

## **Мастер класс: «Использование нетрадиционного оборудования для проведения НОД «Физическое развитие» в детском саду»**

**Цель:** познакомить педагогов с нестандартным оборудованием и возможностью его использования на физкультуре и в группах.

**Задачи:** формировать интерес к нестандартному оборудованию; приобщать педагогов к изготовлению такого оборудования.

### **Мастер класс:**

Одной из основных задач нашего сада - это развитие и формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, создание мотивации, обучение и привитие интереса к занятиям физкультурой и спортом.

Правильно организованная предметно-пространственная среда является важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни, а это, прежде всего, двигательная предметно-развивающая среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной.

Современный мир так устроен, что быстрый прогресс компьютерной технологии шагнул далеко вперед и детям интереснее проводить время за компьютерными играми, чем двигаться, играть в подвижные игры и даже просто гулять на улице.

Вот поэтому я решила изготовить физкультурное нестандартное оборудование своими руками и использовать его, чтобы привлечь детей к занятиям физкультурой и спортом, и чтобы было интересно с удовольствием играть в разнообразные игры, эстафеты, устраивать конкурсы и аттракционы с ним. Ведь новое спортивное оборудование - это всегда дополнительный стимул к работе.

При создании предметно-пространственной среды, способствующей формированию здорового образа жизни детей - дошкольников, следует учитывать следующие факторы:

- 1) индивидуальные социально-психологические особенности ребенка;
- 2) особенности его эмоционально-личностного развития;
- 3) индивидуальность интересов, склонностей, предпочтений и потребностей.

На эффективное проведение занятий влияет качественная и глубоко продуманная предварительная работа по подготовке всех необходимых пособий и инвентаря, которые помогут проводить комплекс живо, эмоционально, интересно. Задача педагогов - насыщение пространства зала недорогим, нестандартным, многофункциональным оборудованием и инвентарем, отвечающим гигиеническим, психическим, эстетическим и другим требованиям, которая соответствует всем санитарно-гигиеническим требованиям и нормам.

Посредством нестандартного оборудования мы добиваемся того, что вносим элементы необычности и этим самым вызываем интерес, желание поиграть с новыми для них атрибутами. Дети с большим удовольствием лазают, бегают, прыгают, выполняют всевозможные упражнения, играют в подвижные игры. Поэтому крайне необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении. Оно служит важным условием формирования всех систем и функций организма, развивает ловкость, быстроту, гибкость, координацию движения, выносливость и внимание, является одним из способов познания мира, ориентировки в нем, а так же средством всестороннего развития дошкольника.

Как показала практика, одна только развивающая среда уже позволяет повысить двигательную активность, подтолкнуть дошкольника к движению, совершаемому по собственной воле, желанию, без принуждения. Поэтому одной из первых задач в работе по физическому развитию, было оформление зала, чтобы придать им яркий, необычный вид и сделать все возможное, чтобы детям было удобно, комфортно, уютно и доступно играть, развиваться, чувствовать себя как дома. Пособия и нестандартное оборудование в нашем физкультурном зале - несложные и недорогие. Использование этих пособий и оборудования позволяет улучшить настроение, повысить интерес к упражнениям на все группы мышц, дети становятся самостоятельными, проявляют фантазию, творчество и инициативу.

**«Стена осанки»**- оформлена детскими цветными ладошками. Ребёнок подходит к стене, накладывает свои ручки на самые нижние ладошки и начинает подниматься вверх. Происходит вытягивание позвоночника. Надо следить за тем, чтобы ребёнок не вставал на носочки, а старался вытянуться.



**«Стена здоровья»** – оформлена яркими цветами, вырезанными из цветной самоклеящейся бумаги и губок для посуды. Упражнения выполняются, стоя у стены, стараясь, чтобы все части тела были плотно прижаты к стене.



**«Волшебная верёвочка»** - натягиваем верёвку с капсулами от катушек для ниток, пластиковых пробок. Дети передвигают их по верёвке сначала в одну сторону, потом в другую. При выполнении этого упражнения позвоночник также вытягивается, что оказывает неоценимую помощь в формировании осанки ребёнка. Если натянуть такую "волшебную" верёвочку между деревьями на участке, то можно формировать правильную осанку и во время прогулки.



Физические упражнения являются немаловажным средством предупреждения нарушений осанки. Большинство движений укрепляют опорно-двигательный аппарат и тренируют различные группы мышц. Особого внимания заслуживают упражнения, при выполнении которых активно работают мышцы-разгибатели спины, мышцы живота и плечевого пояса, позвоночник вытягивается, плечи отводятся назад. Это всем известное упражнение на равновесие - ходьба с колечком из цветных пробок на голове

**«Колечки из цветных пробок»** - для ОРУ; развивает координацию движений, для ОВД (прыжки между ними, прыжки через них); для правильной осанки (нести на голове, в руках впереди, вверху, в стороны); ходьба «змейкой» между ними, с высоким подниманием

колена, наступая носком внутрь кольца; перешагивание боком приставным шагом; для дыхательных упражнений (дуть в колечко); массаж рук (перебирание пальцами).



**«Скакалка из пробок»** - развивает ловкость, координацию движений, быстроту реакции: - прыжки по одному, коллективно; - ходьба по скакалке (профилактика плоскостопия); - подлезание под скакалкой; - прыжки в высоту.



### **«Спортивные кружки»**

Изготовлено из линолеума, бумаги - самоклейки с силуэтами человека, выполняющего различные упражнения.

Предназначено для использования в самостоятельной игровой деятельности, организованной образовательной деятельности, для работы дома с родителями. Способствует укреплению мышц тела, развитию общеразвивающих упражнений, внимания, координации движений, быстроты реакции. Умение сличить свою работу с образцом и сделать выводы (обнаружить ошибку или убедиться в правильном выполнении задания) – важный элемент самоконтроля, которому нужно учить.



**«Липкий мячик»** - для игры в теннис. Развивает дальность броска, глазомер, ловкость, координацию движения.

