

МАТЕРИАЛЫ И ОБОРУДОВАНИЕ СВОИМИ РУКАМИ

Воспитатель по ФИЗО

МДОУ ЦРР д/с№78 «Алые паруса»

Гракова Жанна Алексеевна

Спортивный зал нашего дошкольного учреждения оснащен как стандартным, так и нестандартным физкультурным оборудованием. Коррекционная направленность некоторых упражнений выявила необходимость применения дополнительного нестандартного оборудования, которое не выпускают предприятия, но которое можно сделать своими руками. Это и легко порхающие бабочки, и разноцветные тряпичные мячи, напольные цветы, и различные дорожки, веревочки, палочки разных размеров и многое другое. Такое оборудование вызывает у детей особый интерес к занятию, повышает их двигательную активность, развивает творческий потенциал.

Предметно-развивающая среда физкультурного зала помогает ребенку найти область своих интересов, раскрыть потенциальные возможности.

Бабочки. Сделаны из гофрированной бумаги, картона. Крепятся на шнурок с колечком.

Вариант 1.

Цель. Учить правильному дыханию. Взять бабочку за колечко и поднять на уровень своего лица или закрепить всех бабочек на одном длинном шнурке в горизонтальном положении. Через нос сделать вдох, через рот – продолжительный выдох на бабочку. (*Повторить 3 – 4 раза*).

Вариант 2.

Цель. Учить быстро реагировать на сигнал; упражнять в легкости и плавности движения; развивать ориентировку в пространстве.

Дети держат бабочек за колечко и под музыку двигаются по залу. По сигналу «Бабочки, к цветам!» дети сажают бабочек на напольные цветы. Можно несколько усложнить задание, дав установку на определенный цвет бабочек или цветов.

Тряпичные мячи. Материал: три мяча разного размера из ткани разного цвета (совершенно безопасны и могут применяться в небольших посещениях).

Упражнения. Метание мячиков в цель, бросание друг другу, сбивание цели, прокатывание в ворота, подбрасывание вверх с заданиями, игра «Ловишка с мячом».

Цель. Развивать точность движений, глазомер, ориентировку в пространстве, меткость.

Напольные цветы. Отдельные части цветка: лепестки и серединка сшиты из клеенки двух цветов (красного и желтого; зеленого и желтого).

Упражнения. «Собери цветок по цвету».

Цель. Учить собирать цветы по цвету, комбинировать цветовую гамму с серединкой цветка.

Упражнение. «Метание лепестка вдаль» (лепесток используется в качестве летающей тарелки).

Цель. Упражнять в метании способом от себя.

Упражнение. «Перейди через болото» (лепесток используется как кочка; передвигаясь с одной кочки на другую, преодолеть препятствие).

Цель. Развивать координацию движений, согласованность действий, ориентировку в пространстве.

Дорожка со следами – 1.

Материал. Дорожка представляет собой клеенчатую поверхность (длина 5 м., ширина – 0,5м.) с нашитыми в определенном порядке кружками зеленого цвета и рисованными ладонями желтого цвета, под которые вложен мелкий горох.

Упражнение. Ползание на четвереньках, ставя колени на зеленые кружочки, а ладошки на желтые кружочки.

Цель. Упражнять в ползании на четвереньках, координируя движения.

Дорожка со следами – 2.

Материал. Дорожка тканевая со следами (длина 4 м., ширина 0,4м.)

Упражнение. Ходьба по дорожке с разным положением рук.

Цель. Способствовать лечению и профилактике косолапости; упражнять в ходьбе с правильным разворотом стопы.

Дорожки широкие и узкие.

Материал. На плоских гимнастических палках петлей закреплены ленты. Их можно передвигать, регулируя ширину дорожек.

Упражнение. Ходьба по широкой, узкой дорожке с разным положением рук. Ходьба по ленте приставным шагом, бег по дорожкам, ползание по ограниченной поверхности на четвереньках, прыжки по дорожкам на одной, двух ногах и через «ручейки».

Цель. Развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве; упражнять в ходьбе, беге, ползании разными способами по дорожкам разной ширины, прыжках через препятствие «ручеек» разной ширины.

Дорожка с наполнителями.

Материал. Дорожка представляет собой шесть-семь напольных кругов, сшитых из дермантина и плотной ткани, обработанных косой бейкой. Круги заполнены разными наполнителями (шишками, пробками, палочками, крышками, песком и прочим подручным материалом).

Упражнение. Ходьба по дорожкам босиком, с разным положением рук.

Цель. Способствовать профилактике плоскостопия; укреплять своды стоп; развивать чувство равновесия.

Разноцветные камешки.

Материал. В ящики уложены речные камни – натуральные и окрашенные в разные цвета.

Упражнение. Ходьба на месте по камешкам босиком. Можно усложнить задание: выложить из отдельных камней длинную дорожку.

Цель. Способствовать профилактике плоскостопия; укреплять своды стоп.

Колпачки.

Материал. Колпачки сделаны из картона, оклеенного разноцветной бумагой.

Упражнение. Ходьба по прямой и по извилистой дорожке с колпаком на голове, ходьба и бег между колпаками, игровое упражнение «Пронеси мяч в колпаке».

Цель. Развивать чувство равновесия, умение удерживать колпак на голове при ходьбе и удерживать предмет в колпаке, формировать правильную осанку.

Веревочки.

Материал. Шнуры (длина 50 – 60 см), концы зафиксированы изолентой.

Цель. Развивать чувство равновесия, координацию движений, прыгучесть.

Упражнение. Общеразвивающие с веревкой, ходьба с перешагиванием определенного расстояния, прыжки через «ручейки», ходьба по дорожкам, выложенным из веревочек.

Курочка с цыплятами.

Материал. «Цыплята» сшиты из желтого меха, с помощью резинки для волос они держатся на руке ребенка. «Курочка» сшита из белого меха, в форме шапочки, ее можно надеть на голову. «Зернышки» - деревянные шарики.

«Комарики» на леске длиной 20 – 30 см закреплены на полосках гофрированной бумаги. Эти пособия используются в сюжетных играх по темам «На птичьем дворе», «Курочка и цыплята» и др.

Игровые упражнения. «Потанцуем с курочкой», «На птичьем дворе», общеразвивающие упражнения с цыплятами на руке, «Поймай комарик!» (прыжки вверх с хлопком в ладоши), «Наседка и цыплята», «Большая птица» и др.

Цель. Привлечь внимание к игре, используя нетрадиционное оборудование; учить выполнять подражательные движения, развивать дыхание.