**«Использование нестандартного физкультурного оборудования в ДОУ как эффективное средство приобщения дошкольников к здоровому образу жизни».**

Одной из приобретенных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучения и привития навыков здорового образа жизни у детей дошкольного образа жизни. Важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно – пространственная среда, прежде всего это двигательная предметно – развивающая среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной. Для этого в ДОУ мы используем физкультурное, нестандартное оборудование, изготовленное своими руками, ведь новое спортивное оборудование – это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Укрепление здоровья детей – первостепенная задача образовательных учреждений. Физическая культура не зря называется **«культурой»**, ведь кроме укрепления здоровья и полезного комплекса физических упражнений, она расширяет общение, дает новые знания о себе и о своем организме. Устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды зависит не только от индивидуальных особенностей организма ребенка, но и от своевременного и правильного проведения специальных оздоровительных мер.

**При проектировании предметно-пространственной среды, способствующей формированию здорового образа жизни дошкольников, следует исходить из необходимости учета следующих факторов:**

1. Индивидуальных социально – психологических особенностей ребенка;
2. Особенностей его эмоционально – личностного развития;
3. Индивидуальных интересов, склонностей, предпочтений и потребностей.

Ежегодно работа нашего дошкольного учреждения начинается с мониторинга физической подготовленности, в результате которого ведется физкультурно-оздоровительная работа, нацеленная на улучшение здоровья детей (мероприятия по закаливанию, физкультурные занятия, спортивные досуги и праздники, работа с родителями по пропаганде здорового образа жизни). На эффективность проведения занятий влияет качественная и глубоко продуманная предварительная работа по подготовке всех необходимых пособий и инвентаря, которые помогают проводить занятия живо, эмоционально, интересно.

Моя задача – насыщение пространства физкультурного зала недорогим, нестандартным, многофункциональным оборудованием и инвентарем, отвечающим гигиеническим, психическим, эстетическим, эргономическим и другим требованиям. Нестандартное оборудование в детском саду может создаваться из подручных средств, которые казались уже ни на что не годными и изжившими свой век: киндеры, пластиковые пробки, бутылки, разноцветные веревки, палочки и прочие бросовые материалы. Нестандартное оборудование в детском саду несет в себе очень глубокий смысл. Недостаточно простых схем и чертежей, здесь должна быть продумана каждая деталь. В дошкольном возрасте мозг ребенка еще очень гибок и подвержен влиянию извне.

Вся информация, полученная в этом возрасте, воспринимается единственной и не подлежащей сомнению – поэтому очень важно использовать нестандартное оборудование в детском саду грамотно и с пользой для здоровья дошкольника. Сюда относится и подбор безопасных материалов, и четкое представление того, как конструкция будет закреплена в физкультурном зале, и подбор правильных цветов. Авторские конспекты занятий и развлечений с использованием изготовленного мною нестандартного физкультурного оборудования успешно применяются на практике. Под моим руководством в каждой возрастной группе создан физкультурный уголок, где в доступном для детей месте находятся пособия для развития двигательной активности. Это и фабричное спортивное оборудование, и нестандартное, изготовленное педагогами и родителями (тоннели, столбики, гантели, разноцветные ориентиры, кольцебросы , флажки, поролоновые бревнышки, цветные дорожки, массажеры и т.д.). Дорожка для коррекции стопы выкладывается рядом со спальней. И дети, просыпаясь, после дневного сна, проходят по ней один – два раза. Она состоит из нескольких ковриков: колких ковриков из синтетических материалов, которые сегодня модно класть перед входной дверью или в ванной комнате, ковриками с нашитыми рядами пуговиц и коврика с нашитыми рядами пластиковых крышек. В нашем дошкольном учреждении есть отдельный спортивный зал, площадью, спортивная площадка на улице, беговая дорожка. Установленное в спортивном зале красочное многофункциональное оборудование, вызывает не только большой восторг у детей, но и позволяет расширить возможности для выполнения многообразных движений, упражнений. Внося элементы необычности посредством нестандартного оборудования, мы вызываем интерес дошкольников, желание поиграть с новыми для них атрибутами. Дети с большим удовольствием лазают, бегают, прыгают, выполняют всевозможные упражнения, играют в подвижные игры. Крайне необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении. Оно служит важным условием формирования всех систем и функций организма, одним из способов познания мира, ориентировки в нем, а так же средством всестороннего развития дошкольника.

**Движение – основа здоровья, поэтому ставим следующие задачи:**

* Создать развивающую среду, внедряя нестандартное оборудование;
* Помочь накопить опыт знаний для укрепления его физического и психического здоровья;
* Стимулировать к включению в процессе двигательной активности, побуждать его к самосознанию, создавать условия для внутренней активности личности;
* Направить совместную работу всего педагогического коллектива и родителей на развитие и закаливание организма;
* Сформировать навыки саморегуляции поведения дошкольника, направленные на осознанное сохранение и укрепление своего здоровья, что позволит им быть физически, душевно и социально более благополучными при переходе от искусственно структурированной окружающей обстановки ДОУ к ситуациям повседневной жизни.

Как показала практика, одна только развивающая среда уже позволяет повысить двигательную активность, подтолкнуть дошкольника к движению, совершаемому по собственной воле, желанию, без принуждения. Как известно, двигательная активность является естественной потребностью организма человека. Особое значение движения имеют в дошкольном возрасте. Созданию интереса к физическим упражнениям, обеспечению более дифференцированного подхода к подбору движений, повышению двигательной активности способствует использование нестандартного оборудования. Поэтому одной из первостепенных задач в работе по физическому развитию было такое оформление спортивного зала, чтобы придать ему яркий, необычный вид и сделать все возможное, чтобы он не напоминал казенное помещение со шведской стенкой, мячами и полками. Дети дошкольного возраста очень любят нестандартное физкультурно-игровое оборудование. Одно дело выполнять упражнения для **«поддержания здоровья»**, и совсем другое – помогать сказочным героям преодолевать препятствия, участвовать в сюжетной игре. Нестандартное оборудование используется во всех видах детской деятельности – как в организованной (утренняя гимнастика, физкультурные занятия и т. д.), так и в самостоятельной (отдых, индивидуальные занятия и игры). Оно позволяют повысить двигательную активность ребенка, облегчить адаптацию, развить основные движения, поддержать положительные эмоции, разнообразить игровую деятельность, повысить уровень воспитательно-образовательного процесса, развивать каждого ребенка с учетом его интересов и желаний. Поэтому я постоянно работаю над обогащением развивающей среды — изготавливаю нестандартное физкультурное оборудование. Разработанные в нашем детском саду пособия и нестандартное оборудование несложные и недорогие. Выполнение комплексов упражнений общеразвивающего воздействия с различными пособиями и предметами (пластиковые бутылки, султанчики, шишки, цветные ленточки и т.д.) оказывает огромное влияние на развитие разных групп мышц и укрепление мышечного тонуса, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с детьми, имеющими различную патологию. Не секрет, что в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора и т.д.). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. К сожалению, в детских садах еще есть дети, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата: сутулость, вялая осанка, уплощенная стопа. В процессе роста организма по различным неблагоприятным причинам могут возникнуть деформации позвоночника, ног и стоп. На занятиях по физкультуре дошкольники обязательно должны ходить босиком по разным поверхностям.

С этой целью мы внедрили в практику своей работы массажные и ребристые дорожки, палочки, шероховатые поверхности. Такое простое нестандартное оборудование способствует профилактике плоскостопия, укрепления мышц стопы.

Таким образом, целесообразный подбор и рациональное использование нестандартного оборудования и пособий способствуют развитию двигательной сферы дошкольников, формированию разнообразных двигательных умений и навыков, развитию физических качеств и творческих способностей, воспитанию нравственно-волевых качеств, повышению интереса к разным спортивным играм и физическим упражнениям. Эффективность работы с нестандартным оборудованием заключается в следующем:

* Дети приобщаются к постоянным занятиям физическими упражнениями, укрепляя здоровье
* Возрастает интерес детей к занятиям
* Дети быстрее осваивают сложные упражнения
* Увеличивается плотность занятия
* Занятия проходят на более эмоциональном уровне
* Нет дополнительных затрат на спортивный инвентарь

**«Цветочки».** Сделаны из мягкой ткани, крепятся на палочку с веревочкой. Цель: учить правильному дыханию. Воспитатель держит палочку с «цветами» на веревочке, на уровне лица ребенка. Через нос сделать вдох, через рот – продолжительный выдох (повторять 3-4 раза).

**«Поймай бабочку».** Сделаны из поролона, крепятся на середину палочки веревочкой. Цель: развивать мелкую моторику пальцев рук, ловкость. Ребенок держит палочку с двух сторон, к которой прикреплена «бабочка» на веревочке, начинает крутить палочку, наматывая веревочку.

**«Попади в цель».** Сделаны мешочки с песком. Цель: развивать точность движений, глазомер.

**«Тропа здоровья».** Ходьба по дорожкам. Цель: развивать чувство равновесия; способствовать профилактике плоскостопия; массаж стоп.