Семинар-практикум «Использование нетрадиционного физкультурного оборудования, как дополнительный стимул активации физкультурно-оздоровительной работы»

Подготовил: воспитатель
МКДОУ д/с № 11 ст. Павловской
Шершень Надежда Викторовна

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

Цель: достижение положительной динамики в процессе физкультурно – оздоровительной работы по средствам использования нетрадиционного оборудования.

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.

Нетрадиционное физическое оборудование **должно быть**:

- безопасным;
- максимально эффективным;
- удобным к применению;
- компактным;
- универсальным;
- технологичным и простым в применении.

Нетрадиционные методы закаливания дошкольников:

- ✓ «Хождение босиком»;
- ✓ «Дыхательная гимнастика»;
- ✓ «Массаж биологически активных точек тела».

Коврики здоровья

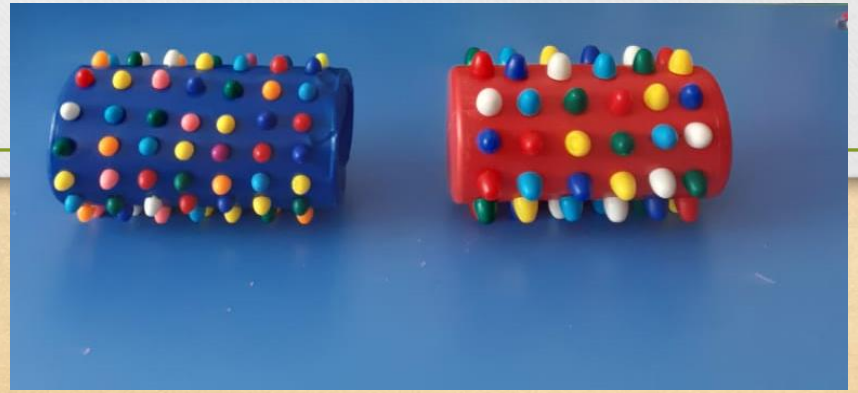
Цели: развитие мышц нижних конечностей, координации, ловкости, внимания, массаж рефлекторных зон стопы; формирование навыков различных видов ходьбы, прыжков.

Материалы: на основу *(линолеум, плотная ткань)* нашивают и наклеивают различные крышки от пластиковых бутылок, камни, пуговицы, веревки, губки и т д.

Массажер «Колючий ёж»

Цель: профилактика плоскостопия, сколиоза, активизации окислительно - восстановительных процессов в мышцах, суставах и тканях.

Материалы: пластиковый цилиндр, гвоздики от мозаики, шило.



Массажер «Эспандер»

<u>Цели</u>: развитие силы и гибкости, улучшение координации движений.

<u>Материалы</u>: резинки, капсулы от шоколадных яиц, пластиковые кольца.

Игра «Улитка»

Цель: увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный выдох, активизировать работу мышц губ.

Материала: фанера, веревка, мяч для настольного тенниса.

Дыхательный тренажер «Буря в стакане»

Цель: укрепление дыхательных мышц, стимуляция работы верхних дыхательных путей, носоглотки, обеспечение вентиляции легких во всех его отделах.

Материал: бутылка объемом не больше, чем 0,5 литра; конфетти, салфетка, пенопласт и трубочка.

Дети всех возрастов выполняют упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием с большим удовольствием и достигают хороших результатов.

Спасибо за внимание!