Нетрадиционные оборудования способствующие ЗОЖ

**Ключевые слова:** здоровье,оборудование,нетрадиционное.

Проблема здоровья детей в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях актуальна, своевременна и достаточно сложна. В последнее время здоровье детей заметно ухудшается. На основе проведенных наблюдений за состоянием здоровья детей педагогическим коллективом, родителями, медицинской сестрой было выявлено, что резко уменьшается числоздоровыхдетей при одновременном увеличении количества детей, имеющих функциональные отклонения, и детей,страдающиххроническими заболеваниями. В соответствии с этим особую важность приобретает поиск новых  средств  и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в ДОО, необходимость комплексного подхода к оздоровлению детей через использование инновационных оздоровительных технологий.

В нашей группе действует принцип: в здоровом теле - здоровый дух*.*

Чтоб здоровым, крепким быть,  
Надо развиваться.  
И для тела и души  
Спортом заниматься.

Укреплять здоровье, играя. Чтобы детям было интересно заниматься. И чтобы профилактические процедуры вызывали у ребенка приятные эмоции. Ежедневно для профилактики простудных заболеваний и укрепления иммунитета я использую нетрадиционный метод физкультурно-оздоровительной работы - игровой самомассаж, при выполнении которого использую нетрадиционное оборудование (массажные коврики, вафельные рукавицы, бусы из киндер-сюрприза и др.).

Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитию навыков собственного оздоровления. Так же я разработала дополнительную программу по игровому самомассажу «Помоги себе сам» для детей 4-6 лет. Апробация, которой проходит очень успешно (результатами апробации и самой программой обязательно поделюсь с коллегами в дальнейшем).

А недавно   родители с педагогами решили создать на групповом участке «Планету здоровья» из нестандартного оборудования.

«Планета здоровья» – это целый ряд физкультурно-оздоровительных процедур, с включением различных видов игр, плюс полезное угощение – сок, либо витаминизированный напиток.

Вначале совместно с родителями составили план расположения оборудования на участке, затем нарисовали схемы изготовления этого оборудования и принялись за работу. Оборудование было изготовлено в очень короткие сроки. Нестандартное оборудование - это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Разработанное в нашем детском саду нестандартное оборудование   прочное, безопасное, устойчивое к переменам погоды, несложное и недорогое. Всё оборудование, которое изготовили педагоги и родители, получилось интересным, эстетично выдержанным, грамотно оформленным.

Спортивные снаряды сделаны из оструганных бревен окрашенных краской. Во избежание раскачивания залиты щебёночно-цементным раствором. Поверхность деревянных снарядов ошкурена и окрашена, конструкции не имеют заостренных углов, выступающих болтов, концов труб и т.п..

«Планета здоровья» включает в себя: игровую зону «Весёлые гномики», физкультурно-оздоровительную зону «Неболейка», зону отдыха «У самовара».

Игровая зона «Весёлые гномики» предназначена для сюжетно-ролевых, дидактических, подвижных игр. Здесь расположены: деревянный теремок, корабль, качели, песочница и др. оборудование - все это изготовлено своими руками из подручного материала.

В зоне отдыха «У самовара» мы расслабляемся, отдыхаем, беседуем, пьем соки, витаминизированные чаи.

Но наибольшим интересом у детей пользуется, безусловно, зона «Неболейка»

Дети с большим удовольствием лазают, бегают, прыгают, выполняют всевозможные упражнения, играют в подвижные игры.

Использование нетрадиционного оборудования «Планеты здоровья» во время прогулки помогает воспитателю интегрировать   все виды детской деятельности в соответствии с ФГОС ДО.

Основными целями организации «Планеты здоровья» являются:

* профилактика плоскостопия;
* улучшение координации движений;
* повышение сопротивляемости инфекционным заболеваниям;
* улучшение эмоционально-­психического состояния детей;
* приобщение детей к здоровому образу жизни.
* Применение нестандартных пособий внесло разнообразие и эффект новизны, позволило шире использовать знакомые упражнения,  дало возможность педагогу варьировать задания. Нестандартный инвентарь объединил физкультуру с игрой, создавая условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повысил у детей интерес к занятиям, придал им необходимую эмоциональную окраску. Кроме этого, ребята сами стали авторами некоторых упражнений с применением того или иного оборудования. Дети с удовольствием принимали участие и в изготовлении нестандартной атрибутики.  И из-за этого такое оборудование становилось еще интереснее в применении. Повышению эффективности нашей работы способствовали тесные контакты с родителями. Был проведен конкурс на самое интересное нестандартное физкультурное оборудование. Мамы и папы, бабушки и дедушки не только поддержали все наши мероприятия, помогая оснастить физкультурный уголок разнообразным инвентарем, но и приняли активное участие в презентации своего «изобретения».
* При использовании нестандартного оборудования в нашем детском саду значительно увеличилась двигательная активность детей, возрос интерес к занятиям физкультурой, улучшилась техника выполнения отдельных  движений. Даже самые ленивые дети не остаются в стороне и с удовольствием выполняют разные упражнения. Таким образом, динамичные, эмоционально-насыщенные упражнения и игры детей с нестандартным оборудованием позволили нам решить поставленные задачи, а также развить изобретательность в самостоятельной деятельности, фантазию. Оказывается, чтобы заняться развитием общей координации, растяжением и расслаблением позвоночного столба, укреплением мышечного тонуса и многими другими важными для дошколят проблемами, вовсе не требуется дорогих и сложных тренажеров, специального оборудования и большого опыта. Достаточно немного ресурсов, среди которых собственное желание молодого педагога сделать детство детей более интересным, ярким, эмоциональным и подвижным. Надеюсь, что в будущем наши детские сады будут оборудованы всем необходимым, а пока для рациональной организации двигательного режима можно весьма успешно использовать нестандартное оборудование!
* Нестандартное оборудование – это всегда дополнительный стимул физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому оно никогда не бывает лишним. Можно без особых затрат обновить игровой инвентарь в спортивном зале.
* Дети дошкольного возраста очень любят нетрадиционное физкультурно-игровое оборудование. Одно дело выполнять упражнения для "поддержания здоровья”, и совсем другое – помогать сказочным героям, преодолевать препятствия, участвовать в сюжетной игре.
* Создавая нестандартное оборудование, мы придерживались следующих правил.
* Соответствие его гигиеническим и техническим требованиям: оборудование легкое, прочное и безопасное.
* Потенциальная возможность стать предметом соответствующего действия (деятельности) ребенка. Оборудование обеспечивает в полной мере условия для развития двигательных умений и навыков.
* Все оборудование выполняет свою развивающую роль тем, что оно доступно для активности детей, становится предметом для упражнений и тренировок в метании, ходьбе и беге, лазании, равновесии.
* Оборудование должно привлекать ребенка, формировать его эстетический вкус, оборудование должно быть ярким, красочным, привлекательным. Нестандартное оборудование используется во всех видах детской деятельности,  и в организованной, и в самостоятельной, свободной (отдых, индивидуальные занятия и игры). Они позволяют повысить двигательную активность ребёнка, облегчить адаптацию, развить основные движения, поддержать положительные эмоции, разнообразить игровую деятельность, повысить уровень воспитательно-образовательного процесса, развивать каждого ребёнка с учётом его интересов и желаний.
* В нашем детском саду руками воспитателей  и родителей  создано нестандартное оборудование, используемое в разных видах двигательной деятельности.
* **1.«Волшебная дорожка».**  **2. «Следочки»**
* **3.«Массажные коврики»** .
* **4.«Корригирующие именные  коврики»**
* **5.«Волшебные пенечки**