**Нетрадиционное физкультурное оборудование**

Современное понимание здоровья связано не только с отсутствием у человека болезней, но и с наличием у него полноценного развитого физического, психического и нравственного состояния, которое позволяет жить оптимально и без ограничений. Парадокс нашего общества состоит в том, то все понимают значение здоровья для человека, но его качество постоянно ухудшается и становится проблемой нации. Причины этого явления известны: состояние экологии, технологизации социума и недооценка обществом значимости детства, недостаточное внимание к внутриутробному развитию детей и их состоянию в первые годы жизни.

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. Поэтому я на физкультурных  занятиях использую изготовленное своими руками и руками моих предшественников нестандартное физкультурное оборудование.

**1. Кольцебросы: «Зайка» и «Слоник» -** пособия для метания колец в горизонтальную цель.

Метание колец – старинный способ развития глазомера и ловкости рук. Для маленьких детей предпочтительна образная форма снарядов. Детям предлагается не просто накинуть колечки на  штырек, а «покормить зверят». Такая задача, безусловно, накладывает на метающего кольца особую ответственность: промахнешься – звери останутся голодными. Можно использовать в подвижных играх и как ориентиры в пространстве зала.

**2. «Туннель»** - большой кусок ткани сшивается так, чтобы образовалась «труба», в которую с двух сторон вставляются обручи. Чтобы проползти по такому таинственному туннелю требуется ловкость и известная доля смелости. Физиологи считают, то ползание – очень полезное упражнение. Во время ползания задействованы те мышцы, которые не имеют нагрузки ни при ходьбе, ни при беге. Детям это особенно полезно еще и для укрепления мышц спины.

**3. «Гусеница – потомок мяча» -** несколько «состарившихся», потерявших упругость и способность прыгать мячей обшивают тканевым чехлом. Можно использовать в эстафетах в качестве препятствия – обеги,  перепрыгни! В качестве валика под шею – если захотелось отдохнуть, полежать.

**4. Бильбоке «Гамачок».** Материал: плотная ткань с вырезанными двумя отверстиями, две палочки – руки, лента с шариком. Это пособие позволяет формировать движения и развивать зрительные функции (глазомер, внимание, быстрота реакции, ловкость рук, координация движений).

**5. «Серсо».** Материал: пластиковая бутылка, шнур, пробка от бутылки или «киндер-сюрприз». Развивает ловкость, внимание, глазомер, быстроту реакции, умение регулировать и координировать движения, формирует навык самоконтроль.

**6. «Ветерок в бутылке».** Необходимо уделять большое внимание выработке правильного дыхания, так как оно способствует оптимизации кровообращения, улучшению самочувствия, развивает органы дыхании, а так же произвольность  и концентрацию внимания. В Пластиковой бутылке проделываются дырочки, насыпают мелко нарезанную цветную бумагу, фольгу, конфетти, пенопласт. В отверстие в пробке вставляется трубка для коктейля.

**7. «Гусеница со следами».** Несколько кругов, вырезанных из линолеума, соединены между собой. На каждом круге изображение следов двух или одной ноги. Это оборудование «учит» координации движений, сохранять равновесие, прыгая на одной и двух ногах с поворотами в стороны и продвижением вперед.

**8. «Дорожка здоровья»** - в различных вариантах применяется для профилактики плоскостопии и массажа ступней ног у детей. «Стопа – это фундамент, на котором стоит здание – тело» - утверждал Гиппократ. Стопу можно сравнить с картой всего организма: нет таких мышц, желез, органов, которые бы не имели своего «представительства» на ней. К сожалению, у современных детей с фундаментом возникает все больше проблем. Поэтому, на занятиях по физической культуре дошкольники обязательно должны ходить босиком по разнообразным поверхностям. И такую возможность представляют «дорожки здоровья». «Зоодворик» представляет собой дорожку с нашитыми на нее изображениями животных: «черепаха и верблюд» из поролона, «рыбка» из пробок от пластиковых бутылок, «бабочка» выполнена из деревянных бус, «Змейка» из шнура, «черепашки» и «ежики» из отслуживших свой срок резиновых мячей.

**«Ходи – прыгай»** состоит из пар следов с прикрепленными на них искусственным мехом, деревянных палочек, шнура, пуговиц и камней разных размеров и трех окошек (в чередовании). Такая  дорожка служит еще и для обучения прыжкам с места и закрепления этого навыка, для развития координации и равновесии.

**9. Короткие шнуры**, на концах которых сделаны ручки из киндер - яиц, можно использовать для выполнения ОРУ, в играх, а также как трансформер (можно  из нескольких коротких сделать один длинный).

**10. Мишень «Светофор»** используется для метания в вертикальную цель мешочка с песком (мяча), позволяет закрепить основные цвета и  правила дорожного движении.

**11. Мишень «Дорисуй»** - внутри каждого кружка изображены «рожицы» с различными эмоциями (радость, печаль, удивление и т.п.) Ребенку нужно определить эмоциональное состояние персонажа и бросить мешочек с песком  (мяч) в соответствующий кружок. С помощью мишеней можно развивать скоростно-силовые качества, координацию движений, ловкость, глазомер, внимательность.

**12. «Веселый зонтик»** применяется в играх и дыхательной гимнастике. Это зависит от смены эмблем на зонтике.

**«Пляшущие человечки».** На зонтик крепятся схематичные изображения человечков в разных позах. Ведущий крутит зонт. Как только зонтик перестает крутиться, дети замирают в той  позе, у которой изображен человечек в самом верхнем секторе.

В дыхательной гимнастике эмблемы меняются в зависимости от времени года (бабочки, осенние разноцветные листья, дождинки, снежинки и т.д.)

**13. «Воздушный человечек».** Надутый воздушный шар крепится к «ножкам», вырезанным из картона. Украшается кусочками пряжи – это «волосы» человека, нос, рот. «Воздушный человечек» готов. Дети могут посоревноваться, кто из них дальше бросит «воздушного человечка».

**14. «Летающий диск».** Вырезается круг из цветного картона, делаются на нем надрезы. Оформить летательный объект разноцветными фигурами или картинками. Чтобы диск мог летать, крылья по очереди загибают вверх и вниз. Дети подбрасывают свои диски в воздух таким образом, чтобы они вращались. Затем они пытаются их поймать еще до приземления.

Игры с этими пособиями (13, 14) развивают координации, движения, концентрацию внимания, глазомер, интерес к занятиям физической культуры.

**15. «Нос клоуна»** - пособие, которое способствует развитию координации движения, равновесия.

Рисуется голова клоуна на плотной бумаге, крепится к палочке – ручке, на месте носа отверстие, в которое кладем шарик. Ребенок должен преодолеть дистанцию с препятствиями, не уронив при этом шарик.

Нестандартное оборудование для занятий физической культурой не просто возможность компенсировать недостаток средств за счет времени и фантазии педагога, но и способ разнообразить жизнь детей, внести в нее элемент непредсказуемости и радостного открытия.