием нестандартного оборудования.

Продолжать оснащать спортивный уголок нестандартным оборудованием в соответствии с возрастными особенностями детей.

7. Распространение педагогического опыта:

- Выступление на МО воспитателей ДОУ и показ физкультурного занятия на тему «Использование нестандартного оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками».
- Выступление на семинаре ДОУ на тему «Использование нестандартного оборудования на занятиях по профилактике и коррекции плоскостопия».
- Мастер класс «Использование координационной лестницы в работе с дошкольниками»
- Презентации для родительских собраний «Нестандартное оборудование – своими руками»

Литература:

Гуленина О.А. Использование нестандартного физкультурного оборудования «Дошкольная педагогика». – 2008. – № 2. – С. 35-38.

Бочарова Н.И. Самостоятельная двигательная деятельность детей в условиях групповой комнаты // Ребенок в детском саду. – 2008. – № 1. – С. 5-9.

Ильиных Ю.А. «Физкультдизайн» /Обруч. 2009 г. № 5 с. 38-41/

Воронова Е.К, Калабина И.А. / Инструктор по физкультуре. 2011г. №5 с. 10 – 20/.

Нагорных Н.С. Нестандартное оборудование для физкультурных занятий «Дошкольная педагогика». – 2003. – № 7. – С. 9-10.

Рунова М.А. «Двигательная активность ребенка в детском саду». 2010