

Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ.  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 87 "Улыбка" комбинированного вида

***КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:  
«НЕСТАНДАРТНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ  
ОБОРУДОВАНИЕ СВОИМИ РУКАМИ»***

Выполнила воспитатель: Варганова Е.М.

г. Улан-Удэ  
2022 г.

## «НЕСТАНДАРТНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ СВОИМИ РУКАМИ»

Занятия с нестандартным оборудованием могут носить как развлекательный характер, так и тренировочный характер; их можно организовывать в форме игровых, сюжетных, тематических, учебно-тренировочных занятий. Новизна заключается в необычной форме и красочности нестандартного оборудования, которые привлекают внимание детей и повышают их интерес к выполнению основных движений и упражнений и способствуют высокому эмоциональному тону во время занятий. Изготовленное нестандартное оборудование малогабаритное и достаточно универсальное, легко обрабатывается. Оно легко трансформируется при минимальных затратах времени и его можно использовать как в условиях помещений, так и на улице.

Нестандартное оборудование – это дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому, оно, никогда не бывает лишним и скучным. Для родителей, я предлагаю несколько примеров нестандартного физкультурного оборудования, которые легко можно изготовить своими руками.

### «БИЛЬБОКЕ»



**Материал:** верхняя часть пластиковых бутылок, контейнер от «киндер-сюрприза» или мячик, цветная нить или ленточка.

**Цель:** Совершенствование умения подбрасывать предмет вверх или ловить его; развивать глазомер, быстроту реакции, координация движений предплечья кисти и пальцев, ловкости, меткости, глазомера, произвольности поведения, быстроты реакции. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества, формирование навыков самоконтроля.

**Вариант использования:** Дети подбрасывают контейнер вверх и бутылочкой ловят его. Если поймали — молодцы!

### «ВЕСЁЛЫЕ КАРАНДАШИ»



**Материал:** оборудование изготовлено из цветных карандашей или фломастеров, контейнер от киндер- сюрприза.

**Цель:** способствовать профилактике плоскостопия, массаж стоп. Улучшение кровообращения в пальцах, кистях рук и предплечий.

**Варианты использования:** Массаж ладоней (вращение ствола карандаша между ладонями), массаж кончиков пальцев, массаж тыльной стороны и внутренней стороны ладони. Массаж стоп, поднимание карандаша пальцами ног. Использование в качестве атрибутов.

### «МАССАЖНЫЕ ПЕРЧАТКИ»



**Материал:** Перчатки, бусы, пуговицы, нитки с иглой.

**Цель:** Повышение общего тонуса организма (помогают оказывать позитивное влияние на рост и развитие детского организма, снимают усталость, улучшают циркуляцию крови, успокаивают нервную систему дошкольников). Укрепление иммунитета и улучшения эмоционального состояния ребёнка.

**Использование:** Дети делают массаж всех частей тела себе и друг дружке.

### «КОСИЧКИ»



**Материал:** Полоски ткани, сделанные из детских колготок, поясов, заплетены в косичку; концы зафиксированы.

**Цель:** Развитие двигательной активности, ловкости движений, массаж стоп.

**Использование:** для ОРУ, для подвижных игр, как атрибуты, ходьба по косичкам, при обучении прыжкам на двух ногах. Игра «Ловишки с хвостиками»: Ведущий - «ловишка»

догоняет игрока и забирает у него хвостик-косичку, прикрепленную сзади на спине игрока (за пояс).

### «МЕШОЧКИ»



**Материал:** Плотная ткань или кожзаменитель, песок или соль 150 и 200 грамм.

**Цель:** Развитие метательных навыков с разного расстояния и из разных положений, развитие силы рук. Воспитание позитивного духа соперничества.

**Использование:** Для занятий ОРУ и подвижных игр. Игра «Кто дальше бросит?», «Кто быстрее соберет?», «Веселые догонялки». Дети стоят в кругу, передают друг другу 2 мешочка. Цель игры: мешочки не должны встретиться, догнать друг друга. В соревнованиях, в качестве эстафетной палочки

### «ФЕЙЕРВЕРК В БУТЫЛКЕ»



**Материал:** Пластиковая бутылка, наполненная конфетти, фольгой, кусочками пенопласта и т.д., в которой проделываются дырки. Трубочка для коктейля.

**Цель:** Учить правильному дыханию (вдох через нос, выдох через рот).

**Использование:** Ребенок дует в трубочку, вставленную в крышку. Дыхательные упражнения, в игровой деятельности.

### «МОТАЛКИ»



**Материал:** Палки, шнур, упаковки от киндер-сюрпризов, сшитый из ткани круг, веревки.  
**Цель:** Развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.  
**Использование:** Можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях. Дети наматывают шнур с привязанным киндером на палочку. Игра «Кто быстрее?»

### «БАЛАНСИР»



**Материал:** Фанера, палка, самоклеющаяся пленка.  
**Цель:** Развитие координации движений, равновесия, профилактика плоскостопия.  
**Использование:** Для занятий ОРУ. Игра «Кто дольше удержит равновесие?»

### «АТРИБУТЫ: ФЛАЖКИ, ЛЕНТОЧКИ, ПЛАТОЧКИ, ХВОСТЫ»



**Материал:** ткань, кольца, палочки.  
**Цель:** Развитие двигательных умений и навыков.  
**Использование:** В свободной игровой деятельности, в индивидуальной работе, в соревнованиях. Для занятий ОРУ, подвижных игр, для выполнения танцевальных упражнений, для дыхательной гимнастики.

### «ТРЕНАЖЕРЫ-ЭСПАНДЕРЫ»

**Материал:** Кольца, широкая резинка, упаковка от киндер-сюрприза.  
**Цель:** Для развития различных групп мышц.  
**Использование:** В свободной игровой деятельности, в индивидуальной работе, в соревнованиях, для занятий ОРУ.



Наиболее эффективным и доступным средством увеличения потенциала здоровья является физическая культура и, прежде всего, двигательная активность.

Предлагаю в нашей группе использовать нестандартное оборудование, изготовленное своими руками, которое позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки и способствует повышению интереса к физкультурным занятиям, делают более разнообразными движения детей, развивают творчество и фантазию.

**Желаем вам творческих успехов!**

