**Развитие физических способностей у детей старшего дошкольного возраста через использование нестандартного спортивного оборудования**

Тараканова Елена Леонидовна, воспитатель

Структурное подразделение ГБОУ гимназии «ОЦ «Гармония» г.о. Отрадный

Самарской области «Детский сад №13»

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. К сожалению, собственный опыт и наблюдения показывают, что далеко не всегда педагоги применяют в своей практике упражнения для увеличения двигательной активности детей, чаще всего из-за отсутствия необходимого оборудования, пособий. А для полноценного развития ребёнка необходимо чтобы в двигательной деятельности он знакомился как можно с большим количеством физкультурных пособий и предметов. Но в силу недостаточного материального обеспечения, отсутствия возможности приобрести необходимое дорогостоящее оборудование, а особенно, огромное желание не смотря ни на что, организовать физкультурно-оздоровительную деятельность эффективно, разнообразно и увлекательно, побудило меня использовать нестандартное физкультурное оборудование, сделанное своими руками.

Цель работы в данном направлении: организовать физическое развитие детей с использованием нестандартного оборудования у детей старшего дошкольного возраста в разных видах деятельности. Для достижения поставленной цели были поставлены ряд задач, как для детей так и для родителей. Для решения поставленных задач был разработан план работы в данном направлении.

Объектом явилось изготовление и использование нестандартного оборудования в двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста.

«Понятие «нестандартное оборудование»» «нестандартный»…Не соответствующий стандарту, не избитый, не шаблонный, оригинальный. Это оборудование – сделанное своими руками из списанного инвентаря, подручных средств и материалов: 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, корригирующих гимнастик и подвижных игр. На первый взгляд, это всего лишь поделки, но для педагога незаменимые помощники в работе.

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;

• развивать чувство цвета и формы;

• развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память.

Работая над созданием какого либо пособия, необходимо помнить о том, что оно должно быть:

1. Безопасным в использовании.

2. Простым в изготовлении.

3. Эстетически привлекательным.

4. Компактность и лёгкость в транспортировке.

5. Максимальная эффективность.

6. Доступность в использовании.

7. Отвечать гигиеническим требованиям.

«Характеристика нестандартного оборудования»

Так как нестандартное оборудование должно быть универсальным и многофункциональным, его довольно сложно классифицировать. Например, пособие «Волшебные колечки», его можно применять для меткости, бросая на кольцеброс. А также для улучшения равновесия, и для ориентирования в пространстве.

Большую роль в развитии дошкольников в целом, и в физическом развитии, в частности, отводится игровой деятельности. В данном направлении было изготовлено оборудования. Так благодаря изготовленному пособию «Игра дружный хоккей», воспитывает у детей мужество, целеустремленность, командный дух, укрепляет здоровье, развивая различные виды мышц. А спортивное оборудование гантели и штанга, развивают у детей мышцы рук и плечевого пояса.

Дошкольный возраст является сенситивным к развитию быстроты, гибкости, и координации движений. Поэтому главное место в двигательном режиме детей нашего дошкольного учреждения отведено физкультурно-оздоровительным занятиям с использованием нестандартного оборудования «Быстрые лыжи». Это оборудование развивает координацию движений, физические качества, быстроту, укрепляет мышцы рук, спинного пояса, ног.

Большой интерес у детей так же вызвало нестандартное оборудование «Киндер -лестница», которая в процессе, побуждает детей к действиям, размышлению над своими физическими действиями, обогащает знания детей о мире предметов и их многофункциональности. Киндер – лестницу, можно использовать для прыжков, для ходьбы по «по дорожке» (по узкой или широкой), для преодоления препятствий и многого другого. Все эти упражнения развивают координацию движений, прыгучесть, ловкость, укрепляют мышцы ног, благодаря чему физические качества становится более развитыми. Также очень интересны детям старшего дошкольного возраста оборудование «Эспандер», он помогает укреплению и развитию мышц груди и рук, например, оборудование «Сила – мер» помогает ребенку овладеть пространственным ориентиром, освоить такие качества, как «волевые усилия»; «занятие в паре». А благодаря изготовленному нестандартному оборудованию «Палочка – моталочка», в игровой формеиспользуются для эффективной тренировки мелкой моторики пальцев рук. Закрепляется совершенство ловкости, координации и быстроты движений. Дети сами берут оборудование, и разойдясь по сторонам, начинают сматывать шнурок, кто быстрее, тот и выиграл.

Одними из последних пособий было «Бильбоке». Цель создания такого пособия: развитие ловкости, внимания, глазомера, быстроты реакции, умения регулировать и координировать движения, формирование навыков самоконтроля.

Закрепить навыки попадания в цель. Ребята увидев новое оборудование поспешили его опробовать, сколько радости было от такой игры, и не заметив для себя дети научились правильно использовать его. Какая девочка не мечтает стать гимнасткой или балериной, и девочки нашей группы не исключение, для них было изготовлено нестандартное оборудование «гимнастные ленты». Цель оборудования: содействовать развитию координации движений в гимнастических упражнениях. Помогать развитию чувства ритма и такта в гимнастических упражнениях под музыкальное сопровождение. Девочки были довольны играми с новым оборудованием.

Итоговой работой по данному направлению стало изготовление семейного фотоальбома «Мы занимаемся физкультурой». Такая необычная подача материала очень привлекает внимание детей, они в течение всего дня обращаются к этой папке, чтобы полистать – рассказать как они всей семьей занимались спортом, а заодно, незаметно для себя самих повторяют пройденный материал, изображая движения с фотографии. Данный фотоальбом направлен на развитие привлечение родителей к совместному взаимодействию и развитию физических данных у детей.

В начале учебного года для определения физических данных у родителей и детей было проведено спортивное развлечение «Интересная дорожка». Цель: развитие физических данных у детей; закрепление основных спортивных умений, привлечь родителей и детей к физическому спорту; закрепить умение правильно выполнять команды физинструктора, действовать в команде. Мероприятие прошло на веселой ноте, дети активно принимали участие, а родители делали акцент над чем необходимо работать со своим ребенком. В конце мероприятия все были награждены медалями за участие.

Одним из интересных мероприятий совместно с родителями было «Папа может». Во время мероприятия проводились игры «Загадки о мужских профессиях», так же была проведена для родителей и детей спортивная эстафета, родители показали какие они сплоченные, сильные, и целеустремленные, для пап были показаны танцы «Морячка», «Танец ВДВ», а в конце этого мероприятия были вручены медальки.

После данного мероприятия родителям нашей группы было предложено принять участие в изготовление нестандартного оборудования, они охотно согласились. Мной были даны рекомендации: из какого материала и как правильно изготовить пособие. На одном из мастер – классов родители изготовили оборудование «Быстрые кометы», из крупных капсул, пастиковой бутылки и веревки. Сам мастер класс, занял не более 20 минут, а оборудование используется детьми, практически ежедневно. Оборудование «Быстрые кометы», способствуют у детей развитию меткости, концентрации, ловкости, укреплению плечевого и поясничного пояса.

На мастер – классе в апреле, родители изготовили несколько скакалок из киндеров, после чего сами принялись играть с детьми. Такие мастер – классы способствуют укрепление взаимосвязи родителей с детьми посредством совместного творчества. Обогащают физкультурный уголок, оборудованием, сделанным своими руками.

В заключении учебного года с родителями и детьми были проведены «Малые олимпийские игры» с нестандартным оборудование, где дети и родители принимали активное участие. Во время игр, дети учились правильно использовать нестандарное оборудование, а родители им в этом помогали. В игре у детей развивалось внимание, улучшалась координация движений; укреплялось здоровье, ребята и родители были заинтересованы в получении определенных навыков. Создание такого оборудования необходимо для формирования интереса детей к занятиям физкультурой, в конце мероприятия родители и дети были награждены медалями «за успехи в спорте».

Итак, благодаря проведенной работе с детьми и родителями в направлении развития физических данных у детей, к концу года мы имеем следующие результаты:

1. Дети и родители имеют представления о нестандартном оборудовании и их многофункциональности.
2. Многие дети стали свободнее ориентироваться в пространстве.
3. Ребята самостоятельно применяют предметы спортивно-игрового нестандартного оборудования в самостоятельной деятельности.
4. Снизилась заболеваемость в группе.
5. У детей пробудился интерес к спортивным играм, занятиям, расширился круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений и их оздоровительном значении.
6. Родители стали уделять больше внимания развитию физических качеств у детей и активно участвовать в мероприятиях, направленных на физическое развитие.

Нестандартное оборудование в детском саду несёт в себе очень глубокий смысл. Недостаточно простых схем и чертежей, здесь должна быть продумана каждая деталь. Ведь вся информация, полученная в дошкольном возрасте, воспринимается априори единственной и не подлежащей сомнению, поэтому очень важно использовать нестандартное оборудование грамотно и с пользой для здоровья ребёнка. Я смогла добиться повышения интереса у родителей к физкультурно-оздоровительной работе нашего дошкольного учреждения. Все это лишь начало работы по совершенствованию нестандартного оборудования, изобретению его новых видов и внедрения в работу с детьми. Перспективы дальнейшего развития мы видим в:

1. Продолжении работы по формированию двигательной активности детей с использованием нестандартного оборудования.

2. Пополнение физкультурного уголка в группе ДОУ нестандартным оборудованием.

3. Пополнять картотеку подвижных игр и упражнений с использованием нестандартного оборудования, с дальнейшей корректировкой и дополнением методических рекомендаций использования нестандартного оборудования.

4. Провести конкурс среди педагогов и родителей воспитанников на лучшее нестандартное оборудование для развития физических качеств. Конкурс поможет педагогам поверить в свои силы, открыть таланты и пополнить физкультурный уголок своей группы просто и не дорого, а для родителей это дополнительная возможность поучаствовать в физическом воспитании ребёнка.

Надеюсь, что в будущем наши детские сады будут оборудованы всем необходимым, а пока для рациональной организации двигательного режима можно весьма успешно использовать нестандартное оборудование!