

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №159 присмотра и оздоровления
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

Картотека нестандартного оборудования для физического развития детей дошкольного возраста



Санкт-Петербург, 2021

Название оборудования: «Кто самый меткий»

Цель: формировать умение у детей бросать шарик в цель, развивать глазомер, моторику рук, точность бросания.

Задачи: - обогащать двигательный опыт детей;

- развивать меткость и ловкость;
- повышать интерес к физическим упражнениям;
- создавать положительный эмоциональный настрой.

Эффективность: метание в цель представляет собой скоростно-силовое упражнение, способствующее укреплению всех основных групп мышц и воспитывающих силу, быстроту, ловкость, глазомер, гибкость, равновесие.

Применение: эта игра для развития у детей ловкости, силы и быстроты не столько азартной, сколько настойчивой. Данную игру можно использовать в группе, на участке, на веранде, в спортивном зале. Игра прекрасно разнообразит спортивные состязания или занятия физкультурой в детском саду. Что может улучшиться: использование данного оборудования улучшает общие физические качества детей, развивает такие качества, как быстроту, ловкость, глазомер, гибкость, равновесие.



Название оборудования: «Бильбоке»

Цель: развивать ловкость, координацию движений, согласованность в работе зрительного анализатора и движений рук.

Задачи:

- развитие глазомера, меткости, координации, ловкости, внимания;
- повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр;
- развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие;
- воображение, зрительную память;
- развивать чувство формы и цвета;

Эффективность: развитие ловкости, мышления, координации движений, согласованности в работе зрительного анализатора и движений рук.

Применение: пособие для физкультурного уголка, развлечение, распространённая игра, в которой надо совершать различные трюки с шариком. Можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях.

Что может улучшиться: развивает глазомер, внимание, быстроту реакции, ловкость рук и синхронизацию движений, а также терпение и аккуратность, координация, глазомер, ловкость и настойчивость.



Название оборудования: «Закати в центр»

Цель: учить детей правильному речевому дыханию, увеличивать вентиляцию и возможности лёгких.

Задачи: - формировать умение у детей создавать сильную воздушную струю;

-развивать умение создавать длительный непрерывный выдох;

-формировать умение регулировать вдох и выдох;

-концентрировать внимание на дыхательных упражнениях.

Эффективность: дыхательные упражнения увеличивает объем легких, способствуют формированию правильного речевого дыхания, что в последствии положительно влияет на речевое развитие детей, направлено на повышение общего жизненного тонуса ребенка на укрепление дыхательной системы организма

Применение: С помощью регулярного применения данного оборудования можно улучшить настроение, привести в гармонию свой разум и укрепить здоровье в целом. Чтобы кислород «правильно» насыщал важными элементами каждую клеточку тела, необходимо следить за своим дыханием.

Что может улучшиться: дыхательные упражнения увеличивает объем легких, кровь насыщается кислородом, все органы и системы начинают работать более активно. Организм приходит в тонус.



Название оборудования: «Массажные коврики»

Цель: развитие и укрепление мышц стопы, профилактика плоскостопия, воздействие на биологически активные точки стопы.

Задачи:

- развивать координацию движения и равновесия;
- стимулировать работу внутренних органов;
- снимать усталость и напряжение.

Эффективность: улучшение кровообращения, укрепление голеностопного сустава, оказывает тонизирующее, успокаивающее и расслабляющее действие, активизирует восстановительные процессы в мышцах, суставах.

Применение: пособие для физкультурного уголка, точечный массаж стоп ног после дневного сна для активного пробуждения, предназначены для босохождения, исправления и предотвращения плоскостопия, закаливания, профилактика простудных заболеваний.

Что может улучшиться: формируется правильная осанка, укрепляется мышечный корсет, способствует профилактике плоскостопия, повышает интерес к двигательной активности, улучшает качество их выполнения.



Название оборудования: «Эспандер»

Цель: укрепление и развитие физических навыков детей через различные игры и упражнения.

Задачи: - укреплять мышечный тонус, развивать координацию движений, равновесие;

- способствовать хорошему самочувствию;

- воспитывать силу, выносливость, гибкость;

- формировать интерес к физкультурным занятиям.

Эффективность: с помощью данного оборудования в работу включаются дополнительные мышцы и увеличивается амплитуда движения, развивая таким образом гибкость, силу, укрепляя здоровье детей

Применение: данное оборудование может применяться при организации непосредственно- образовательной деятельности в игровой форме при организации и проведении утренней гимнастики и динамических пауз, а также при проведении физкультурных досугов и спортивных праздников.

Что может улучшиться: обеспечивает тренировку всему телу – развитие мышечной силы, развитие гибкости, выносливости и растяжка всего тела.



Название оборудования: «Воздушный футбол»

Цель: вырабатывать длительную, направленную воздушную струю.

Задачи:- формировать сильную воздушную струю у детей;

- увеличить вентиляцию лёгких;
- выработать более глубокий вдох и более длительный выдох;
- способствовать развитию речевого дыхания.

Эффективность: дыхательные упражнения увеличивает объем легких, способствуют формированию правильного речевого дыхания, что в последствии положительно влияет на речевое развитие детей, направлено на повышение общего жизненного тонуса ребенка на укрепление дыхательной системы организма

Применение: с помощью данного оборудования дети могут заниматься как в совместной так и в самостоятельной деятельности, развивая и укрепляя своё здоровье

Что может улучшиться: дыхательные упражнения увеличивает объем легких, кровь насыщается кислородом, все органы и системы начинают работать более активно. Организм приходит в тонус.



Название оборудования: «Чудо-трубочки»

Цель: развитие мелкой моторики и координации движений рук у детей через использование игр с предметами, пальчиковых игр.

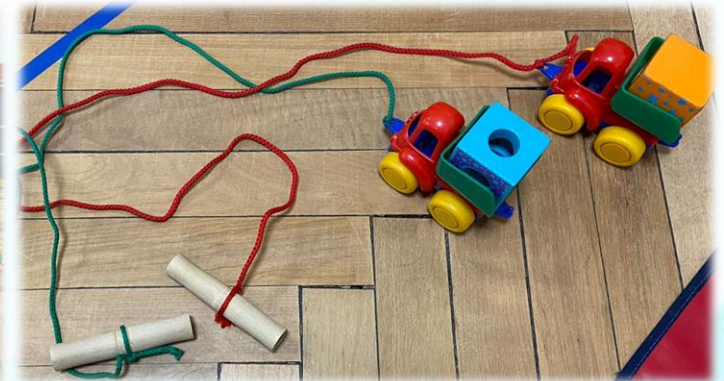
Задачи:- развивать мелкую моторику пальцев, кистей рук;

- развивать общую двигательную активность;
- содействовать нормализации речевой функции;
- развивать воображение, произвольное внимание, зрительное и слуховое восприятие, творческую активность;

Эффективность: они направлены на тренировку мелкой моторики пальцев рук, которая напрямую связана с развитием умственных способностей и речевых навыков.

Применение: игры "Чудо-трубочки" - эти полезные соревновательные игры для детей дошкольного возраста. Они используются для эффективной тренировки мелкой моторики пальцев рук. В процессе игры совершенствуется ловкость, координация и быстрота движений. Игры - «Чудо-трубочки» используются как в соревнованиях, так и в индивидуальной работе и в свободной игровой деятельности детей. Пособие может использоваться детьми в самостоятельных играх.

Что может улучшиться: у ребёнка наблюдается положительная динамика в развитии крупной и мелкой моторики, он стремится осваивать различные виды движения в процессе игр и упражнений; – ребенок эмоционально вовлечен в действия с играми и пособиями на развитие мелкой моторики, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.



Название оборудования: «Гантели»

Цель: развитие силовых качеств, ловкости, быстроты, двигательных реакций, равновесия, выносливости.

Задачи: - способствовать развитию силовых качеств, ловкости, выносливости;

- укреплять мышцы брюшного пресса, спины, передней поверхности бедра, верхних и нижних конечностей;
- формировать умение выполнять ОРУ с предметом для развития силы рук;
- воспитывать любовь к спорту.

Эффективность: направлена на формирование интереса к физической культуре, развитие скоростно – силовых качеств, воспитывает волю, настойчивость, выносливость.

Применение: упражнения с физкультурным пособием «Гантели» способствуют выработке координации движений, активизирует деятельность анализаторных систем и влияет на речевое и умственное развитие.

Что может улучшиться: выполнение упражнений с гантелями отлично укрепляют опорно-двигательный аппарат ребенка, способствуют контролю веса, развивают у детей выносливость.



Название оборудования: «Ветерок»

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.

Задачи: - улучшить функцию внешнего дыхания;

- увеличить силу дыхательных мышц;
- выработать более глубокий вдох и более длительный выдох;
- формировать сильный направленный ротовой выдох.

Эффективность: дыхательные упражнения эффективны для усиления воздушной струи, развитию целенаправленности воздушной струи, развитие длительности воздушной струи. Дыхательные упражнения увеличивают вентиляцию легких.

Применение: речевое дыхание - является основным источником энергии при образовании звуков речи. Речевое дыхание отличается от физиологического тем, что оно произвольно, вдох короче, выдох напротив, замедлен, прерывист, подчинен произнесению текста. Формирование речевого дыхания предполагает, в том числе и выработку воздушной струи. Выработка воздушной струи считается одним из необходимых и значимых условий постановки звуков.

Что может улучшиться: развитие речевого дыхания является основой для тренировки длинного выдоха, тренировки умения рационально расходовать запас воздуха во время речи и как итог хорошей базой для постановки звуков.



Название оборудования: «Полоса препятствий»

Цель: упражнять детей в уверенном преодолении полосы препятствий и самостраховке при выполнении упражнения, способствовать укреплению общего физического состояния детей.

Задачи: - формировать потребность в активном образе жизни;

- упражнять в перешагивании (перепрыгивании) препятствий;

- развивать ловкость, координацию движений, равновесие;

- воспитывать организованность, самостоятельность.

Эффективность: развитие ловкости, скорости и внимания, а также, как и полосы препятствий позволяют лучше разучить то или иное двигательное действие или упражнение, в силу специфики выполнения.

Применение: прохождение полосы препятствий способствует формированию навыка ориентировки в пространстве. Развивает функцию равновесия. Формирует правильную осанку.

Что может улучшиться: способствует укреплению здоровья детей, развитию координации движений и ловкости; воспитанию у детей потребности в занятиях физической культурой.





Название оборудования: «Ленты»

Цель: развитие и повышение двигательной активности детей.

Задачи: - развивать физические навыки детей;

- формировать умение двигаться по сигналу;

- развивать быстроту реакции, ловкость

Эффективность: подвижные игры с лентами создают положительные эмоции у детей, активные движения, обусловленные содержанием игры, способствуют их всестороннему развитию, укрепляют здоровье детей и развивают их физически.

Применение: данное оборудование имеет широкий спектр применения, как в совместной, так и в самостоятельной деятельности детей в группе детского сада или на улице. Подвижные игры с лентами способствуют благотворным физиологическим процессам в организме и улучшению работы всех внутренних органов и систем.

Что может улучшиться: подвижные игры с лентами способствуют развитию большого количества разнообразных движений, а чем разнообразнее движения, которые выполняет ребенок, чем богаче его двигательный опыт.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.

