

*Использование нестандартного  
физкультурного оборудования в работе с  
дошкольниками*



***«ЗДОРОВЬЕ НАШИХ ДЕТЕЙ ВО МНОГОМ  
ЗАВИСИТ ОТ ПОСТАНОВКИ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ В ДЕТСКОМ САДУ И СЕМЬЕ...»  
Н.М. АМОСОВ.***

Специалисты в области физического воспитания дошкольников утверждают, что именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье.

**Цель:** создать условия для формирования крепкого здоровья дошкольников .

- **Задачи:** *формировать* физические качества и двигательные умения детей *повысить* моторную плотность физкультурных занятий *развивать* у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память



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

*Требования*, предъявляемые к нестандартному физкультурному оборудованию:

*безопасное*

*удобное к применению*

*компактное*

*универсальное*

*технологически простое в изготовлении*

*эстетически оформленное*

## *Массажные коврики и дорожки*

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

**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 и стопах, прыжки на одной или двух ногах





# Эспандер

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

**Материалы:** пустые катушки от ниток, костяшки от счёта, контейнеры от киндер-сюрпризов, шнур.



## *«Бильбоке»*



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

**Материалы:** пластиковые бутылки, к которым на шнуре прикрепляются мягкие шарики.

**Задание:** поймать мяч ёмкостью.



## «Гантели»

**Цель:** развитие мышц плечевого пояса и рук.

### **Материалы:**

пластиковые ёмкости от киндер-сюрпризов, наполненные крупой и соединённые друг с другом.



**Задание:** различные упражнения для мышц плечевого пояса и рук.

# «Моталочки»

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

**Материал:** палочки из дерева, атласные ленточки, мягкие игрушки

**Применение:** Можно и  
Игра «Кто быстрее?».





## «Солнышко»

**Цель:** развитие мышц плечевого пояса и рук, воспитание координации движений и тренировка вестибулярного аппарата



### **Задание:**

раскручивание и закручивание солнечных лучиков, перешагивание и перепрыгивание через лучики





## «А ну, ка проползи!»



**Цель:** учить детей проползать под препятствием не задевая его,  
учить ползать на четвереньках в прямом направлении

**Задание:** проползти определенным способом: опираясь на колени и ладони, на ступни и ладони, не касаясь руками пола. Перепрыгнуть через препятствие на одной или на двух ногах, перешагивание через препятствие разными способами.





# «Змейка»



## Задание:

продвижение по «змейке» сохраняя равновесие, перешагивание или перепрыгивание

**Цель:** развивать мышцы стоп, развивать координацию движений и равновесие, профилактика плоскостопия





# «Ветерок в бутылке», «Веселые человечки»,

## Цель: учить «Попади в ворота»

правильной  
регуляции  
дыхания,  
развивать  
мелкую  
моторику рук



## *«Цветные ленточки»*

### *Игра «Найди свой домик»*



**Цель:** развивать умение ориентироваться в пространстве, упражнять в легком беге в рассыпную





# «Султанчики»



Утренняя гимнастика с использованием «Султанчиков».

**Цель:** учить аккуратно пользоваться атрибутами, развивает координацию движений





# *Оборудование для прогулок на участке*

