**Использование нестандартного оборудования в образовательной деятельности «Физическая культура».**

В настоящее время современные дошкольники имеют проблемы со здоровьем. Большой процент детей имеет задержку психического и речевого развития. Поэтому инструкторы по физической культуре в ДОУ, ставят главной задачей, помочь ребенку преодолеть трудности в развитии через занятия физической культурой. Любой инструктор по физической культуре, работающий с детьми в ДОУ и любящий свою профессию, старается, построить свою работу так, чтобы дети с удовольствием посещали его занятия. Чтобы каждое занятие, проводимое им с детьми, стало ступенькой к достижению основной цели: укреплению здоровья детей, формированию основных двигательных навыков и развитию физических качеств. А как построить занятие, какое выбрать оборудование, чтобы детям было интересно. При этом, сохранить высокими показатели общей и моторной плотности.

Много лет проработав в своей профессии, казалось бы, найти, что- то для себя новое довольно таки сложно. Приходится включать свою фантазию на полную мощность. Часто в этом помогают сами дети, ведь фантазия ребенка не имеет границ. Так для своей работы я открыла такое универсальное нестандартное оборудование, как детское ведерко, используемое для игры в песочнице. К счастью в ДОУ их оказалось достаточное количество. Используя их на занятии, я поняла, что это просто то, что я искала. С помощью ведерка можно разнообразить любое занятие. И дети с удовольствием выполняют упражнения с необычным для занятия физкультурой инвентарем. Ведерки, если они соответствующего размера можно использовать как конусы (ориентиры), перевернув их вверх дном, они очень устойчивы, на них можно разложить любой мелкий спортивный инвентарь (мячи, мешочки с песком). Дети с удовольствием выполняют с ними общеразвивающие упражнения.

Удержания равновесия, стоя на перевернутом ведерке, вызывает у детей просто восторг. А если добавить еще и выполнение заданий, например, бросание мяча, вверх, с последующей ловлей, стоя на одной ноге, на перевернутом ведерке, развивает и равновесие, и пространственную координацию, ловкость. Ведерки можно использовать для ловли отскочившего мяча от пола. При этом можно использовать мячи разного диаметра. Например: ребенок держит ведерко за обод в одной руке, второй выполняем бросок мяча в пол, после чего ловит отскочивший мяч в ведерко. То же можно выполнять в парах выполняя передачу мяча друг другу с отскоком об пол. Ведерко может служить хорошим средством для развития глазомера. Например, попросить детей попасть мячом в стоящее на полу ведерко после его отскока об пол.

Под ведерки можно положить мелкий спортивный инвентарь, и расставить их вдоль гимнастической скамейки. После этого дать задние ребенку: передвигаясь приставным шагом, по гимнастической скамейке, достать инвентарь из-под ведерка и положить его на ведерко не потеряв равновесия. Если дети выполняют упражнение поточным способом, то ребенок, следующий за первым, выполняет задание наоборот: прячет предмет под ведерко. Перевернутые ведерки можно расставить по обе стороны гимнастической скамейки, положив на них поочередно мешочки с песком и кубики. После чего дать детям задание: передвигаясь по скамейке поменять предметы местами. Такое упражнение улучшает координацию и точность движений. При этом формируется навык моторного планирования, который очень полезно развивать у дошкольника.

Если на перевернутые ведерки положить гимнастическую палку, получаются прекрасные препятствия для прыжков. Если прыгая через барьеры ребенок может получить травму, то в этом случае, даже, если прыжок не получился и ребенок ногами зацепил палку, он не получит травму.

Ведерки можно использовать в упражнениях на профилактику плоскостопия, например: для сбора мозаики, которую дети, собирают с пола, захватывая пальцами ног, и складывают в ведерко стоящее на полу. При этом дети старшего дошкольного возраста могут складывать мозаику, держа ведерко в руках. Это упражнение прекрасно развивает равновесие

А если попросить ребенка, сидящего на полу, сложить ведерки в стопку по типу «Пирамидки» ногами, то вы получите прекрасное упражнения для развития мышц брюшного пояса.

**Конспект физкультурного занятия**

**в старшей группе 5-6 лет.**

Задачи:

1. Совершенствовать навык ведения мяча ногами змейкой.

2. Развивать прыгучесть посредством выполнения прыжка толчком двух через препятствие.

3. Развивать равновесие и пространственную координацию.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание | дозировка | Организационно-методические указания |
| П | Построение в шеренгу по одному с последующим перестроением в колонну по одно  -Ходьба на носках ведерко вверх  -Ходьба на пятках ведерко на голову  -Ходьба в приседе ведерко перед собой  -Ходьба с высоким подниманием бедра  -Бег с переходом на ходьбу | 30//  15//  15//  15//  15//  1/ | Руки прямые  Локти в сторону, спина прямая  Вынос ноги вперед, руки с ведерком вытянуть вперед  Руки вытянуть вперед, доставать дно ведерка коленом  Ведерко взять двумя руками за обод, предложить детям стать шоферами |
|  | 1. ОРУ с ведерками 2. И.П –О.С, ведерко внизу   1 -поднять ведерка вверх, подняться на носки  2- вернуться в И,П,   1. И.П. – ноги на ширине плеч, ведерко надеть на голову.   1 – наклон вправо, вытянуть руки вправо  2- И.П  3-4 – то же в левую сторону.   1. И.П – О.С. перевернутое ведерко сзади на полу   1 – сесть на ведерко  2- И.П.   1. И.П – сед на полу, упор руками сзади, ноги прямые, ведерко справа от ног   1 поднять прямые ноги вверх  2 опустить их слева от ведерка  3-4 то же в другую сторону   1. И.п лежа на спине, ноги согнуты, ведерко в правой руке   1 – прогнуться в спине, таз вверх, передать ведерко в левую руку  2 – то же в обратную сторону   1. И.П – О.С, перевернутое ведерко на полу   Встать одной ногой на ведерко и удержать равновесие   1. Прыжки толчком двух с продвижением вперед через гимнастическую палку, лежащую на перевернутых ведерках 2. Прокатывание мяча ногами змейкой между ведерками 3. Ходьба по подушкам «Балансир» с перекладыванием предметов лежащих на перевернутых ведерках . | 7//  5-6  5-6  6-8  5-6  5-6  3-4  4/  4 / | Руки прямые, потянуться вверх  Наклон точнов сторону, руки выпрямлять  Сед спина прямая  Ноги держать вместе, не разводить в стороны, руки прямые  Руки в стороны, нога прямая  Упражнение выполняется поточно. Толчок одновременно двумя ногами.  Стоя на подушке» Балансир» переложить мешочек с песком с ведерка, стоящего справа, на ведерко, слева. |
|  | 1. Эстафета «Кто быстрее» 2. Построение в шеренгу | 4 /  15 // | Дети соревнуются парами. Партнеры стоят напротив друг друга на расстоянии 4 м. Перед каждым ведерко. У первого в ведерке 5 мячей малого диаметра. По сигналу первый берет один мяч из ведерка, бежит к своему партнеру и кладет мяч в его ведерко. После чего возвращается за вторым мячом. После того как он перенесет все мячи, он возвращается на свое место, а движение начинает его партнер |

