

*Нестандартное
физкультурное
оборудование в
санаторной группе*

- Нашу группу в детском саду посещают дети ослабленные, с туберкулезной интоксикацией, поэтому забота о здоровье является основной задачей всех сотрудников детского сада. Для сохранения и укрепления здоровья детей в своей группе, кроме утренней гимнастики, физкультурных занятий, физ. минуток и прогулок, мы, ежедневно, проводим закаливание и оздоровительную гимнастику детей после дневного сна. В оздоровительную гимнастику входят упражнения на укрепление осанки, профилактика плоскостопия, дыхательная гимнастика, самомассаж и упражнения на релаксацию. Заканчивается такая гимнастика обильным умыванием прохладной водой. Чтобы занятия проходили интереснее мы в своей группе используем нестандартное физкультурное оборудование, которое сделали своими руками.

Разноцветные шары

Описание: от стенки до стенки натянуты 2 лески, на них продеты по 10 разноцветных шаров, которые можно передвигать. Длина лесок по 6 метров.

Цель использования: профилактика при нарушении осанки, развитие ОВД

Передвигаются шары при помощи гимнастической палки или обруча.



Гантели

Описание: пластмассовые белые бутылочки, украшенные узкой цветной лентой, наполненные водой по 150-200гр

Цель использования: развитие ОВД, физических качеств: силы, ловкости, развивает координацию движений, также можно использовать для профилактики плоскостопия, если использовать гантели как бруски для стопы.



«Тропа здоровья»



Дорожки представляют собой клеенчатую поверхность со «следами» (длина 4м., ширина 0,35м.), с нашитыми пуговицами в определенном порядке, из прутьев, из пластмассовых кружков, мешочков с песком, камушками.

Упражнение: ходьба по дорожкам.

Цель: развивать чувство равновесия; способствовать профилактике плоскостопия; массаж стоп и укрепление свода стоп; упражнять в ходьбе с правильным разворотом стопы

Тренируем правильное дыхание



«Чудо массаж»



Профилактика правильной осанки.

Хождение с мешочком на

голове



«Пробкоброс»

Позволяет развивать у ребенка внимание , глазомер , координацию движений



«Побудка»



весёлая гимнастика после



«Вот какие ножки...»



«Мы проснулись потянулись...»



Закаливание , полоскание горла



Спасибо за внимание!

